

№22 (1189)

06.05.2020 -
06.11.2020

KAS IŠLOŠ?

6 psl.



Aidas

Čikagos
AMERICAN LITHUANIAN NEWSPAPER



PRIMIESČIUOSE PAMAŽU
PRADEDA VIRTI GYVENIMAS

12 PSL



PADĖK LIETUVAI, PAKVIESK
DRAUGĄ Į LIETUVĄ

20 PSL



KAVA AR PASIVAIKŠČIOJIMAS:
KAS SUTEIKIA DAUGIAU
ENERGIJOS?

26 PSL

SVEIKATOS DRAUDIMAI!!!

Pasaulio Lietuvių Centre Lemonte

Tel. 630-257-0600

VAIDOS ČAPLINSKIENĖS DRAUDIMO AGENTŪRA



Transporto kompanijai
reikalinga billing darbuotoja

Email: vita.j@arkaexpress.com • Ph. (219) 308-8108



VERSLAS

PARDUOTUVĖS, IŠPARDAVIMAI

CONTINENTAL TOYOTA 7

95TH PRODUCE 40

MEDICINA

DR. ELENA LEVITIN 13

DR. MONIKA ŠPOKAS 13

SOUTH CALIFORNIA ROAD

/TO RECOVERY 13

DR. VADIMAS DECHTIARIS 15

GILVYDIS VEIN CLINIC 21

ORBERA 27

STOMATOLOGIJA

DR. SIMONA ŽILJUTĖ 11

DANTŲ TAIŠYMO LABORATORIJA 27

NEKILNOJAMASIS TURTAS

AURELIA VAČEKONIENĖ 13

KĖSTAS VILEIKIS 17

BLUEBIRD 27

INDRĖ SKEBERDIS 29

LOLITA RASIMAVIČIŪTĖ 29

LINAS REALTY 29

FINANSAI/ADVOKATAI

DARIUS AUDICKAS 3

ROBERTAS BLINSTRUBAS 3

MICHAEL P. DOMAN 5

ANDRIUS ŠPOKAS 7

RALPH W. BRISCOE 9

LAURA LAPYTĖ 15

ROBERT A. KEZELIS 17

ILONA DOVIDAITIENĖ 19, 29

KRISTINA WAYNE 19

ANDRIUS RAMONAS 19

DAIVA JUKNIENĖ 38

DRAUDIMAS

VAIDA ČAPLINSKIENĖ 3

AMERICAN FAMILY INSURANCE 17

IEVA MARKEVIČIŪTĖ 17

BIRUTĖ PAULASKAITĖ 29

ŠVIETIMAS/UGDYMAS

„BIM BAM“ 19

PASLAUGOS

BOB AUTO 19

ŠILDYMAS/VĒDINIMAS/

SANTECHNIKA 19

ATLANTIC EXPRESS 25

KLAUSAU 28

DMB SERVICES CORP. 29

ORLAND BEST 33

GROŽIO SALONAI, KIRPYKLOS, SPA 39

DARBO PASIŪLYMAI

CDL VAIRUOTOJAI,

OWNER OPERATORS 37-39

ARKA TRANSPORT 27

Dar vienas smūgis ekonomikai

Nusiaubtas Čikagos verslas

Ši savaitė turėjo būti svarbus ir itin optimistinis posūkis taškai Čikagai, kurios verslai turėjo džiaugsmingai atverti duris po priverstinio karantinavimo, idant būtų pristabdyta COVID-19 plėtra. Šį trečią dieną pagaliau turėjo restartuoti Čikagos ekonomikos variklis, kai pirmą kartą nuo kovo vidurio pradeda dirbti restoranai, grožio salonai ir įvairūs nebūtinai paslaugas teikiantys verslai. Gaires atsідarymui taip pat gavo ir kitos darbovietės, pavyzdžiui, biurai. Šis žingsnis turėjo drastiškai sumažinti nedarbo lygį mieste, kuris balandį pasiekė net 18,9%.

Vietoj to, Čikagos verslai visą sekmadienį leido šluodami stiklo duženas, užkalbinėdami langus ir fiksuodami nuostolius - tiek sugadintą tiek pavogtą inventorių. Tokios buvo savaitgalio protestų pasekmės. Jau tada buvo aišku, kad taip paprastai darbuotojų, vartotojų ir verslininkų gyvenimai į normalias vėžes tikrai negrįš. „Tai kaip druskos bėrimas ant žaizdos, dvigubas smūgis ir taip vos gyvam verslui“, - sakė trečią dieną lauko terasą atidaryti turėjusio ir nuo vandalų nukentėjusio restorano „Bario“ vykdamasis šefas Andrew Sikkelerusas.

„Protestai yra puikus dalykas, tačiau jie turi būti taikūs. Tai kas vyko šeštadienį tikrai nebuvo protestas“, - pridūrė jis.

Dešimtys verslų centre – kaip ir keletas priemiesčiuose – smarkiai nukentėjo protestų metu. Miesto atstovai sako, kad vandalizmas ir plėšikavimas buvo organizuotas, žmonės buvo pasirengę ir atvyko su priekabomis, todėl taip pat brėžia ryškią liniją tarp protestuotojų ir plėšikų.

Spaudos konferencijos sekmadienį metu Čikagos merė Lori Lightfoot griežtai pasmerkė smurtą ir pranešė apie dislokuojamas Nacionalinės gvardijos pajėgas. Ji taip pat pranešė apie atšaukiamus viešojo transporto reišius ir sprendimą į centrinį miesto verslo rajoną neįleisti nieko, išskyrus ten gyvenančius asmenis, būtinųjų paslaugų įstaigų darbuotojus ir prisidedančius prie tvarkymo bei remonto darbų.

Lightfoot taip pat sakė, kad su policija, sveikatos sistemos įgaliotinais ir verslininkais diskutuoja apie tai, kaip šie įvykiai įtakos trečiojo ekonomikos restaravimo plano etapo įgyvendinimą.

„Tai yra siaubinga. Tiek laiko buvę uždaryti verslai savaitgalį intensyviai ruošėsi birželio 3-ąją atverti duris. O dabar, vietoj džiugios šventės jie yra dar didesnėje neviltyje nei prieš tai“, - kalbėjo Lightfoot spaudos konferencijos metu.

Nemažai parduotuvių, ruošdamasis atsідarymui, visai neseniai nuėmė apsaugas nuo vitrinų, kad miesto gatvėmis vaikščiojantys žmonės pajustų artėjančio ekonomikos restaravimo nuotaiką. Tačiau dabar joms – net ir nenukentėjusioms nuo vandalų – atsідarymo perspektyva atrodo tolima ir neįtikėtina.

Neramumų metu nuo vandalų ir plėšikų taip pat nukentėjo ir toli nuo Loop – kur neramumai prasidėjo – esantys verslai ir privačios nuosavybės. Didžiulius nuostolius skaičiuoja „Binny's Beverage Depot“ visoje penkiose parduotuvėse Čikagoje – Lincoln Park, Lakeview, Hyde Park, the South Loop ir centre, sako įmonės komunikacijos direktorius Gregas Verschas. Lincoln Parko parduotuvėje buvo pavogta gausybė gėrimų, o dalis jų tiesiog sudaužyta, įskaitant \$10 000 vertės kolekcinis šampano butelis, o taip pat butelis šampano, pasirašytas Čikagos „CUBS“ komandos 2015, 2016 ir 2017 metais, kuris buvo išstatytas aukcione, o už jį surinktos lėšos turėjo keliauti Čikagos maisto bankui.

„The Magnificent Mile Association“ šeštadienį perspėjo verslo savininkus patraukti nuo gatvių objektus, kuriuos būtų galima panaudoti kai ginklus ar nuosavybės niokojimui, tačiau niekas nesitikėjo tokio masto naikinimo.

Sekmadienio rytą miesto pareigūnai pranešė apie 135 sugadintus objektus, tačiau skaičiavimas tebevyko. Asociacijos prezidentė ir vadovė Kimberly Bares sako, kad dar per anksti pasakyti, kokie tiksliai nuostoliai yra patirti, tačiau suma tikrai „sieks milijonus“.



„Central Camera“ savininkas Donas Fleschas, kurio senelis legebėdinę parduotuvę atidarė 1899-aisiais, eina per nusiaubtą ir sudegintą parduotuvę

Ji mano, kad neramumai turės įtakos ne tik verslų atsідarymui, bet ir patiems klientams, kurie vargu ar norės grįžti į suniokotą centrą, kuriame aplinka šiai dienai fiziškai kelia grėsmę jų saugumui.

„Chicago Loop Alliance“ pranešė apie mažiausiai 45 vandalų ir plėšikų nusiaubtus verslus, įskaitant „Target“, „Champs“ ir „Old Navy“, bei sudegintą 122-us metus skaičiuojančią fotoaparatus parduotuvę „Central Camera“ Wabash aveniu. Labiausiai nukentėjo miesto parduotuvių centru laikoma North Michigan Avenue, ilgametis miesto finansų centras LaSalle Street ir Wacker Drive prie „Trump International Hotel & Tower“, sako Kevinas Purcellis iš „MB Real Estate“.

„Dirbu šiame versle 2 metus, ir tai yra baisiausia mano kada nors matyta situacija“, - sakė Purcellis, kurio kompanija taip pat valdo Daley Plaza, kur dažais buvo sugadinta 50 pėdų aukščio Pablo Picasso skulptūra. ■

ŠIOS SAVAITĖS KLAUSIMAS: KOKIE TOLIAU BUS ŠIE METAI?

Savo nuomonę kviečiame išsakyti mūsų interneto svetainėje aidas.us.

- Reikalai blogės
- Reikalai gerės
- Laukia pakilimai ir nuosmūkliai

Praėjusios savaitės klausimas: KAIP VERTINATE REIKALAVIMĄ NEŠIOTI KAUKĘ?

Teigiamai, bet kokia apsauga yra naudinga 71%

Neigiamai, ji neefektyvi 29%

Kviečiame aplankyti mūsų interneto svetainę adresu

www.aidas.us

Like us on [facebook](https://www.facebook.com/www.aidas.us/)

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

Aidas

ISSN 1553-5762
www.aidas.us

Lietuviškas savaitinis leidinys
„ČIKAGOS AIDAS“
The American Lithuanian Weekly
"ČIKAGOS AIDAS"

ETHNIC MEDIA UNITED
325 North Milwaukee Avenue,
Units E&F, Wheeling, IL 60090
Tel. 877 702 0220 /
Fax 866 710 0220
Tel. 630-598-0747

Klasifikuoti skelbimai, palikite žinutę Classifieds —
leave a message (877)459-0909
REKLAMOS KLAUSIMAI
KREIPTIS
info@ethnicmedia.us

Kopijavimas be "Čikagos aidos" redakcijos sutikimo draudžiamas. Už publikuojamą reklamą ir reklaminius straipsnius redakcija neat-sako. Redakcija nerecenzuoja 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.

PASKOLOS NEKILNOJAMAM TURTOI



Darius Audickas
312 - 953 - 0170
darius@goodadvisors.us

midamerica LENDERS & CO

- Pirkimas
- Perfinansavimas
- Cash out

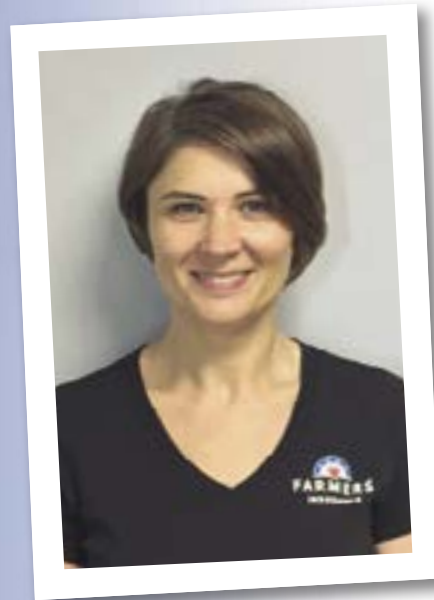
PROGRAMOS

- Conventional
- FHA (3,5% down)

OFFICE: 773 - 775 - 6808
FAX: 773 - 775 - 6806

5151 N. Harlem Ave. Suite 307 Chicago, IL 60656

Coverage for all the things
you care for.



- Plans you can customize for your needs
- More Options. More Discounts
- Farmers HelpPoint 24/7 claims service

VAIDA CAPLINSKIENE
INS AGENCY INC

<https://agents.farmers.com/vcaplinskiene>
14911 E 127TH ST STE F123
LEMONT, IL 60439



*Call 630.257.0600 today
for Auto, Home, Life and Business.*

ROBERTAS BLINSTRUBAS

Advokatas

Daugiau nei

27 metų patirtis:
NEKILNOJAMOJO
TURTO TEISĖ

Virš 2000 nekilnojamojo turto sandorių
Gyvenamųjų namų ir komercinės paskirties pastatų pirkimas ir pardavimas



KORPORACIJŲ TEISĖ
ĮMONIŲ STEIGIMAS, PIRKIMAS,
PARDAVIMAS,
TEISMINIS ATSTOVAVIMAS

PALIKIMAI
PALIKIMŲ, TESTAMENTŲ IR KITŲ SU TURTO
PLANAVIMU SUSIJUSIŲ DOKUMENTŲ SUDARYMAS,
DAUGIAU NEI 1,700 KLIENTŲ

Vaida Vaitulevičius

Advokato
Roberto E. Blinstrubo asistentė
Sertifikuota Legal Assistant
(Paralegal)
Turinti verslo administravimo
bakalaurų laipsnį Saint Xavier
universitete Čikagoje
Taip pat turinti Mortgage Loan
Officer patirties

Law Offices of
Robert E. Blinstrubas, P.C.
15 Spinning Wheel Rd.
Suite 300
Hinsdale, Illinois 60521
Tel. (630) 789-9246
Faksas (630) 789-8346
El.paštas lor401@gmail.com

Sąžiningai patarsime ir aptarnausime

Doman Law: Skyrybų ypatumai COVID-19 metu



Michael Doman
Attorney
michael@domanlaw.com



Leonid Sokolov
Attorney
lsokolov@domanlaw.com

Mūsų įmonė skyrybų bylas nagrinėja jau apie 30 metų, todėl šiuo klausimu įgijome didelę ir įvairiųjų patirtį. Mums teko dirbti su paprastomis skyrybomis, tačiau turėjome ir labai sudėtingų atvejų; kai kurie sutuoktiniai išsiskyrė draugiškai, kiti ginčijosi kiekvienu klausimu. Tačiau, kaip ir dauguma žmonių, gyvenančių dabartinės COVID-19 pandemijos sąlygomis, mes susiduriame su unikaliomis problemomis, kurias sukelia virusas ir su juo susiję apribojimai šeimoms, įmonėms ir kasdieniam gyvenimui.

Dažnai tenka išgirsti, kad skyrybos yra antras blogiausias dalykas žmogaus gyvenime po mirties šeimoje. Daugeliui skyrybų procesas yra visiškai to, kas jų gyvenime buvo laikoma „normaliu“, sunaikinimas. Skyrybos sukuria netikrumą. Dabartinė pandemija šiuos jausmus tik dar labiau sustiprina.

Tikimės, kad pasidalinę tuo, ką sužinojome ir išmokome nuo šios pandemijos pradžios, ir atsakydami į kai kuriuos bendro pobūdžio klausimus, susijusius su skyrybomis pandemijos metu, galime šiek tiek nuraminti skaitytojų jaudulį ir patikinti, kad mūsų įstaiga yra pasirengusi padėti visiems išgyvenantiems skyrybos šiuo daugeliui iš mūsų sunkiu metu.

Pirmasis klausimas, „Ar dirba teismai?“

Kuko apygardos teismai, kaip ir dauguma verslo įmonių, buvo oficialiai uždaryti 2020 m. kovo 17 d., vadovaujantis gubernatoriaus Pritzkerio įsakymu dėl karantino priemonių įvedimo siekiant kovoti su koronaviruso infekcija. Kuko apygardos apylinkės teismo vyriausiasis teisėjas Timothy Evansas iš pradžių priėmė nutartį 2020 m. kovo 17 d., uždarydamas Kuko apygardos teismus iki 2020 m. balandžio 30 d. Tačiau nuo to laiko buvo imtasi papildomų priemonių, pratęsiančių teismo uždarymą iki 2020 m. liepos 6 d. Po Kuko apygardos taip pat buvo uždarytos Leiko ir DuPage apygardų teismų sistemos.

Tačiau pastaruoju metu teismai ėmėsi priemonių atnaujinti darbą, naudodamiesi tokiomis technologijomis kaip „Zoom“ vaizdo konferencijos ir telefoninės konferencijos.

Per pastarąsias kelias savaites mūsų biuras nagrinėjo bylas ir dalyvavo teismo posėdžiuose per „Zoom“ vaizdo konferencijas. Šių „Zoom“ vaizdo konferencijų metu teisėjas ir kiekvienos šalies

advokatas pasisako per internetinę kamerą. Šie teismo posėdžiai yra panašūs į tuos, kurie būtų rengiami teismo salėje; tačiau virtualiuose procesuose yra tam tikrų apribojimų. Paprastai, būdamas teisme, teisėjas gali stebėti, ką ieškovai, atsakovai ir jų advokatai veikia teismo posėdžio metu; tačiau priešais „Zoom“ kamerą teisėjui tampa sunkiau stebėti, ką kiekvienas asmuo daro. Pavyzdžiui, jei liudytojas duoda parodymus per „Zoom“, teisėjui sunkiau pasakyti, ar jis žiūri į kokius nors dokumentus.

Nepaisant šių apribojimų, skyrybų procesą įmanoma tęsti nuotoliniu būdu, kol visi teismo rūmai lieka uždaryti.

Antras labai dažnas klausimas yra, „Ar aš galiu paduoti prašymą skyrybos, kol yra uždaryti teismai?“

Atsakymas yra taip. Dauguma, jei ne visos Ilinojaus apygardos (įskaitant Kuko, Leiko ir DuPage) yra įdiegusios elektroninę bylų padavimo sistemą (E-Filing), leidžiančią advokatams ir ieškovams teismo dokumentus pateikti elektroniniu būdu. Prieš tai teisininkai ir asmenys, besikreipiantys dėl santuokos nutraukimo, turėjo asmeniškai atvykti į teismo sekretoriaus kabinetą, kad paduotų dokumentus. Kai tik klientas nuspręs, kad nori pateikti santuokos nutraukimo bylą naudodamasis naująja elektroninių bylų padavimo sistema, mūsų biuras susitiks su ieškovu, kad išsiaiškintume bylos detales ir ją aptartume, paruoštume santuokos nutraukimo prašymą, bei paduotume elektroninį kreipimąsi teismui skyrybų bylai pradėti.

Kitas klausimas, kurį mūsų biuras svarstė koronaviruso pandemijos metu, **buvo susijęs su nepilnamečių vaikų lankymo teisėmis tuo jau išsiskyrusiems tėvams (globėjams), arba tėvams (globėjams), kurie niekada nebuvo susituokę.**

Tėvams, kurie jau turi galiojančią teismo nutartį dėl nepilnamečio vaiko lankymui vienam iš tėvų, taikoma bendra taisyklė: tikimasi, kad šalys ir toliau vykdys sprendimą dėl vizitų, bei pirmiausia žiūrės nepilnamečio gerovės, o jo interesus iškels į pirmą vietą.

Nesusituokusiems tėvams, neturintiems galiojančios teismo nutarties dėl vaiko globos priskyrimo vienam iš asmenų ir lankymo sąlygų kitam asmeniui, greičiausiai gali tekti paduoti kreipimąsi į teismą dėl šio nutarimo skyrimo. Šiuos prašymus galima pateikti elektroniniu būdu, o byla gali būti svarstoma „Zoom“ vaizdo konferencijos ar telefoninės konferencijos metu.

Šiuo laikotarpiu mūsų kontora taip pat gavo įvairių užklausų dėl koronaviruso finansinių pasekmių skyryboms ir kitoms šeimos teisės procedūroms, visų pirma išmokų vaikui ir buvusio sutuoktinio išlaikymo (anksčiau vadinto alimentais) mokėjimui.

Paprastai išmokos vaikui ir išlaikymas (alimentai) apskaičiuojami naudojant abiejų šalių bendras pajamas, taip surašant vaiko išlaikymo nutartį.

Tais atvejais, kai sprendimas mokėti išmokas vaikams jau įsigaliojo, darbo praradimas arba sumažėjęs darbo užmokestis gali reikšmingai pakeisti aplinkybes, dėl kurių gali tekti pakeisti išmokų vaiko išlaikymui dydį. Asmenims, kurie šiuo metu yra įpareigoti finansiškai išlaikyti vaikus, ir kurie neseniai prarado darbą arba kurių atlyginimai buvo sumažinti dėl koronaviruso, patariame kreiptis į mūsų biurą ir aptarti galimus šios problemos sprendimus.

Daugeliu atvejų šalių individualūs tarpusavio susitarimai, nesikreipiant į teismą su prašymu sumažinti vaiko išlaikymą, nelaikomi teisiškai galiojančiais, todėl visi tokie susitarimai turėtų būti įforminti teismo priimto sprendimo forma.

Kalbant apie sutuoktinio išlaikymą (alimentus), Ilinojaus santuokos ir santuokos nutraukimo įstatymas apibrėžia įvairius faktorius, kuriuos teismas gali apsvarstyti, nustatant ar vienam iš sutuoktinių priklausoma išlaikymas. Šis sprendimas paprastai grindžiamas individualiais kiekvienos bylos faktais, todėl kiekvienam asmeniui, turinčiam klausimų dėl išlaikymo (alimentų), rekomenduojama kreiptis į mūsų biurą, kad galėtume aptarti jo konkretaus atvejo specifiką.

Daugeliu santuokos nutraukimas sukelia didžiulių asmeninių ir finansinių problemų. Mes dedame visas pastangas, kad užtikrintume, jog mūsų klientai gautų visą reikiamą informaciją ir dalyvautų kiekviename šio proceso žingsnyje. Palaikyti ryšį ir nuolat bendrauti su klientais yra neatsiejama mūsų praktikos dalis; tai ypač svarbu tokiais unikaliais ir iššūkių kupiniais laikotarpiais kaip koronaviruso pandemija.

Jei turite klausimų, skambinkite arba rašykite mums jau šiandien arba užsiregistruokite konfidencialiai konsultacijai jums patogiu metu. ■

Tel. (847) 897-5288
michael@domanlaw.com /
lsokolov@domanlaw.com

555 Skokie Blvd, Suite 500,
Northbrook, IL 60062
www.chicago-divorce.com



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

555 Skokie Boulevard, Suite 500, Northbrook, Illinois 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



Per pastarojo meto protestus ir riaušes, paskatintus juodaodžio George'o Floyd mirties, žuvo mažiausiai 11 žmonių. Tuo metu riaušės jau persimetė ir į Europą - Paryžiaus priemiesčių gyventojai vakar uoliai puolė ginti juodaodžių teises, plėšdami parduotuves ir degindami automobilius.

Tarp protestų aukų yra Čikagos (Ilinojus), Detroito (Mičiganas), Omahos (Nebraska), Davenporto (Ajova), Oklando (Kalifornija) ir Luisvilio (Kentukis) miestų gyventojai. Dauguma jų - afroamerikiečiai. Kaip pranešama, daug kitų žmonių buvo sužeisti protestų metu, bet tikslus sužeistųjų skaičius dar nežinomas.

Agentūros AP teigimu, per kelias pastarąsias dienas JAV per protestus ir riaušes sulaukta beveik 6 tūkstančiai žmonių. Jie apkaltinti plėšikavimu, komendanto valandos pažeidimais ir kelių blokavimu. Komendanto valanda įvesta 40-ye JAV miestų, įskaitant Vašingtoną, Los Andželą ir Niujorką.

KARIUOMENĖ PASIRENGUSI

JAV kariuomenė į karines bazes aplink sostinę Vašingtoną trečiądienį jau perkėlė 1600 karių, kad, esant reikalui, galėtų paremti saugumo pajėgas sostinėje tęsiantis protestams.

Karšta tema

Kas išloš?

Karo policija ir pėstininkai pasirengę, jei reikės, įsikišti, antradienio vakarą pareiškė Gynybos departamento atstovas. Permesti karius nurodė gynybos sekretorius Markas Esperis.

Prezidentas Donaldas Trumpas pirmadienį paskelbė, jog ketina pasitelkti „tūkstančius“ karių, kad užkirstų kelią kylančioms riaušėms, vandalizmui ir plėšikavimams, prisidengiant juodaodžių „teisių gynimu“.

JAV kariuomenės panaudojimas šalyje būtų labai neįprastas žingsnis. Kelios valstijos yra paprašiusios Nacionalinės gvardijos paramos. Ši JAV dažniau pasitelkiama per gamtos katastrofas ar kitomis ekstremalioomis situacijomis.

Komentuoja politologas Vadimas VOLOVOJUS:

Galimi keli šių įvykių paaiškinimai. Pirmą versiją – viskas prasidėjo spontaniškai ir atsitiktinai. O tuomet prasidėjo nuolat egzistuojančios problemos proveržis. Kitaip tariant, ši situacija tiesiogiai susijusi su juodaodžiais, kurie gyvena skurdžiai ir kuriems sunkiai prieinamas vadinamasis „socialinis liftas“. Na, o dėl egzistuojančios abipusės neapykantos kartkartėmis įvyksta ir policijos savivalė. Reikia tik mažos kibirkšties, kad įvyktų sproginimas. Tos problemos kaupiasi metų metus, po to išsilieja į gatves, smurtinius protestus, plėšimus ir riaušes. Tuomet nusiramina iki kito karto.

Tačiau klausimas kur kas įdomesnis. Kai nutiko tas įvykis, ar riaušės buvo kaip nors skatinamos iš šalies, mėginant tai išnaudoti politiniais tikslais? Nes antai Mineapolio meras, o ir kitų miestų vadovai sako, jog pastebimi atvažiujantys nevietiniai žmonės, veikia įvairūs provokatoriai ir pan. Kitas įdomus požymis: kažkodėl daugelyje gatvių, kur vyksta protestai, patogiai ir gražiai sudėtos krūvos plytų – prašom, kurie

norite, mėtykite į policininkus ir vitrinas, net nereikia, kaip kokiame Maidane, lupti jų iš grindinio...

Tokiu atveju, kyla klausimas, kam tai yra naudinga? Demokratams ar respublikonams? O gal – visiems?

Štai kai kurie žmonės Amerikoje sako: viską suorganizavo George'as Sorosas, nekenčiantis Trumpo. Logikos yra: valdžia yra bloga – ji ne tik su virusu negali susidoroti, bet ir su kelių chuliganų minia... Be to, Trumpas dar ir rasistas, todėl jį reikia kuo greičiau versti arba už jį nebalsuoti...

Galima ir kita versija – kad visa tai pakurstė pats Trumpas. Logika tokia: viešojoje erdvėje neliko kalbų apie virusą, Kiniją, Honkongą, 40 milijonų bedarbių – liko tik viena tema: riaušės. Neliko tos dienotvarkės, kuri prieš rinkimus yra nepalanki Trumpui. O dėl riaušių jį apkaltinti sunku, nes Mineapolio meras – demokratas, Minesotos gubernatorius – taip pat demokratas... Kadangi demokratai nesusitvarko, Trumpui nieko nelieka, kaip tik pasitelkti kariuomenę ir Nacionalinę gvardiją įvesti tvarką.

Kita vertus, tai, kas ten vyksta, galima pavadinti ir neformalia bedarbio pašalpa. Žmonėms reikia išleisti susikaupusią įtampą dėl viruso, dėl nedarbo, pinigų stygiaus. Pinigų jiems neduoda, bet kažkas paslaugiai padėjo bent plytų ir leido kurį laiką plėšti parduotuves, kaip senovės Romoje: užgrobė miestą ir savaitę jį plėšia... Aišku, tai negali tęstis ilgai. Turi būti kažkokios ribos. Na, tuomet pasirodo stiprus prezidentas ir atkuria tvarką...

Taigi, kad ir kaip keistai skambėtų, šitos riaušės gali būti naudingos visiems, tik belieka mokėti tai išnaudoti savo politiniais tikslais. ■

Dvigubas pavojus

Protestai pandemijos metu

Pastaraisiais mėnesiais žodis „beprecedentis“ yra vartojamas turbūt dažniau nei kada nors iki šiol. Tačiau ekspertams diskutuojant apie tai, kokių pasekmių gali turėti masiniai protestai mirtinos pandemijos metu, sunku rasti tinkamesnį apibūdinimą.

Po kelių mėnesių saugaus atstumo laikymosi idant būtų sustabdytas COVID-19 plitimas, būriai amerikiečių išėjo į gatves protestuoti dėl George'o Floyd ir kitų juodaodžių mirties policijos rankose. Visuomenės sveikatos specialistai ir miestų lyderiai nerimauja, kad tai gali paspartinti koronaviruso plitimą ir dar labiau pagilinti akivaizdžią rasinę nelygybę tarp virusu jau užsikrėtusių žmonių ligos eigoje.

Atlantos merė Keisha Lance Bottoms ragino protestuose dalyvaujančius asmenis po to būtinai išsirtinti dėl COVID-19, ypač, kai statistika rodo, jog „juodaodžių ir rudaodžių žmonių mirtingumas nuo viruso yra neproporcingai dideli, lyginant su baltaodžiais“. Ji tikino, kad „ypatingai nerimauja“ dėl epidemijos sustiprėjimo per ateinančias savaites.

„Mes dabar prarandame daugybės dalykų perspektyvą, – sako Bottoms. – Mes pamirštame, kad mūsų šalyje reikia pokyčių rasiniuose santykiuose, lyderystėje, sveikatos apsaugos sistemoje, ypač šios sistemos santykį su juodaodžių bendruomene. Tačiau mes kalbame tik apie sudegintus automobilius ir nusiaubtas parduotuves.“

Nors daugumoje valstijų ir toliau švelninamos karantino sąlygos, apie 10 valstijų praėjusią savaitę užfiksavo užkrato atvejų padidėjimą (iki praėjusio sekmadienio koronavirusu iš viso užsikrėtė daugiau nei 1 773 020 žmonių, o per 103 853 mirė).

Tiek Minesotos sveikatos įgaliotinis, tiek Mineapolio meras Jacobas Frey'us perspėjo, kad protestai tikėtinai smarkiai paskatins viruso plitimą, todėl būsime priversti tvarkytis su dviem didelėmis krizėmis vienu metu. Minesotos gubernatorius Timas Walzas išreiškė nerimą, kad protestuotojai nesilaiko saugaus atstumo ir nedėvi kaukių.

„Aš kartoju visiems, kad jau pamiršo: mes esame pandemijos, kuri mūsų valstijoje nusinešė jau per 1000 gyvybių, sukuryje, – sakė Walzas. – Mūsų ligoninėms vis dar gresia nesusidoroti su COVID-19 atvejų pertekliumi.“

Dėl to nerimauja taip pat ir kiti didžiųjų miestų lyderiai, nuo Los Andželo iki Baltimorės, bei visuomenės sveikatos specialistai, kurie vieningai sutaria, kad po šių protestų gali ateiti labai rimtas koronaviruso protrūkis.

„Tai labai tikėtina“, – sako Sirakūzų universiteto profesorė dr. Brittany Kmush, kurios specializacija yra epidemiologija, globalinė sveikata ir užkrečiamosios ligos. Tačiau, pasak jos, yra „sunku prognozuoti“, kur epidemijos sustiprėjimas bus ryškiausias, nes mes neturime didelių pilietinių sukilimų globalinės pandemijos metu precedento.

Tačiau Kmush tikina, kad yra keli faktoriai, galintys padėti visuomenės sveikatos departamentams pasiruošti galimam naujam iššūkiui. Pasak jos, daugiausiai dėmesio reikėtų atkreipti į vietoves su ilgiausiai trunkančiais protestais, o taip pat, kur yra daugiausiai dalyvių, dainavimo ir skandavimo, fizinio kontakto, bei keliavimo.

„Didelis žmonių susibūrimas yra katalizatorius, – sako Kmush. – Jei bent vienas žmogus serga ar yra inkubaciniame laikotarpyje, jie gali greitai paskleisti virusą kitiems žmonėms.“



Tačiau protestuotojai ne kartą patys yra pareiškę, kad pūkiai žino, kuo rizikuoja eidami protestuoti.

„Nenormalu, kad turime eiti protestuoti, rizikuodami savo gyvybėmis, – AP sakė 25-erių metų juodaodė moteris Spence Ingram, kuri prisipažįsta, kad baiminasi viruso, nes serga astma. – Tačiau aš neturiu kito pasirinkimo, aš esu priversta protestuoti už savo gyvybę, nuolat kovoti už savo gyvybę.“

Kmush patarimas protestuojantiems? Dėvėkite kaukes, kiek įmanoma palaikykite saugų atstumą ir nepamirškite kitų žmonių savo gyvenime (namie ir darbe), kuriems galite pernešti virusą – ypač, vyresnio amžiaus žmones, ar turinčių lėtinių ligų. ■

THE LAW OFFICES OF ANDRIUS SPOKAS

Nekilnojamojo turto teisė

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

www.spokasrealestatelaw.com

Traumos ir civilinės bylos

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

Baudžiamosios ir eismo įvykių bylos

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

www.spokaslaw.com



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

Kalbame lietuviškai!
Priimame kreditines korteles



LIETUVIŠKIAUSIA

Mes priimame **TIN** numerius
-Del Kredito!

0% APR For
36-**60** Mos

On
ALL New Hybrid Models

On
2020
RAV4 Gas

1.9% APR For
60 Mos.

1.9% APR For
60 Mos.

On
2020
Camry Gas

On
2020
Supra

0% APR For
60 Mos.
OR
\$3500
Customer Cash



Aloizas (Al) Zaremba
Sales Leasing Consultant
Kalbame lietuviškai,
rusiškai ir lenkiškai.
773.875.8555
alz@continentaltoyota.com



Gerardas (Jerry) Skeberdis
Master Sales Consultant
Kalbame lietuviškai,
rusiškai ir lenkiškai.
708.280.9341
gerardjerrys@continentaltoyota.com



CONTINENTAL TOYOTA

6701 S. La Grange Rd, Hodgkins, IL 60525
708.866.0598 | ContinentalToyota.com

0% APR with approved credit through TFS on all new 2020 Toyota Hybrid models in lieu of any available Toyota Customer Cash. Ex: \$17.48 per \$1000 financed with \$0 down for 60 months. Plus \$300 doc fee. Expires 07.06.20. 1.9% APR with approved credit through TFS on 2020 Toyota RAV4 models in lieu of any available Toyota Customer Cash. Ex: \$17.48 per \$1000 financed with \$0 down for 60 months. Plus \$300 doc fee. Expires 07.06.20. 1.9% APR with approved credit through TFS on 2020 Toyota Camry gas models in lieu of any available Toyota Customer Cash. Ex: \$17.48 per \$1000 financed with \$0 down for 60 months. Plus \$300 doc fee. Expires 07.06.20. 0% APR with approved credit through TFS on 2020 Toyota Supra models in lieu of available \$3500 Toyota Customer Cash. Ex: \$17.48 per \$1000 financed with \$0 down for 60 months. | \$3500 Toyota Customer Cash is in lieu of 0% APR financing available through TFS. | Plus \$300 doc fee. Expires 07.06.20.

Kas yra „antifa“ ir ar ji kelia grėsmę šiandien?

Protestams dėl George'o Floyd'o mirties plintant po visą šalį, valdantieji pareigūnai atsakomybę už kai kuriuose protestuose prasiveržusį smurtą priskyrė kontroversiškai grupei, dar žinomai „antifos“ vardu. Sekmadienį šalies prezidentas Donaldas Trumpas pareiškė priskirsiąs „antifa“ teroristinėms organizacijoms, nors federalinė valdžia ir neturi teisinės galios išimtinai šalies viduje veikiančios organizacijos priskirti į tą pačią kategoriją kaip užsienio teroristines gruputes.

Visos šalies mastu fiksuojamas „smurtas ir vandalizmas yra provokuojamas „antifos“ ir kitų radikalių kairiųjų grupuočių, kurios terorizuoja nekaltus žmones, naikina darbo vietas, kenkia verslui ir degina pastatus“, sakė jis šeštadienį kalbėdamas Kennedy Space Center.

Vėliau Generalinis prokuroras Williamsas Barras išplatino pareiškimą, kuriame atkartojama prezidento pozicija: „Antifos ir kitų panašių grupių inicijuojamas ir vykdomas smurtas yra terorizmas šalies viduje ir su juo bus atitinkamai tvarkomasi“.

Šiai grupei kaltę dėl smurto poveržių sumetė ir tokio lygio politikai kaip respublikonas kongresmenas Mattas Gaetzas iš Floridos, senatorius Tomas Cottonas iš Arkanzaso, kurie ragino į „antifos terorizmą“ reaguoti karinėmis priemonėmis.

Tačiau pasak „The Nation“, cituojančio vidinę FTB situacijos ataskaitą, biuras „neturi jokios žvalgybinės informacijos, galinčios patvirtinti „antifa“ dalyvavimą protestuose“, vykusiuose savaitgalį.

Tačiau FTB ataskaita perspėjo, kad asmenys, siejami su radikalių dešiniųjų pažiūrų socialinių tinklų grupe „Identity Evropa“, „ragina ekstremalios dešinės provokatorius pulti federalinius agentus“ ir „naudoti automatinius ginklus prieš protestuotojus“.

Pirmadienį „Politico“ pranešė apie Krašto gynybos departamento žvalgybos pranešimą, perspėjantį teisėtvarkos pareigūnus, kad baltųjų supremacistų kanalas šifruotoje susirašinėjimo programėlėje „Telegram“ ragino savo pasekėjus provokuoti smurtą, kad šių protestų metu būtų pradėtas rasių karas.

Tačiau visų dėmesio centre vistiek toliau dominuoja „antifa“. Tad pažvelkime į ją iš arčiau.

KAS YRA „ANTIFA“?

Grupės pavadinimas yra kilęs iš žodžio antifašistai. Terminas yra naudojamas apibrėžti plačią žmonių grupę, kurių politinės pažiūros linksta į kairę (dažnai, radikalią kairę), tačiau neatitinka Demokratų partijos politinės platformos. „Antifa“ grupių tarpusavio organizuotumas (tiksliau, organizuotumo trūkumas) primena „anonymous“ reiškinį: čia nėra jokios hierarchijos ar centrinės platformos, bet kas gali prisiskirti sau šį pavadinimą ir įkurti savo vietinę grupę.

Viena vertus, decentralizuota „antifa“ veikla ir aiškiaus teorinio pagrindo trūkumas užtikrina, kad šis judėjimas bus patrauklus visiems „antifašistams“, tačiau kartu labai apsunkina pastangas išgryninti kam gi iš tiesų šis judėjimas oponuoja ir su kuo jis kovoja. Paprastai „antifa“ judėjimo dalyviai smerkia rasizmą, seksizmą, homofobiją, neretai ir kapitalizmą. Kai kurie yra anarchistai. Tačiau svarbiausia „antifa“ charakteristika yra siekis priešintis fašizmui „bet kokiomis priemonėmis“, įskaitant jėgos ir smurto panaudojimą.

Buvęs „antifa“ organizatorius Scottas Crow sako, kad judėjimo propaguojamos „radikalūs idealai“ vis labiau tampa priimtini liberalų tarpe: „Anksčiau jie į tuos idealus numodavo ranka, nes mus laikė tokiu pat savo priešu, kaip dešiniuosius.“

„Antifa“ narius nėra taip paprasta apibrėžti paprastais ir aiškiais stereotipais, tačiau nuo prezidento Trumpo išrinkimo, dauguma naujų narių yra jauni rinkėjai.



KAIP GIMĖ ŠIS JUDĖJIMAS?

„Antifa“ šaknis glūdi 4 dešimtmečio Europos politiniuose judėjimuose, pasivadinusiuose bendrinium „Antifašitinės akcijos“ vardu. Šios grupės, ypač Vokietijoje, buvo nepavykęs kairiųjų bandymas susivienyti prieš fašizmo ir nacizmo grėsmę. Antrojo pasaulinio karo pabaiga ir okupuotoje Vokietijoje kilęs chaosas trumpam atgaivino šiuos judėjimus kaip organizuotus socialistų ir komunistų susivienijimus, kurie ėmėsi iškilių nacių persekiojimo bei politinio aktyvizmo, tačiau juos greitai nuslopino okupuojančios jėgos.

„Antifa“ Europoje vėl iškilo 9 dešimtmečio pabaigoje, ypač Rytų Vokietijoje, kaip nelabai organizuotas radikalių aktyvistų, sureagavusių į neonacių ir dešiniojo sparno skustagalvių judėjimus, tinklas. Būtent 9 dešimtmetyje „antifa“ pirmą kartą pasiekė Ameriką. Čia judėjimas pasireiškė „Antirasistine akcija“. Šis tinklas prasidėjo nuo įvairiarasės pelno nesiekiančios skustagalvių grupės „Baldies“, įsikūrusios 1987 metais, ir paskatinusios kitų panašių grupių kūrimąsi visoje šalyje ir vis aktyvėjantį pasipriešinimą neonaciams. Jei pirmoji „antifa“ grupių iteracija savo veiksmus pirmiausia grindė retorika ir politiniu aktyvizmu, tai vėliau atsiradusios grupės organizavosi kovoms gatvėse. Šis požiūris priveda prie smurtinių protestų ir susidūrimų su policijos pareigūnais ar dešiniojo sparno ekstremistais.

Šiandieninis „antifa“ judėjimas dažnai yra ryškus veikėjas ne protestuose, bet ir pačiame progresyvistų judėjime, sako Kalifornijos valstijos universiteto Neapykantos ir ekstremizmo tyrimų centro vadovas Brianas Levinas.

„Dabar jie ne tik nori atkreipti į save dėmesį per smurtą populiariuose protestuose ir demonstracijose, tačiau per nedidelio masto susirinkimus ir socialinius tinklus siekia pritraukti progresyvistus, jaučiančius, kad jų balsas lieka neišgirstas, kurie iki šiol buvo taikūs“, – sako Levinas.

KUR JIE PROTESTUOJA?

„Antifa“ nariai yra pastebimi įvairiuose daug dėmesio sulaukusiuose dešiniojo sparno veikėjų renginiuose visoje šalyje.

2017 metų rugpjūtį ši grupė susirinko Virdžinijos valstijos Šarlotsvilio mieste, kad pasmerktų rasizmą ir sudarytų opoziciją šimtams baltųjų nacionalistų ir neonacių, protestuojančių prieš konfederacijos generolo Roberto Lee skulptūros nuvertimą. Šiuose protestuose prasiveržė smurtas, kai ekstremalių dešiniųjų pažiūrų Jamesas Fieldsas automobiliu specialiai įvažiavo į kontraprotestuotojų kairiųjų minią, nužudydamas Heather Heyer.

Anksčiau tais pačiais metais „antifa“ smurtiniais protestais sutiko tuo metu populiaraus alternatyviosios dešinės atstovo ir provokatoriaus Milo Yiannopouloso pasirodymą Berklio universitete. Grupė taip pat protestavo prezidento Donaldso Trumpi inauguracijos ceremonijoje 2017 metų sausį.

Nors neretai „antifa“ aktyvistus yra sunku atskirti nuo kitų protestuotojų, kai kurie vilki taip vadinamojo „juodojo bloko“ aprangą (juodus marškinius, juodas kelnes ir juodas slidininko kaukes) siekdami nuslėpti savo tapatybę nuo policijos ar tų, prieš kuriuos protestuoja.

KODĖL ŠI GRUPĖ YRA TOKIA KONTROVERSIŠKA?

Grupė yra liūdnei pagarsėjusi tuo, kad per protestus dažnai niokoja turtą. Tai Berklyje juodai nuo galvos iki kojų apsitaisę protestuotojai mėtė Molotovo kokteilius ir daužė studentų sąjungos centro, kuriame turėjo vykti Yiannopouloso pasirodymas, langus.

Daugiau nei 30 metų „antifa“ veikloje dalyvavęs Crow sako, kad grupės nariai smurtą naudoja savigynai, tačiau nuosavybės ir nekilnojamojo turto naikimo nelaiko smurtine veikla.

„Smurtas turi savo laiką ir vietą. Ar mes norėtume gyventi tokiame pasaulyje? Ne. Ar tai pasaulis, kurį mes norime sukurti? Ne. Tačiau ar mes į smurtą atsakysime smurtu? Taip“, – sakė Crow.

Pasak Levino, „antifa“ aktyvistai jaučia būtinybę imtis smurto, nes „jie tiki, jog elitas kontroliuoja valdžią ir žiniasklaidą, tad jie jaučiasi verčiami patys imtis iniciatyvos tiesiogiai kovojant su žmonėmis, kuriuos jie laiko rasistais.“

„Jie turi tą būtinybės kovoti čia ir dabar mentalitetą, kuris turi kelių dešimtmečių istoriją, menančią konfrontacijas ne tik pas mus Amerikos pietuose, bet ir Europoje“, – pridūrė jis.

Baltieji nacionalistai ir kiti tai vadinamos alternatyviosios dešinės nariai yra aršūs „antifa“ kritikai, dažnai grupės narius vadinantys „alternatyviaja kaire“. Dauguma baltųjų nacionalistų iš Šarlotsvilio protestų tikina, kad būtent „antifa“ nariai yra atsakingi už tai, kad protestuose prasiveržė smurtas.

Baltuoju nacionalistu save laikantis Peteris Cvjetanovicus, kuris irgi dalyvavo protestuose Virdžinijoje, yra įsitikinęs, kad kairiųjų ekstremistai, tame tarpe ir „antifa“ yra „tokie pat pavojingi, jei ne labiau pavojingi, nei dešiniojo sparno atstovai“.

„Šie žmonės kalba apie toleranciją ir meilę, tačiau patys grasina žmonėms, su skirtinga politine ideologija. Mes einame į savo demonstracijas, ir jie mums trukdo, mus puola. Kai jie rengia savas demonstracijas, mes juos ignoruojame. Dešiniojo sparno atstovų protestuose tokių dalykų nepamatysi“, – sakė jis KRNK žurnalistams.

Tačiau Crow tikina, kad „antifa“ filosofija yra paremta tiesioginio veiksmo idėja.

„Viso judėjimo esmė yra ta, kad mes esame opozicijoje. Mes einame ten, kur eina dešinieji ekstremistai. Neapykantos žodžiai nėra žodžio laisvė. Jei tavo pasakymai ir veiksmai, kuriuos tie pasakymai išprovokuoja, stato žmones į grėsmę, tu netenki teisės tai daryti“, – sakė jis.

„Mes einame ten, kur verda neapykanta, einame sukelti konflikto ir nutildyti jų čia ir dabar, nes mes tikime, kad nacių ir bet kokio plauko fašistų idėjos neturėtų būti skleidžiamos“, – pridūrė Crow. ■

Advokatas Ralphas Briscoe

– jūsų teisių gynība bet kokio sudėtingumo šeimos teisės ir baudžiamosiose bylose

Prieš tapdamas advokatu, Ralphas Briscoe pradėjo savo karjerą teisėsaugos srityje kaip policijos detektyvas. Jis asmeniškai tyrė šimtų automobilių avarijų ir traumų darbo vietoje aplinkybes. Advokatas Briscoe įgijo neįkainojamų žinių apie baudžiamosios ir šeimos teisės sistemas, turi didelę darbo patirtį teismo posėdžiuose.

TEISINĖ PAGALBA BAUDŽIAMOSIOSE BYLOSE:

- jūsų teisių apsauga nelaimingų atsitikimų, avarijų ir sužeidimų keliuose, susijusių su kelių eismo taisyklių pažeidimais, atveju;
- teisiniu keliu siekiame kaltinimų panaikinimo, laisvės atėmimo bausmės termino sutrumpinimo, baudų sumažinimo;
- teisinis kelių eismo įvykių pasekmių įvertinimas ir jų sumažinimas, siekiant panaikinti baudžiamuosius kaltinimus;
- išreikalaujame maksimalios kompensacijos už padarytą žalą.

TEISINĖ PAGALBA PATYRUS TRAUMĄ DARBO VIETOJE:

- ginčų, susijusių su traumomis darbo vietoje, išsprendimas;
- maksimali kompensacija už sužalojimus ir patirtą žalą darbo vietoje.



TEISINĖ PAGALBA ŠEIMOS TEISĖS BYLOSE:

- jūsų interesų gynimas, apsaugant jūsų turtą ir pasiekiant sąžiningo abipusio susitarimo;
- jūsų ir jūsų vaikų teisių gynimas, vaiko išlaikymo (alimentų), globos ir lankymo klausimais;
- advokatas Briscoe visas derybas veda oriai ir apdairiai, visada atsižvelgdamas į jūsų interesus.

Mes negalime pakeisti priešasčių, dėl kurių įvyko skyrybos, avarija, fizinės traumos ar moralinė žala. Tačiau mes galime padėti atkurti teisingumą, sušvelninti pasekmes, kompensuoti nuostolius.

(847) 305-2210

E-mail: rb@rbriscoelaw.com

Pirma konsultacija NEMOKAMAI!

346 N. Northwest Highway,
Suite 2 Palatine, IL 60067

www.rbriscoelaw.com



Mes kalbame
rusiškai.
Skambinkite
24 valandas per parą,
7 dienas
per savaitę

Koronavirusas Lietuvoje ir svetur

Kasdien radijas, televizija ir spauda skelbia naujienas iš kovos lauko su klatinguoju virusu. Skelbiama statistika apie situaciją Lietuvoje ir kai kuriose kitose valstybėse: kiek atlikta testų, kiek rasta užsikrėtusių, kiek pasveiko, kiek numirė. Nuolat diskutuojama, kaip reikėtų kovoti su virusu, ar tinkamai naudojamos kovos priemonės.

Natūralu, kad didesnėse valstybėse skaičiai didesni, mažesnėse – mažesni. Tam kad būtų galima susidaryti objektyvesnį vaizdą apie situaciją įvairiose valstybėse ir spręsti apie kovos su virusu sėkmingumą, palyginsime viruso sukeltų netekčių skaičių, tenkančių milijonui gyventojų. Šį rodiklį galima laikyti apibendrinančiu, kadangi jis yra galutinis rezultatas visų kovos priemonių: testavimo, karantinavimo ir gydymo.

Viruso sukelti netekčių skaičiai, užregistruoti iki 2020 m. birželio 3 d. [1]. Gyventojų skaičiai paimti iš 2017 m. statistikos [2]). Iš šių duomenų apskaičiuoti netekčių skaičiai vienam milijonui gyventojui ir surašyti į lentelę. Įtrauktos visos Europos Sąjungos valstybės ir dar po dvi iš Europos, kuriose gyvena daug lietuvių (Jungtinė Karalystė ir Norvegija) ir Amerikos, kurias daugiausia siaubia virusas (Jungtinės Amerikos Valstijos ir Brazilija). Lentelėje valstybės išdėstytos netekčių mažėjimo eile.

Eilės Nr.	Valstybė	Turi gyventojų mln.	Neteko gyventojų	Netekčių 1 mln. gyventojų
1	Slovakija	5,5	28	5
2	Latvija	2,0	24	12
3	Kipras	1,2	17	14
4	Graikija	10,7	179	17
5	Bulgarija	7,0	144	21
6	Malta	0,4	9	22
7	Lietuva	2,8	71	25
8	Kroatija	4,1	103	25
9	Lenkija	38,0	1092	29
10	Čekija	10,6	323	30
11	Norvegija	5,3	237	45
12	Slovėnija	2,1	108	51
13	Estija	1,3	68	52
14	Vengrija	9,8	534	57
15	Suomija	5,5	320	58
16	Rumunija	19,4	1279	66
17	Austrija	8,9	669	75
18	Danija	5,8	580	100
19	Vokietija	83,0	8551	103
20	Portugalija	10,3	1436	139
21	Brazilija	211,2	31199	148
22	Liuksemburgas	0,6	110	183
23	JAV	326,5	106181	325
24	Nyderlandai	17,3	5967	345
25	Airija	4,6	1658	360
26	Prancūzija	67,0	28940	432
27	Švedija	10,2	4468	438
28	Italija	60,4	33530	555
29	Ispanija	46,9	27940	596
30	Jungtinė Karalystė	65,5	39369	601
31	Belgija	11,5	9505	827



Iš lentelės matome, kad Lietuvos rezultatai yra vieni iš geriausių. Esame 7–8 vietoje tarp 31 valstybės. Todėl galime pasidžiaugti valdžios ir medikų pastangomis bei gyventojų sąmoningumu, kad karas su virusu vyksta sėkmingai.

Mūsų rezultatai tiek geri, kad pasigirsta balsų, jog taikomi per dideli ribojimai. Teko girdėti teiginį, kad koronaviruso sukeltų mirčių skaičius Lietuvoje sudaro tik vieną procentą nuo visų mirčių per tą patį laikotarpį. Žinoma, vienas procentas tai nedaug. Bet jeigu kovą su virusu būtume pradėję pavėluotai arba jai skyrę mažiau dėmesio, tai būtume galėję atsidurti sąrašo pabaigoje. Netekčių skaičių milijonui gyventojų 827, esantį paskutinėje lentelės eilutėje, padalinkime iš 25 (netekčių skaičiaus Lietuvoje). Gausime 33 – skaičių, rodantį, kiek kartų netekčių skaičių galėjome turėti didesnį. Taigi, vietoj vieno procento būtų 33. Arba tikimybė numirti nuo koronaviruso būtų buvusi 33 kartus didesnė. Ar norėtume?

Dalindami netekčių skaičių, tenkančių milijonui gyventojų, iš 25, galime apskaičiuoti, kiek kartų tikimybė iškelti anapilin buvo didesnė negu Lietuvoje kitose valstybėse, esančiose žemiau Lietuvos (9–31 eilutėse). Pamatysime, kad 9 valstybėse (23–31 eilutės) ši tikimybė net dešimtį ir daugiau kartų didesnė negu Lietuvoje. Todėl galima suprasti, kodėl daugelis užsienyje gyvenančių lietuvių pandemijai prasidėjus stengėsi grįžti į tėvynę.

Didelius nuostolius amerikiečiai patyrė ilgus metus trukusiame Vietnamo kare. Jame žuvo 58 tūkst. amerikiečių [3]. Keletą mėnesių trunkanti viruso pandemija jau pražudė 126 tūkst., t. y. dvigubai daugiau. Santykinai, t. y. skaičiuojant milijonui gyventojų, visos valstybės, lentelėje esančios žemiau JAV, dėl viruso patyrė dar didesnius nuostolius.

Judėjimo laisvės ribojimai ir kiti suvaržymai pakenkė verslui, nes sumažėjo gamyba. Teko atleisti dalį darbuotojų, o kai kam ir bankrutuoti. Patekome į ekonominę krizę. Teks ilgai iš jos kauptotis. Bet atsirado ir teigiamų pokyčių. Pagyvėjo nuotolinis darbas ir mokymasis. Keliuose sumažėjo mašinų ir padaugėjo dviračių, rečiau skraido lėktuvai. Dėl viso to sumažėjo gamtos tarša. Tai, ko nepajėgė padaryti gamtos saugotojai, padarė virusas. Tik reikia pasistengti, kad bent dalis teigiamų pokyčių neišnyktų virusui pasitraukus.

Šaltiniai:

1. European Centre for Disease Prevention and Control, <https://www.ecdc.europa.eu/en/geographical-distribution-2019-ncov-cases>
2. Šalys pagal gyventojų skaičių. Vikipedija, https://lt.wikipedia.org/wiki/Sąrašas:Šalys_pagal_gyventojų_skaičių
3. Vietnamo karas. Vikipedija, https://lt.wikipedia.org/wiki/Vietnamo_karas ■

Dr. Gintautas Grigas



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

PASIŪLYMAS
NAUJIEMS
PACIENTAMS

\$200 OFF

*Šaknies kanalų gydymui

*Cerec porcelianinėms karūnėlėms

*Visų rūšių protezams



SIMONA ZILIUTE DDS

708-598-4055

9055 S Roberts Rd
Hickory Hills, IL 60457

signdentalcare@gmail.com

www.signaturedentalcare.net

invisalign

CEREC
One-visit dentistry

PHILIPS
ZOOM!

Gydytoja Simona Žiliūtė atsako į jums rūpimus klausimus

Kas iš tiesų yra tie „protiniai“ dantys? Ar visi žmonės juos turi? Ar tiesa, kad šiuos dantis būtina išrauti?

Protiniai dantys – tai tretieji krūminiai dantys, mediciniškai dar vadinami aštuntaisiais. Liaudyje protinių dantų pavadinimą jie įgijo dėl to, kad išdygsta paskutiniai, vėlyvoje paauglystėje, kai formuojasi asmenybė ir žmogus turi daugiau išminties. Šie dantys iš esmės nesiskiria nuo kitų krūminių dantų ir su protiniais gebėjimais nieko bendro neturi. Jie prasikala 17 – 25 metų amžiaus tarpsnyje, dygsta abiejuose žandikauliuose ir dažniausiai yra keturi. Tačiau pasitaiko atvejų, kai šie dantys pradėję kaltis taip ir neišdygsta visą gyvenimą, kartais išlenda ne visi, o kai kuriems net nėra jų užuomazgų. Tyrimų duomenimis apie 10 % žmonių visai neturi protinių dantų.

Kai protiniai dantys dėl vietos stokos žandikaulyje negali prasikalti, jie vadinami retinuotais. Retinuoti (įstrigę arba nedaigūs) dantys – tai visiškai susiformavę, bet dėl tam tikrų priežasčių neišdygę dantys. Protinis dantis gali būti visiškai retinuotas, t.y. „gulintis“, visiškai padengtas kaulu ar gleivine, kuriam išdygti nėra jokių galimybių. Visai retinuotas dantis dažnai nesukelia jokių simptomų ir nustatomas atsitiktinai atlikus rentgeno nuotrauką. Tačiau kartais aplink tokį dantį gali formuotis cistos, kurioms didėjant ardomas aplinkinis kaulas, pažeidi-

džiami gretimi dantys ir nervai. Cistai supūliavus, gali išsivystyti rimti uždegimai.

Kartais galima ir dalinė retencija, kai protinis dantis yra nepilnai išdygęs. Tokie dantys susisiečia su burnos ertme ir dažniau sukelia įvairias komplikacijas. Aplink juos esančiose dantenų kišenėse kaupiasi bakterinis apnašas, kurį pašalinti dantų šepetėliu yra labai sunku. Tad susidaro palankios sąlygos dantų ėduoniui, dantenų ir periodonto ligoms vystytis. Dažnai pažeidimai apima ne tik retinuotus, bet ir gretimus dantis. Dažnai protiniai dantys yra pažeidžiami ėduonies, nes juos sunku išvalyti. Dėl susikaupusių apnašų neretai sugenda ir greta esantys krūminiai dantys.

Specialistų rate jau senokai laikomasi nuomonės, kad palikti protinius dantis burnoje nėra tikslinga, nes jie turi mažą funkcinę vertę ir didelę infekcijų bei kitų komplikacijų riziką. Tačiau priklausomai nuo situacijos protiniai dantys yra gydomi ir šalinami tik tuo atveju, kai neįmanomas veiksmingas gydymas. Jei pažeidimai nėra dideli, tikėtina, kad gydymas bus sėkmingas. Esant pažengusiam gedimo procesui, kai reikalinga endodontija, gydymo sėkmė stipriai sumažėja. Dažnai endodontinis gydymas komplikuojasi dėl prasto priėjimo prie danties ir specifinės šaknų formos. Nereikėtų skubėti išrauti taisyklingai išdygusio sveiko ar sėkmingai sugydyto protinio danties, nes ateityje jis gali būti reikalingas kaip atrama protezavimui.

Siekiant sumažinti infekcijų ir komplikacijų tikimybę, chirurgai rekomenduoja retinuotus neišdygusius ar netaisyklingoje padėtyje prasikalusius protinius dantis pašalinti paauglystės pabaigoje iki 20 metų, kai šaknys dar ne visiškai susiformavusios. Kuo ilgiau delsiama, tuo labiau padidėja rizika komplikuotam rovimui, nes pasitaiko atvejų, kai retinuoto danties šaknys apgaubia nervus ar gretimų dantų šaknis.

Protinio danties rovimas nėra paprasta procedūra. Kartais tai prilygsta rimtai chirurginei operacijai. Kokio sudėtingumo ir trukmės operacija bus, priklauso nuo individualios situacijos.

Nėra būdų išvengti retinuotų dantų. Žmogus gali tik maksimaliai užtikrinti gerą burnos higieną, kad šie tretieji krūminiai dantys būtų sveiki ir nepažeisti ėduonies arba esant komplikuotai situacijai konsultuotis su gydytoju odontologu ir apsispręsti dėl jų pašalinimo. ■

Adresas:
9055 S Roberts Road,
Hickory Hills, IL 60457
Telefonas:
708-598-4055
www.signaturedentalcare.net

Nepraraskite budrumo net ir sušvelnėjus apribojimams

Lėtai bet tikrintai visoje šalyje yra švelninami karantino apribojimai. Neilgai trukus, regis, visi galėsime pilnu tempu sugrįžti į normalų gyvenimą. Tačiau derėtų nepamiršti, kad tas „normalus“ gyvenimas vis tiek bus kitoks. Tad nepraraskite budrumo ir nepadarykite klaidų, kurios gali gerokai atsilūgti. Štai pačios pavojingiausios klaidos:

NENEŠIOTI KAUKĖS

Vien todėl, kad galima dažniau išeiti iš namų ir daugiau vietų atveria duris, dar nereiškia, kad galima nenešioti kaukės. COVID-19 niekur nedingo, o liga užsikrečiama oro lašelinio būdu. Nešiodami kaukę sumažinsite užsikrėtimo tikimybę nuo užsikrėtusio kosinčio, čiaudinčio ar paprasčiausiai kalbančio žmogaus.

REČIAU PLAUTI RANKAS

Karantinas ar ne karantinas, bet kruopščiai ir dažnai plauti rankas yra būtina. Ypač švelnėjant apribojimams! Visada su savimi turėkite rankų dezinfekavimo skysčio ir juo naudokitės, kad netyčia palietę veidą neužsikrėstumėte nei virusais, nei bakterijomis.

Skubėti į vietas, kur pilna žmonių. Tikriausiai nekantraujate apsilankyti savo mėgstamiausiose baruose ir restoranuose, tačiau patartina kol kas neskubėti lankytis vietose, kuriose

susirenka minios žmonių. Ir toliau reikia laikytis saugaus atstumo tarp žmonių, tad nusprendę pavalgyti ar pasimėgauti gėrimais ne namie, rinkitės vietą, kurioje lankytojų skaičius yra atsakingai kontroliuojamas.

VISKĄ LIESTI

Besibaigiantis karantinas nėra priežastis liesti viską, kas paupola po ranka. Apsipirkdami ir toliau laikykitės „apžiūrėti akimis, o ne rankomis“ principo ir maksimaliai ribokite liečiamų paviršių kiekį. Ir nepamirškite būti sąmoningi bei neliesiti rankomis veido!

NEBESIMANKŠTINTI NAMUOSE

Taip, jūs išsilgote savo sporto klubo. Ir ta suprantama, tačiau kol kas saugiau būtų tęsti per karantiną išstobulintas treniruotes namie, nes kas jau kas, o sporto klubai yra tikros petri lėkštelės. Štai 2020 metų pradžioje paskelbtas naujas tyrimas atskleidė, kad 25 procentai paviršių keturiose skirtingose tirtose sporto salėse buvo užkrėsti gripo virusu. Fui!

VESTI VAIKUS Į ŽAIDIMŲ AIKŠTELES

Nors daugelis pavienių žmonių ir šeimų per karantiną atrado malonumą vaikščioti parkuose, neverta skubti vesti vaikų



į žaidimų aikšteles. Net ir panaikinus apribojimus, nėra garantijų, kad jos yra tinkamai valomos ir dezinfekuojamos – o juk mažyliai garsėja tuo, kad mėgsta kišti rankas į burnytę. Žaidimų aikštelėse virusą pasigauti galima per kelias sekundes, tad nerizikuokite.

MANYTI, KAD VISKAS VEIKIA

Nors apribojimai ir švelninami, nepamirškite, kad pasaulis vis dar kovoja su koronavirusu. Ne visos įstaigos veiks įprastu grafiku, ar su įprastu personalo kiekiu – savo mėgstamos kavos puodelio eilėje (saugiu atstumu!) gali tekti palaukti kiek ilgiau. Visi dar saugosi ir deda pastangas apsaugoti jus, tad gyvenimas dar ne visiškai grįžta į senas vėžes. būkite kantrūs ir supratingi – mes visi norime, kad gyvenimas tekėtų įprastu ritmu, tačiau iki tol dar reikia nueiti nemažą kelią. ■

Jie valgė, gėrė, tvarkėsi nagus ir plaukus, bei apsipirkinėjo drabužių parduotuvėse – ir tai buvo nuostabu. Penktadienis buvo pirmoji diena, kai buvo sušvelninti karantino apribojimai daugeliui verslų Ilinojuje; ir nors čikagiečiai iki trečiadienio dar buvo laikomi ant trumpesnio pasaitėlio, priemiesčių gyventojai iš karto galėjo mėgautis visais mažais malonumais, kurių neteko kai kovo 21 dieną gubernatoriaus įsaku įsigaliojo karantinas.

„Jei matytumėte mano veidą, žinotumėte, kad šypsauisi“, – kalbinamas žurnalistų sakė dažnas kaukėtas praeivis ar verslo savininkas.

„Sarkis Cafe“ Evanstone savininkė Marla Cramin sakė, kad jai paskelbus apie atsidarymą socialiniuose tinkluose, klientai buvo pilni entuziazmo ir sakė nekantraujantys būti pirmisiais eilėje.

Evanstono centre esančio „Salon Antou“ darbuotojai aptarė naudami klientus išsodintus kas antroje kėdėje dėvėjo ne tik veido kaukes, bet ir apsauginius skydelius.

Gail Kaitis sakė, kad tokios apsaugos priemonės jai leidžia jaustis saugesnei, o be to, moters teigimu, ji neturėjo kito pasirinkimo.

„Vis žiūrėjau į savo plaukus galvodama, kaip siaubingai jie atrodo. Šis laikotarpis tik dar kartą patvirtino, kad niekada nenustosiu dažyti plaukų“, – sakė ši moteris, atėjusi kirpimo ir dažymo procedūrai.

Tuo tarpu Becky Jackson jautė didžiulį palengvėjimą vėl galėdama atidaryti drabužių ir aksesuarų parduotuvės „Notice“, kuri yra jos šeimos verslas, duris.

„Kol kas žmonių nedaug, tačiau smagu vien jau galėti atverti duris ir leisti žmonėms užėiti, – sakė ji. – Klientai dar kol kas atsargūs, tačiau akivaizdžiai džiaugiasi galimybe pavaikščioti po parduotuves.“

Dalinis verslų atidarymas dar nereiškia, kad gyvenimas priemiesčiuose grįžo senas vagas. Pritzkerio įsaku vis dar draudžiami didesni nei 10 žmonių susibūrimai, viešose vietose reikia dėvėti kaukes, mažmeninės prekyvietės veikia, tačiau klientų srautai yra ribojami, o kirpyklos, salonai, ir sporto klubai turi laikytis tam tikrų taisyklių.



Sveiki sugrįžę!

Priemiesčiuose pamažupradeda virti gyvenimas

Restoranai ir barai duris atvėrė tik lankytojų priėmimui lauke ir tik ne didesnėmis nei šešių asmenų grupėmis. Vaikų ir jaunimo sporto užsiėmimai kol kas apsiriboja tik treniruotėmis ir užsiėmimais, nereikalaujančiais tiesioginio vaikų kontakto ir leidžiančiais palaikyti saugų šešių pėdų atstumą. Sporto užsiėmimai leidžiami tik individualiai su treneriu arba iki 10 žmonių grupėse, jei jie vyksta lauke (be kontakto tarp žmonių, žinoma).

Tai reiškia, kad prie Oak Parko „K-Stone Beauty Supply“ durų apsauginiu dirbantis Asraelis Phillipsas pirmiausia sulaukia, kol kažkas išeis, kad įleistų naują klientą ir tik purkštelėjęs dezinfekcinio skysčio šiemis ant rankų ir užtikrinęs, kad jie dėvė kaukę. Pats Phillipsas dėvėjo N95 kaukę ir pirštines.

„Dabar visa ta apsauga jau atrodo savaime suprantama ir normalu, – sakė jis. – O žmonės geranoriškai laikosi taisyklių.“

Kiek toliau esančio restorano „Poor Phil's Bar and Grill“ lauko terasoje šurmuliavo susirinkę klientai.

„Sugrįžo visa mūsų įprastinė klientūra, kas yra labai malonu“, – sakė generalinė restorano vadovė Mary Murphy, pridūrusi, kad dar maloniau buvo vėl įdarbinti 15 iš buvusių 32 darbuotojų.

Kirpėja Tara Harris iš „Hype Hair Salon“ nepaprastai džiaugėsi vėl galėdama daryti tai, ką darė pastaruosius 22 metus – rūpintis klientų plaukais.

Dauguma lankytojų „Orland Square Mall“ dėvėjo kaukes, nors kai kuriems jos kabėjo ties smakrais. Maitinimo erdvė buvo tuščia, o nemažai parduotuvių dar nebuvo atvėrusios durų.

Drabužių parduotuvės „Zumiez“ vadybininkė Jessica Palumbo sakė, kad gera yra vėl atsidaryti.

„Žmonės nori išeiti iš namų, apžiūrėti, kas kur vyksta ir pasimėgauti gražiu oru, – sakė ji. – Klientai pasakoja mums, kaip džiaugiasi, kad pagaliau gali tai padaryti.“ ■



Elena LEVITIN M.D.

Chirurgė

Board certified in General Surgery
Member of American College of Surgeons

DIAGNOSTIKA
IR CHIRURGIJA

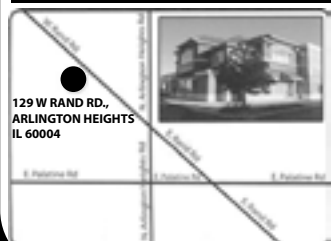


- Skrandžio ir žarnyno sutrikimai, rezekcija
- Tulžies pūslės, išvaržos, apendicito, storosios žarnos laparoskopija ir atvirosios operacijos
- Krūties augliai ir vėžiniai susirgimai
- Endoskopija, kolonoskopija
- Chirurginė onkologija
- Divertikulitas • Hemorojus
- Augliai ir polipai • Traumos darbe

Ofise priiminėja daktaras **PROKTOLOGAS** Dr. Giuseppe Gagliardi

- Piktybiniai storosios ir tiesiosios žarnos susirgimai
- Storosios žarnos polipai • Beskausmis hemorojaus pašalinimas
- Išangės įplėša, pūlinys ar fistulė • Išangės niežulys • Vidurių užkietėjimas

MUS RASITE NAUJU ADRESU:



**129 W RAND RD.,
ARLINGTON HEIGHTS IL 60004**
Chicago Surgical Clinic LTD
PH. 847.215.0530

Kalbame lietuviškai, angliškai ir rusiškai



**PRIKLAUSOMYBĖS NUO ALKOHOLIO
IR NARKOTIKŲ GYDymo CENTRAS**

South California
Road to Recovery

Nemokama konsultacija telefonu 714-798-3423

Greitoji pagalba. Skambinkite visą parą!

Mūsų gydymo centras yra viena geriausių licencijuotų klinikų Kalifornijoje, kuri:

- siūlo profesionalią pagalbą už prieinamą kainą;
- naudoja pačius progresyviausius gydymo metodus;
- gerbia klientų anonimiškumą;
- priima visus **medicinos draudimus** su PPO planais ar mokant grynaisiais

PROGRAMĄ SUDARO ŠIOS PASLAUGOS:

- pirminė diagnostika ir individualaus gydymo plano sudarymas;
- medicininė apžiūra ir laboratoriniai tyrimai;
- detoksikacija - toksinų, alkoholio ir narkotikų skilimo produktų pašalinimas iš organizmo;
- hospitalizacija - pacientams taikomas stacionarinis gydymas;
- psichikos ir psichologinių negalavimų gydymas;
- grupinė ir individuali psichoterapija;
- gydymo atostogų pagal medicininius požymius apiforminimas;
- psichologinė ir psichiatrinė pagalba gydant depresiją, stresą, bipolinį sutrikimą, nerimo sutrikimus, nepasitenkinimą asmeniniu gyvenimu, potraukį alkoholiui ir narkotikams, o taip pat sprendžiant tarpusavio problemas su vaikais ir artimaisiais;
- socialinė adaptacija ir naujo gyvenimo būdo palaikymas.

Atliekame toksinų išvalymo iš organizmo, medžiagų apykaitos ir nervų sistemos atstatymo procedūras. Mūsų specialistai kalba rusiškai ir angliškai.

NEMOKAMA KONSULTACIJA TELEFONAIŠ:

714-798-3423 (rusakalbiamas) / 844-867-7326 (anglakalbiamas).

Greitoji pagalba. Skambinkite visą parą!

Mūsų kontaktai: LOCAL NUMBERS - 714-798-3423/844-867-7326;

El.paštas: - scr7057@gmail.com, Internetinė svetainė: - socialroadtorecovery.com

CLARENDAVON
VISION
DEVELOPMENT
CENTER

AKIŲ GYDYTOJA
Monika Špokas



JUMS SIŪLOME:

- AKIŲ DIAGNOSTIKĄ NAUDOJANT NAUJAUSIAS TECHNOLOGIJAS
- AKIŲ LIGŲ GYDYMĄ
- AKINIŲ IR KONTAKTINIŲ LĘŠIŲ PARINKIMĄ
- PLATŲ KOKYBIŠKŲ RĖMELIŲ BEI OPTINIŲ LĘŠIŲ PASIRINKIMĄ

GYDYTOJOS SPECIALIZACIJA

- VAIKŲ REGOS SUTRIKIMŲ GYDYMAS
- AKIŲ TERAPIJA (VISION THERAPY)
- NAKTINIAI KONTAKTINIAI LĘŠIAI ORTHO-K TRUMPAREGYSTĖS STABDYMUI

Laukiame jūsų **nauju** adresu:

760 Pasquinelli Drive, Suite 300, Westmont, IL 60559

Tel: 630-323-7300 (kalbame lietuviškai), www.ClarendonVision.com



ADVANCE

NEKILNOJAMAS TURTAS:

- ✓ **PIRKIMAS**
- ✓ **PARDAVIMAS**
- ✓ **NUOMA**
- ✓ **SHORT SALE**



☎ **847-877-7003**

Aurelia Vaičekonienė

REAL ESTATE BROKER





Užsienio reikalų ministras Linas Linkevičius sako, kad Astravo atominėje elektrinėje (AE) pagamintos elektros pirkimo klausimas yra balansavimas tarp geopolitikos ir kainų.

Linkevičius apie Astravo AE

Pigi elektra – dar ne pergalė

„Čia yra balansavimas tarp geopolitikos ir kainų. (...) Jei mes norime desinchronizuoti savo elektros tinklus su Rytais ir sinchronizuoti su Vakarų Europa, turime užsibrėžę tikslą 2025 metais, tai yra geopolitinės pastangos ir ne tik pigi elektra. Jeigu kas įsivaizduoja, kad su pigia elektra gali iš šitos situacijos išeiti nugalėtojas, manau, labai klysta“, – ketvirtadienį „Žinių radijui“ sakė L. Linkevičius.

„Turime matyti visa tai, kad kažkas turi vykti tam tikra sąskaita. Lygiai tas pats buvo ir su suskystintųjų gamtinių dujų terminalu, ir laivu „Nepriklausomybė“. Buvo kalbų, kad per brangu, gal nereikia to daryti, tačiau akivaizdu, kad tai buvo geopolitinis lūžis ne tik mūsų regione, bet ir plačiau žvelgiant – atsikratant to energetinių resursų tiekimo monopolio“, – kalbėjo ministras.

Jo teigimu, išliekant priklausomiems nuo monopolinio energetinių resursų tiekimo, šaliai „visada bus daroma įtaka ir politikoje, ir kituose sprendimuose.“

Vyriausybei svarstant Baltijos šalių susitarimą dėl Astravo AE pagamintos elektros nepirkimo, L. Linkevičius sakė, kad šioje vietoje dar laukia intensyvus darbas ir stengiamasi į procesą kuo labiau įtraukti Europos Komisiją.

Energetikos ministras Žygimantas Vaičiūnas trečiadienį konservatorių frakcijos posėdyje aiškino dėl planuojamo Vyriausybei teikti susitarimo tarp Baltijos šalių, kuris, anot opozicijos, atvertų kelią Astravo AE elektros prekybai Baltijos šalyse bei grubiai pažeistų šiuo metu Lietuvoje galiojančius „anti-astravinius“ įstatymus.

Vaičiūnas žurnalistams sakė, kad šis susitarimas leidžia įgyvendinti „anti-Astravo“ įstatymą.

„Pirmasis tikslas, kuris yra keliamas, turėti su Latvija ir Estija bendrą poziciją dėl elektros pirkimo-nepirkimo, apmokestinimo iš trečiųjų šalių. (...) Šis susitarimas taip pat mažina srautus ir leidžia nenaudoti Lietuvos-Baltarusijos infrastruktūros prekybai. Jeigu tokio susitarimo nėra, mūsų galimybės kontroliuoti srautus bus tikrai labai ribotos. Bus tam tikrų instrumentų, kalbame apie alternatyvius variantus, juos taip pat rengiame, bet jie bus žymiai mažesni nei su šiuo susitarimu“, – sakė energetikos ministras.

Tuo metu Tėvynės sąjungos-Lietuvos krikščionių demokratų frakcijos Seime seniūnas Gabrielius Landsbergis kritikavo susitarimą ir teigė, kad Vyriausybei nereikėtų išduoti Lietuvos interesų. ■

Prezidentas pasirinko poziciją

G.Nausėda nepalaiko kritikos energetikos ministrui

Prezidentas Gitanas Nausėda ragina kuo skubiau įgyvendinti Baltijos šalių elektros sinchronizacijos projektą bei nepalaiko kritikos energetikos ministrui Žygimantui Vaičiūnui.

„Sveikintinos pastangos ieškoti sutarimo tarp svarbiausių partnerių regione, todėl svarbu įsivertinti, kiek mūsų pagrindiniai siekiai susitarimuose yra įgyvendinami. Energetikos ministras toliau turėtų tęsti dialogą su Latvijos ir Estijos kolegomis dėl elektros nepirkimo iš „nešvarių“ elektrinių. Privalome padaryti viską, kad Baltijos šalys pasiektų vieningą poziciją ir šiuo klausimu“, – feisbuke teigė G. Nausėda.

Anot jo, deryboms nepadės reikalavimai ministrui atsistatydinti.

„Vargu ar tam pasitarnaus abipusiai kaltinimai interesų išdavyste ir energetikos ministro Ž. Vaičiūno atsistatydinimo reikalavimai. Tai daroma net iki galo neįsigilinus į problemos ir ieškomo susitarimo esmę. Visi siekiame to paties, todėl privalome ne trukdyti, o padėti vieni kitiems rasti Lietuvai priimtinausią sprendimą“, – teigė prezidentas.

„Lietuva aiškiai pasisakė priimdama įstatymą dėl elektros energijos iš Astravo AE nepirkimo, kad ši elektrinė yra grėsmė

nacionaliniam saugumui, aplinkai ir gyventojams, bei numatė būtinas apsaugos priemones. Jos turės būti aktyvuotos nuo pat Astravo AE paleidimo, todėl turi būti užtikrintas visavertis įstatymo vykdymas tiek politiškai, tiek techniškai“, – pridūrė jis.

Primename, kad Tėvynės sąjungos-Lietuvos krikščionių demokratų (TS-LKD) frakcijos Seime seniūnas Gabrielius Landsbergis teigė, kad Vyriausybei nereikėtų išduoti Lietuvos interesų.

„Pirmiausia neišduoti Lietuvos interesų ir nelaužyti įstatymų, kuriuos patys pasitvirtinome Seime. Tas naujasis susitarimas iš esmės leidžia komerciniams tikslams naudoti Lietuvos techninę infrastruktūrą. Įsipareigojama latviams ir estams, kad jie galės ta infrastruktūra naudotis. Iš esmės tai yra mūsų įstatymo pažeidimas. Tai yra niekaip nepriimtina.

Reikia pripažinti, kad ministras posėdžio metu jau nebuvo įsitikinęs, kad tai pats geriausias kelias. Leido suprasti, kad yra tikimybė, jog neteiks šio susitarimo svarstyti Vyriausybei“, – po posėdžio sakė G. Landsbergis.

TS-LKD frakcijos lyderis tai pavadino „įstatymo pažeidimu“. Vaičiūnas posėdyje pateikė tris galimus scenarijus.



„Vienas scenarijus, Baltijos šalys įsipareigoja nepirkti baltarusiškos elektros energijos. Antras scenarijus, Baltijos šalys įsipareigoja prisidėti prie Lietuvos įstatymų įgyvendinimo ir užtikrinti, kad elektros energija iš Baltarusijos nepatektų į Lietuvos rinką, trečiasis variantas – susitarimo neturėjimas, kuris reiškia, kad tuo metu, kai paleidžiama Astravo AE, dabartinė metodika, kuri reguliuoja mūsų prekybą su trečiojomis šalimis, veikia tokiu principu, kad prekyba veikia per Lietuvos-Baltarusijos sieną“, – teigė Ž. Vaičiūnas.

Primename, kad Baltarusija 2 400 MW galios atominę elektrinę stato netoli Astravo miesto, nuo Vilniaus nutolusio vos per 50 km. Jėgainę sudarys du 1 200 MW galios blokai. ■

Šį sekmadienį – Švč. Trejybės iškilmė

Kviečia Švč. Mergelės Marijos bažnyčia

Laikydamosi visų saugumo reikalavimų, Bažnyčia po truputį ruošiasi sugrįžti prie įprastinės pamaldų ir sakramentų teikimo tvarkos.

- Tikintieji, kurie jaučia simptomus, būdingus peršalimo ligoms, kviečiami ir toliau melstis namuose;
- Į šventovę įeisime tik pro vienas paženklintas ir atvertas duris; patarnautojas pagelbės specialiu skysčiu dezinfekuoti rankas;
- Visą laiką turi būti išlaikytas saugus atstumas tarp žmonių (6 pėdos / 2 metrai) ir dėvimos veido kaukės;

• Laidotuvės galimos tik dalyvaujant šeimai ir artimiesiems, ne daugiau 10 žmonių; išlaikant saugų atstumą tarp žmonių ir dėvint veido kaukę.

- Šv. Komuniją priimama tik į rankas. Parapijos kunigai ir paruošti savanoriai pamokys kaip pagarbiai ir teisingai priimti šv. komuniją į rankas.
- Visos apeigos bažnyčioje vyksta laikantis visų civilinės valdžios numatytų patarimų ir apribojimų.
- Liturgijos metu sėstis tik į paženklintas vietas ir nekeisti pasirinktos sėdėjimo vietos;

• Aukos bažnyčiai nebus renkamos, tai turėsite įmesti į krepšelius kurie bus paruošti atitinkamose vietose.

• Po apeigų išeisime pro spec. atviras duris, nepalikime savo daiktų ir nesibūriuokime prie durų. Kantrybės mielieji.

Nativity BVM Church #642, 6812 S.

Washtenaw Avenue,

Chicago, IL 60629.

Lietuviškos šv. Mišios kasdien 8:30 v.r.,

šeštadieniais 4:00 v.p.p., sekmadieniais 11:00 v. r.

Svetainė: chicagonativitybvm.org

Facebook : Nativity BVM

Youtube.com/draugolaikrastis

(tiesioginė šv. Mišių transliacija internetu) ■

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, L.Ac., DN.

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)

Imuniteto stiprinimo programa
Noni vaisiaus ekstraktas



Immigration Bridge LLC

Attorneys for Immigrants

(312) 580-1217



Imigracinė teisė

- Visų rūšių vizos
- Deportacija
- Imigracija šeimos ir darbo pagrindu

Advokatė **Laura Lapytė**

Licensed in the State of New York

Practicing Immigration and Nationality Law Nationwide

401 S La Salle St, Suite 1600K, Chicago, IL 60605

8200 W 185th St, Suite G, Tinley Park, IL 60487

43 West 43rd Street, Suite 54, New York, NY 10036

www.immigrationbridge.com

Kiekvienas žmogus kartkartėmis išgyvena liūdnus jausmus: netekties, nusivylimo ar tiesiog liūdesio. Normaliai tokie jausmai yra trumpalaikiai, žmogus sulaukia paramos iš artimiausios aplinkos (meilės, paguodos, šilumos) ir liūdesys po kelių dienų praeina.

Depresija yra gilus ir ilgalaikis išgyvenimas. Tai emocinė išraiška, išeinanti už paprasto liūdesio ribų. Depresijos metu liūdesys yra lydymas mąstymo, elgesio ir biologinių funkcijų sutrikimų, kurie tampa daugiau ar mažiau autonomiški nuo bet kokių išgyvenimų, davusių jiems pradžią.

Paprastai kalbant, žmonės, sergantys depresija, jaučia slogius, liūdnus jausmus ilgą laiką ir nežino, koks įvykis juos sukėlė (pvz.: „nieko neatsitiko, bet man taip liūdna, kad nenoriu keltis iš lovos“).

DEPRESIJOS EIGA

Depresija sutrikdo įprastą kasdieninę veiklą. Depresijos apimtas žmogus nenori nieko veikti, nenori bendrauti, šalinasi žmonių. Esant sunkiai būklei, gali nesikelti iš lovos, nebesugeba savimi pasirūpinti, apsileidžia, nebeatlieka įprastų buitinių darbų, negali susikaupti ir atlikti įprasto darbo. Depresijos epizodas gali būti lengvas, vidutinis ir sunkus. Kuo daugiau simptomų, kuo jie sunkesni ir labiau sutrikdo įprastą kasdieninę veiklą, tuo sunkesnė depresija. Sunkios depresijos atveju, gali pasireikšti psichozės simptomai, atsirasti kliedesių (kaltės, savęs nuvertinimo, persekiojimo ir kt.) bei haliucinacijų, dažniausiai klausos.

Depresija gali prasidėti bet kuriame amžiuje, dažniausiai tarp 20 ir 45 metų. Negydomas depresijos epizodas vidutiniškai gali tęstis iki 6 mėn. 60 % pacientų po pirmo depresijos epizodo išsivysto ir antras. Kai depresijos simptomai praeina, paciento savijauta tampa tokia, kokia buvo prieš ligą. Kartais depresijos simptomai būna išreikšti dvejus ar daugiau

Gydytojas pataria

Kas yra depresija?

metų (lėtinė depresija). Kai kuriems pacientams vėliau gali išsivystyti manijos epizodas. Kartu su depresija gali pasireikšti nerimo sutrikimai, priklausomybė nuo alkoholio ir narkotikų bei valgymo sutrikimai.

Depresija – tai liga (kaip diabetas, aukštas kraujo spaudimas ar širdies liga), kuri diena po dienos veikia Jūsų mintis, jausmus, fizinę sveikatą ir elgseną. Tai kartu ir kūno, ir sielos liga. Tai labai svarbu suprasti ir ligoniu, ir jį supantiems žmonėms.

Dažnai pats sergantis depresijos simptomus priskiria valios trūkumui, tinginystei, charakterio silpnumui, o aplinkiniai tikisi, kad jis „suims save į rankas“, pažvalės. Tokie reikalavimai ir viltys beprasmybi.

KAIP GYDOMA DEPRESIJA?

Tradicionis gydymas: psichoterapinio ir medikamentinio gydymų kombinacija. Bet nauji tyrimai rodo, kad adatų terapija šalina depresijos simptomus efektyviau nei antidepresantai bei neturi tokio šalutinio poveikio kaip trichikliai antidepresantai. Mokslininkai mano, kad ši tradicinės kinų medicinos priemonė galėtų pasitarnauti kaip alternatyva tiems asmenims, kurių atveju gydymas antidepresantais nėra efektyvus arba šalutinis antidepresantų poveikis yra pernelyg didelis.

Negydoma depresija tęsiasi iki puses metu, dažnai ir ilgiau, pagerėjimas būna nepilnas, dar jaučiami kai kurie simptomai, kurie trukdo žmogaus kasdieninei veiklai. Nesigydant yra didelė depresijos priepuolio pasikartojimo galimybė ir perėjimas į sunkesnę ar lėtinę depresijos formą. Ankstyvas gydymas gali sustabdyti depresijos perėjimą į sunkesnę ar lėtinę formą.



YRA DAUG BŪDŲ, PADEDANČIŲ KOVOTI SU DEPRESIJA:

- Prisiminkite, kad depresija yra pagydoma.
- Depresija verčia neigiamai mąstyti apie save patį, apie pasaulį, žmones, ateitį. Šios mintys laikinos; išgijus nuo depresijos jos pasikeis.
- Viskas tikriausiai nėra taip beviltiška, kaip Jums atrodo.
- Nevenkite žmonių, praleiskite daugiau laiko su artimaisiais, draugais.
- Pasikalbėkite apie savo išgyvenimus su gydytoju, psichologu ar žmonėmis, kuriais pasitikite.
- Judėkite, nes fizinis aktyvumas padeda įveikti depresiją.
- Nepiktnaudžiaukite alkoholiu, sveikai maitinkitės, laikykitės miego režimo.
- Susidarykite planą ir numatykite ką nors malonaus kiekvienai dienai. Svarbu būti užsiėmusiam, net jei nieko nesinori. ■

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

Pasaulio Lietuvių Bendruomenė (PLB) kviečia aplankyti iš pagrindų atnaujintą interneto svetainę nauju adresu www.plb.lt. Pagrindiniai šio pokyčio siekiai – glaudesnis ryšys su užsienio lietuvių bendruomenėmis ir efektyvesnė naujienų sklaida.

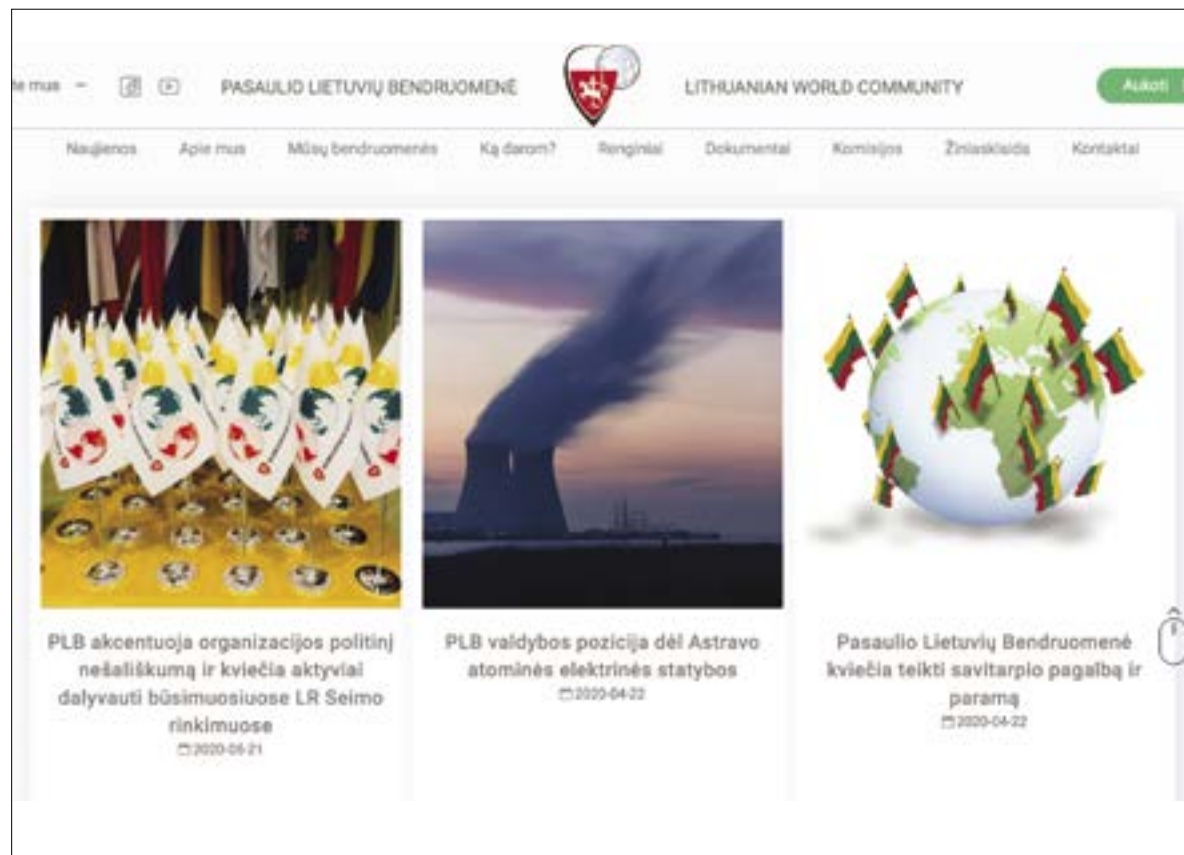
Pasak PLB Viešųjų ryšių komisijos pirmininko Vaido Matulaičio, šis atnaujinimas padarytas dėl kelių priežasčių: „Pirmoji ir svarbiausia – įgyvendinome XVI PLB Seimo rezoliuciją, įpareigojusią subendrinti PLB informacinius kanalus „po vienu stogu“. Taip pat siekėme, kad PLB.LT svetainė taptų dinamiška naujienų sklaidos platforma, kurioje ypatingas dėmesys būtų skiriamas užsienio kraštų lietuvių bendruomenių naujienoms bei aktualijoms. Todėl tikimės, kad šis žingsnis padės ženkliai pagerinti ryšį su plačiai po pasaulį pasisklidusiomis bendruomenėmis. Na o pastaruoju metu atsirado papildoma priežastis – COVID-19 pandemija. Viena iš jos pasekmių yra ta, kad beveik visa komunikacija persikėlė į virtualią erdvę. Tokiu būdu moderni ir techniškai pažangi PLB svetainė tampa puikiu ir savaikiu įrankiu bendrauti bei tiesti informacinius tiltus tarp Lietuvos ir jos diasporos.“

PLB.LT interneto svetainės techninį įgyvendinimą atliko vizualinių sprendimų agentūra „NOWORRIES“. Jos vadovas Rokas Tamulis sako, kad kuriant naują svetainę buvo tiek vadovaujama estetiniais kriterijais, tiek ir siekiama suteikti daugiau funkcionalumo: „Iš pagrindų atnaujinome interneto svetainės dizainą, kurį pritaikėme pagrindinės užduoties vykdymui – skelbti naujienas, pristatyti lietuvių bendruomenės užsienyje bei atstovauti pasaulio lietuvių balsui. Taip pat buvo patobulintas svetainės valdymas ir turinio viešinimo bei administravimo galimybės, o visa svetainės architektūra ir logika pritaikyta jos lankytojų poreikiams.“

Projektas įgyvendintas „Lietuvių Fondo“ lėšomis. PLB yra 1958 metais įsteigta didžiausia išėivijos skėtinė organizacija, vienijanti lietuvių bendruomenės 47-iose pasaulio šalyse. ■

Kviečia PLB.lt

Nauja Pasaulio Lietuvių Bendruomenės interneto svetainė



Atualios naujienos

Lietuvių Fondas dirba ir virusui siaučiant

Dėl Covid-19 pandemijos suvaldymo priemonių stipriai nukentėjo daugelis veiklų. Lietuvių Fondas atkreipė dėmesį į lietuviškus centrus, paveiktus viruso ir karantino. Sustojus Pasaulio lietuvių centro (PLC) ir Lituanistikos tyrimo centro veiklai sumažėjo jų pajamos. Šios organizacijos kreipėsi į Lietuvių Fondą su pagalbos prašymu. Reaguodamas į prašymą ir norėdamas palengvinti šių organizacijų finansinę

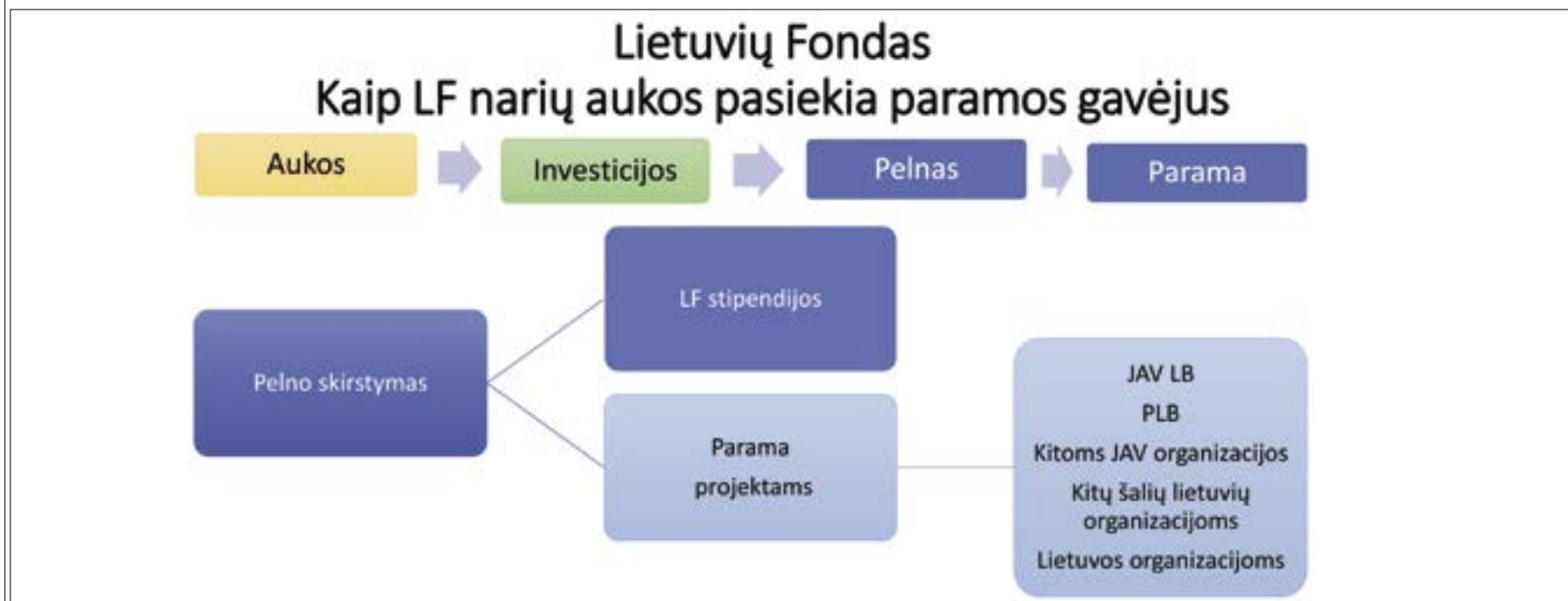
naštą, Lietuvių Fondas nutarė šioms dviem organizacijoms pusei metų atidėti paskolos mokėstį.

Lietuvių Fondo nariai savo įnašais ir palikimais yra suformavę pagrindinį LF kapitalą, kuris yra investuojamas. Iš investicijų gaunamas pelnas skiriamas lietuviškai veiklai remti ir studentų stipendijoms. Neabejotina, Covid-19 virusas paveiks ir LF investicijas. Norint ir toliau tęsti LF

misiją – finansiškai remti lietuviybės ir lietuviškų vertybių išlaikymą ir stiprinimą – šiuo sunkiu laikotarpiu labai svarbu Jūsų, mieli aukotojai, įnašai. Maloniai prašome savo aukomis prisidėti prie lietuviybės puoselėjimo ir iš anksto nuoširdžiai dėkojame Jums už aukas. Aukoti Lietuvių Fondui galima: elektroniniu būdu per mokėjimo sistemą „PayPal“ (www.lithuanianfoundation.org/LT/) arba atsiunčiant čekį paštu (Lietuvių Fondas, 14911 127th St., Lemont, IL 60439).

Jūsų įnašas nurašomas nuo mokesčių. ■

LF informacija



Kelioniniai sveikatos draudimai iš Lietuvos

SVEIKATOS, GYVYBĖS DRAUDIMAI



www.healthonerus.com



AAA
Independent
Insurance Agent

AUTOMOBILIŲ, NAMŲ IR VERSLO DRAUDIMAI

**NESKUBĖK MOKĖTI
DRAUDIMO
PASKAMBINK!**



IEVA MARKEVIČIŪTĖ
Mobilus 708-369-8602
Fax 708-974-4421

NEKILNOJAMASIS TURTAS

**PRE-FORECLOSURE,
SHORT-SALE,
BANK OWNED**

NUOMA

Pardavėjams - unikali
SHORT-SALE paslauga,
derybos su bankais,
proceso vedimas,
konsultacijos



KĘSTAS VILEIKIS
847-401-4797

Chicago Real Estate
Investment University
**Real Estate Expert,
Certified REO,
Pre-Foreclosure Agent**

Vileikis Team • kestasrealty@gmail.com

579 W. North Ave., Suite 300B, Elmhurst, IL 60126

Office: 847-401-4797;

Fax: 877-401-4797



THE LAW OFFICES OF ROBERT A. KEZELIS

6151 W125th place
Palos Heights IL 60463
Phone: 708-371-2587
Fax 708-577-4362
lawoffices.r.a.kezelis@gmail.com



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



LET US HELP PROTECT YOUR DREAMS.



Renata Tolvaisaite, Agent

325 N Milwaukee Ave Ste C, Wheeling

Bus: (847) 215-8989

Fax: (847) 215-6369

rtolvais@amfam.com

**AMERICAN FAMILY
INSURANCE**

24-HOUR CLA IMS REPORTING & CUSTOMER SERVICE 1-800-MYAMFAM (692-6326)

HOME | AUTO | LIFE | BUSINESS | FARM & RANCH AMFAM.COM



American Family Mutual Insurance Company, S.I. and Its Operating Companies, American Family Insurance Company,
American Family Life Insurance Company, 6000 American Parkway, Madison, WI 53783 010996 - Rev. 7/17 ©2015 - 7089594





Gediminas Girdvainis



Kadras iš filmo. Gediminas Girdvainis ir Vaiva Mainelytė

In Memoriam

Netekome aktoriaus Gedimino Girdvainio

Mirė garsus Lietuvos aktorius Gediminas Girdvainis. Liūdną žinią patvirtino jo dukra Jurga Šuminienė. Apie netektį aktoriaus artimieji sužinojo birželio 3-iają. Jie spėja, kad aktorius mirė dėl širdies ligos. Dukra pasakojo, kad artimieji trečią dieną mirusį aktorį rado sodyboje Trakų rajone. Čia Girdvainis jau kurį laiką ilsėjosi. Jam buvo 76-eri.

Valstybinio Vilniaus mažojo teatro įkūrėjas režisierius Rimas Tuminas velionį pavadino tikru vaidmenų autoriumi. „Nepalenkiamas, nepasiduodantis, bet mokantis savarankiškai mąstyti. Kūrėjas iš prigimties, sakyčiau, individualistas“, – teigė Lrt.lt R. Tuminas, gulintis ligoninėje Pietų Vokietijoje ir laukiantis operacijos.

Anot jo, G. Girdvainis buvo gana užduras, bet intuityviai atspėjantis gyvenimą. „Kurdavo prisiklausydamas režisierių, bet vis vien kurdavo savo. Ir niekada neprašaudavo. Režisierius nuolat nustebindavo rezultatu“, – sakė Jevgenijaus Vachtangovo teatro meno vadovas.

Pasak jo, G. Girdvainis nuo jaunystės turėjo komiko karūną, pakanka prisiminti Pinčiuką iš „Velnio nuotakos“. Tačiau į Mažąjį teatrą atėjo jau subrendęs scenos menininkas.

„Labai tuo džiaugiausi. Sakau, jau trečias išlipo iš mūsų teatro vežimo. Turiu omenyje spektaklį „Nusišypsok mums, Viešpatie“. Išėjo pas Vytautą Grigolį ir Vytautą Šapranaušką. Jie ten susitiks ir tęs vaidinimus“, – kalbėjo R. Tuminas.

Jo teigimu, G. Girdvainis vienas pirmųjų atėjo į Mažąjį teatrą – ir paskutinis išeina. „Ta karta nieko nesakydama ima ir apgauna. Išeina. Be pasitarimo ir be leidimo. Gediminas uždurai, paslaptiniai gyveno, taip ir išėjo. Vis dėlto netikėta – buvo toks tvirtas, gerai sugrūstas. Tiesa, skųsdavosi širdies negalavimais, nuovargiu. Mylėjo sodą ir teatrą, buvo labai pareigingas, atidus. Gaila išeinančių žmonių, nebus kas juos pakeičia. Ir nereikia. Tegu mūsų atmintyje išlieka gražiausiuose epizoduose ir darbuose“, – sakė Mažojo teatro patriarchas.

TV ir kino režisierius Saulius Vosylius teigia su G. Girdvainiu daug bendradarbiavęs, juodu buvę kaimynai. „Ir vaikai kartu augo. Jį pažinojau kaip žmogų, kuris rūpinosi savo dukra, šeima. Žinau, kaip kūrė teatro vaidmenis – kiekvienas buvo išgyventas, labai gilinosi į tekstą, buvo emocionalus. Nuodugniai pasiruošdavo filmavimuisi, niekada nesiskundė, nėra praleidęs nė vieno filmavimo. Kaip ir muzikantu, dainininku, taip ir aktoriumi reikia gimti – duota Dievo arba neduota. Jam buvo duota“, – LRT RADIJUI kalbėjo S. Vosylius.

„Negaliu patikėti. Niekaip negaliu suvokti, kad taip staiga viskas greitai baigėsi. Lietuvos žiūrovas neteko labai didelio artisto“, – BNS sakė aktorė Vaiva Mainelytė.

Ji pasakojo, kad su G. Girdvainiu esanti pažįstama jau keliasdešimt metų.

Per šį laiką, pasak vienos garsiausių Lietuvos aktorių, kartu su G. Girdvainiu sukurta aibė ryškių vaidmenų, o per tuos metus bičiulystė tapo ypač artima.

„Ir „Giminėse“ šitiek metų filmavomės drauge, jau nekalbant apie „Velnio nuotaką“, kur jo vaidmuo buvo kaip vizitinė kortelė. Tos jo akys – tokios degančios. Šiaip jis visada vaidmenis kurdavo negailėdamas savęs“, – kalbėjo V. Mainelytė.

„Visi gimtadieniai, visos šventės būdavo kartu. Kaip sakome – ir džiaugsme, ir liūdesy. Mūsų draugystė buvo daugiau nei kolegiška, tai labiau giminystės ryšys“, – teigė ji.

„Ilsėkitės ramybėje, brangus Aktoriau“, – rašo Vilniaus mažojo teatro bendruomenė.

Gediminas Girdvainis gimė 1944 m. sausio 19 d. Kretingoje. Baigęs Konservatoriją, metus vaidino Šiauliu, vėliau – Valstybiniame jaunimo teatre. Nuo 1994 m. buvo Valstybinio Vilniaus mažojo teatro aktorius.

Gedimino Girdvainio kūrybinėje biografijoje – arti 120 vaidmenų teatre, kine ir televizijoje. Iš pastarojo meto darbų būtų galima išskirti Šprichą M. Lermontovo „Maskaradė“ (rež. R. Tuminas), Luką Lukičių N. Gogolio „Revizoriuje“ (rež. R. Tuminas), Čebutykiną A. Čechovo „Trijose seseryse“ (rež. R. Tuminas), Pasiuntinį Sofoklio „Oidipe karaliuje“ (rež. O. Koršunovas), Heneką T. Słobodzianeko „Mūsų klasėje“ (rež. Y. Ross), taip pat vaidmenį spektaklyje pagal Martino Crimpo „Laimės respublikoje“ (rež. M. Jančiauskas).

Vienas ryškiausių jo vaidmenų – Avneris Rozentalis garsiajame Rimo Tumino spektaklyje „Nusišypsok, mums Viešpatie“ (1994) pagal Grigorijų Kanovičių. Kaip rašė teatrologė Ramunė Balevičiūtė, „orusis keistuolis Girdvainio padegėlis Avneris Rozentalis labiau už viską trokšta nusimesti elgetos likimą, nors puikiai supranta, kad tik mirtis jį išvaduos nuo nedalios. Jis sutiktų pavirsti bet kuo – ir ožka, ir medžiu, kad tik nereikėtų eiti per žmones su ištiesta ranka.“

Didelę dalį Girdvainio profesinio gyvenimo užėmė kinas. Įsimintinus vaidmenis jis sukūrė tokiuose filmuose kaip „Herkus Mantas“ (rež. Marijonas Giedrys), „Jausmai“ (rež. Algirdas Dausa ir Almantas Grikevičius), „Ave, Vital!“ (rež. Almantas Grikevičius), „Velnio nuotaka“ (rež. Arūnas Žebriūnas) ir daugelyje kitų. O G. Girdvainio Jogailos vaidmuo LTV seriale „Giminės“ neabejotinai pakėlė šio žanro meninio lygio kartelę.

Girdvainis dar sovietmečiu buvo tapęs aktorinio meistriskumo ir atsakingo požiūrio į profesiją simboliu, pelnęs kritikų pripažinimą ir daugybės žiūrovų meilę. Be to, šis aktorius formavo nešabloniškos charakterinės vaidybos tradiciją, kurią savo naujais darbais teatre ir kine vis atnaujindavo.



Gediminas Girdvainis „Giminių“ filmavime

Pastaraisiais aktorius buvo ypač kūrybingas: 2018 m. suvaidino senąjį Vingį režisierės Gabrielės Tuminaitės spektaklyje pagal Žemaitės „Marčią“, o 2019 m. pagrindinį vaidmenį sukūrė Kirilo Glušajevio spektaklyje pagal Arthuro Millerio pjesę „Aš nieko neatsimenu“.

UŽUOJAUTĄ IŠREIŠKĖ ŠALIES VADOVAI

„Netekome ypač talentingo aktoriaus, nuoširdaus, atviro ir drąsaus žmogaus. G. Girdvainio sukurti vaidmenys visada išliko reikšminga Lietuvos teatro ir kino istorijos dalimi“, – teigia šalies vadovas Gitanas Nausėda.

„Lietuvos kultūra neteko išskirtinio talento aktoriaus, kuris sukūrė įsimintinų vaidmenų teatro scenose, kino filmuose. Jo darbai yra įvertinti įvairiais apdovanojimais, už didelius nuopelnus skirta Vyriausybės kultūros ir meno premija. Dėl G. Girdvainio mirties reiškiu nuoširdžią užuojautą artimiesiems, bičiuliams ir visai šalies kultūros bendruomenei“, – rašoma premjero Sauliaus Skvernelio užuojautoje.

Seimo pirmininkas Viktoras Pranckietis Seimo ir savo vardu reiškia nuoširdžią užuojautą Lietuvos teatro ir kino aktoriaus G. Girdvainio artimiesiems, bičiuliams ir visiems jo talento gerbėjams.

„G. Girdvainio vardas visiems laikams liks neatsiejamas nuo Lietuvos teatro ir kino istorijos. Jo neužmirštami vaidmenys garsiausiuose lietuvių kino juostose prisidėjo prie lietuviškos kultūros ir kalbos stiprinimo priepaudos ir ankstyvuojų nepriklausomybės laikotarpiu. Šis palikimas ilgai puoš Lietuvos meno pasaulį. Nuoširdi užuojauta menininko artimiesiems ir jos talento gerbėjams“, – teigia parlamento vadovas. ■

DIRBAME SU ĮVAIRIOMIS SISTEMOMIS

D.W. HEATING
COOLING
REFRIGERATION

LICENSED • BONDED INSURED

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

(630)745-1587, ANTANAS

Rheem SERVISAS 7D/24 VAL



INTERNATIONAL DAY CARE CENTER
BIM-BAM LICENZIJUOTAS VAIKŲ CENTRAS-DARŽELIS-MOKYKLĖLĖ

Mūsų siekis yra pažinti kiekvieną vaiką, suvokti jo poreikius, interesus ir norus. Saugioje aplinkoje skatinti vaiko saviraišką, ugdyti smalsumą, bendravimo įgūdžius, formuoti teigiamą požiūrį į mokslą.

- Programos parengtos pagal esamų Lietuviškų darželių, USA Day Care and Learning Centers, Amerikos Lietuvių Bendruomenių ikimokyklinių įstaigų programas;
- Lietuvių, anglų, matematikos, muzikos pamokėlis, pasiruošimas mokyklai;
- Smagūs Lietuviški rateliai ir dainelės, šventės, Jaunųjų Mokslininkų klubas;
- Puikios mokytojos;
- Sveikas maistas;
- Pilnos ir nepilnos dienos, savaitės programos pagal amžiaus grupes: 15-35 mėn.; 3-5 metų ir 6-12 metų mokiniai (per „no school days“ ir atostogas)
- Centre dirba Logopedė.

Kviečiame registruotis naujiems mokslo metams!
Priimame ir padedame gauti valstijos apmokėjimą!

Smagi, linksma ir turtinga **VASAROS** programa mokiniams

Russian Families are welcome!

4780 Karns Rd.
Lisle, IL 60532
(Naperville-Lisle riba) **630 479 7287**

Dirbame ištisus metus darbo dienomis 7:00v.r. - 6:30v.v.
Apklauskite mūsų Facebook puslapyje
International Day Care Center
internationaldaycenter@gmail.com

www.internationaldaycarecenter.com

BOB AUTO SERVISAS
(630)963-3900

2001 Ogden Ave. Downers Grove, IL 60515

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

www.BestOfBestAuto.com

follow us on social media @bobautorepairdg

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

P: (630)963-3900 • F: (877)470-4725
E: bestofbestauto@gmail.com

ADVOKATO ANDRIAUS RAMONO KONTORA
Tik profesionalios teisinės paslaugos Jums

Teisinės PROBLEMOS LIETUVOJE - patikimas jų SPRENDIMAS AMERIKOJE

- Paveldėjimas Lietuvoje
- Skyrybos Lietuvoje

(vienam arba abiem sutuoktiniam gyvenant JAV)

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

5950-E Lincoln Ave. (RT-53), Suite 400
Lisle, IL 60532
(708) 253-5137
Fax: (630) 839-0120
www.ramonas.us
chicago@ramonas.us
Skype: ramonas.us

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

Advokatė Kristina Wayne

Konsultuojame ir po darbo valandų!

(630)780-1044

ŠEIMOS TEISĖ:

- Skyrybos
- Vaikų globa ir alimentai
- Išlaikymas sutuoktiniui
- Teismo sprendimų vykdymas ir modifikacija
- Priešvedybinės sutartys

PAVELDĖJIMO TEISĖ IR MEDICAID:

- Testamentų, Powers of Attorney surašymas
- Palikimo paskirstymas (Probate)
- Mažamečių ir neįgalių globa (Guardianship)
- Medicaid planavimas (valstijos paramai gauti)

NEKILNOJAMAS TURTAS:

- Prikimas/Pardavimas (Closings)

Pagrindinis Ofisas: 2135 CityGate Lane, (630) 780-1044 Suite 300
Čikagos ofisas: Naperville, (312) 523-2027 IL 60563

www.kjwaynelaw.com

10 YEARS ANNIVERSARY
2009-2019

Skambučiams (800) 913-0809
SMS (224) 676-3577

KOMPAINIŲ STEIGIMAS

MOKESČIŲ MOKĖTOJO NR. KOMPAINIOMS (EIN)

MOKESČIŲ MOKĖTOJO NR. ASMENIMS (ITIN)

BUHALTERIJOS VEDIMAS

SALES TAX ATASKAITOS

ATLYGINIMO (PAYROLL) ATASKAITOS

DOKUMENTŲ VERTIMAS

APOSTILĖS

NOTARO PASLAUGOS

ANGLŲ, LIETUVIŲ, RUSŲ, UKRAINIEČIŲ KALBOS

USTS UNITED STATES TAX SERVICES

251 N MILWAUKEE AVE, SUITE 1025 BUFFALO GROVE, IL 60089

WWW.UNITEDSTATESTAXSERVICES.US
CONTACT@UNITEDSTATESTAXSERVICES.US

Lietuvos pilių ir dvarų asociacija kviečia pažinti Lietuvos dvarus



Naujuoju vaizdo klipu, kuriame atskleidžiamas gamtos, istorinių pilių ir dvarų grožis, Lietuvos pilių ir dvarų asociacija skatina keliauti po Lietuvą ir pažinti jos kultūrinį paveldą.

KVIEČIA KELIAUTI

Pilys ir dvarai, žaliuojančių parkų supami architektūriniai ansambliai, gaubiami istorinio šydo, lyg brangakmeniai nubarstantys visos Lietuvos kraštovaizdį... Juose saugoma Tėvynės ir kiekvieno iš mūsų praeities dalelė.

Lietuvos pilių ir dvarų asociacija, vykdydama projektą „Pažinkime Lietuvos dvarus“, kviečia visus pažvelgti iš arčiau, daugiau sužinoti apie kultūros paveldo objektus, apsilankyti dvaruose ir patirti unikalią jų atmosferą. Juk šiuo, pavasario laikotarpiu kelionės po žydinčią mūsų šalį paliks ypač gražių įspūdžių.

UŽBURIANTYS GAMTOS IR ISTORINIŲ PASTATŲ VAIZDAI

Magišką pilių, dvarų ir pačios Lietuvos grožį atskleidžia vykdamas projektą sukurtas vaizdo klipas. Už kadro – ilgose kelionėse per Lietuvą, įvairiausios oro sąlygos, didžiulės kūrėjų kantrybės, užsispyrimo, o kartais netikėtų sprendimų reikalaujantis procesas. Rezultatas – užfiksuoti dieną pasitinkančios gamtos vaizdai, rūkuose skendinčios medžių viršūnės ir pilies bokštai, saulės nutvieksti istoriniai pastatai iš paukščio skrydžio. Prisilietus meniškai rankai visa tai naujajame vaizdo klipe supinama į trumpą, bet kerinčią istoriją.

Besimainantys pilių ir dvarų, jų aplinkos ir gyvybe alsuojančios gamtos vaizdai nukels į užburiančią pasaką, o balsas už kadro pakvies tapti jos herojais. Kurios pilies, kurio dvaro vartus norėtumėte praverti šiemet?

SIEKIAMA GARSINTI PILIŲ IR DVARŲ KULTŪRINĮ PAVELDĄ

Lietuvos pilių ir dvarų asociacija šiuo metu vienija 64 pilių ir dvarų paveldo išsaugojimu besirūpinančius narius, fizinius ir juridinius asmenis, kurių pastangomis senuosiuose istoriniuose Lietuvos pastatuose saugomos praeities vertybės, vykdomos kultūrinės veiklos, buriasi vietos bendruomenės.

Įvairiomis vykdomo projekto veiklomis Lietuvos pilys ir dvarai pristatomi šalies ir užsienio auditorijai kaip lankytini objektai, unikalios istorinės vietos, vietovių kultūriniai, traukos centrai, neatsiejama šalies įvaizdžio dalis. Juk kaip stipriai skirtųsi Lietuvos kraštovaizdis nuo šiandieninio, jei dvarai nebūtų išsaugoti, sunykę, ir kiek gilios praeities žmonių gyvenimo, išminties pėdsakų būtų negrįžtamai prarasta.

Lietuvos pilių ir dvarų asociacijos prezidentas Gintaras Karosas sako, kad „pilys ir dvarai labai svarbūs Lietuvai įvairiais aspektais. Net jei nieko juose nevyktų, šie objektai – mūsų kraštovaizdžio dalis, be kurios aplinka būtų visiškai kitokia, gerokai skurdesnė. Vieni dvarai šiandien vertingi kaip architektūros ansambliai, kiti – kaip iškilų asmenybių gyvenimo vietos, dar kiti – kaip vieninteliai kaimiškų vietovių kultūros skleidimosi centrai.“

Lietuvos pilių ir dvarų asociaciją bei jos narių kultūros paveldo objektus garsinantis dvejų metų trukmės projektas „Lietuvos pilių ir dvarų žinomumo didinimas elektroninės rinkodaros priemonėmis“ finansuojamas Europos regioninės plėtros fondo lėšomis.

Vaizdo klipą (taip pat su subtitrais anglų ir rusų kalbomis) rasite mūsų interneto svetainėje aidas.us. ■

Neleiskime mirti turizmui

Padėk Lietuvai, pakviesk draugą į Lietuvą

COVID-19 pandemijai kaustant Lietuvą ir pasaulį, mažai kas abejoja, kad Lietuvos laukia sunkmetis. Jau dabar ypač stipriai smogta sektoriams, susijusiems su atvykstanuoju turizmu: viešbučių, maitinimo įstaigų, renginių organizavimo veikla apmirusi, šimtai žmonių netenka pajamų ir darbo. Stebuklingos lazdelės neturime, tačiau pasekmes sušvelninti galime. Tu gali. Tereikia pakviesti į Lietuvą savo draugus ir draugų draugus.

Visų pirma, kreipiuosi į lietuvių diasporą. Esu vienas iš jūsų, jau 14 metų gyvenau Taline, Estijoje. Įvairiais skaičiavimais, lietuvių už Lietuvos ribų yra apie 1 000 000. Gražus skaičius su daug nulių, bet tai tik skaičius. Manau, kad tapatybę lemia ne tiek kilmė, kiek valia ir noras būti lietuviu. Tu lietuvis, jei tau rūpi Lietuva ir lietuviybė. Todėl tebūnie mūsų pusė milijono, pasklidusių nuo Punsko, Oslo, Londono, Dublino ir Barselonos iki Čikagos, Niujorko, Romos, Melburno ir Tel Avivo. Kiekvienas iš mūsų turime vietinių draugų, kaimynų, bendradarbių ir šeimos narių. Pakvieskite juos į Lietuvą. Šią vasarą, šiais metais, dabar. Pakvieskite bendraudami tiesiogiai, pakvieskite socialiniuose tinkluose. Neabejojau, kad didžioji dauguma turite facebook paskyras. Kiekvienas iš mūsų esame Lietuvos ambasadorius, Lietuvos žinios nešėjai. Atėjo metas nuo pasyvaus Lietuvos garsinimo pereiti prie aktyvių veiksmų. Pirmas žingsnis – atkreipti dėmesį į Lietuvą, šalį, kurią verta aplankyti. Paraginkite savo draugus užsieniečius paklausti jūsų apie Lietuvą. Parašykite savo socialinio tinklo paskyroje grotažymę #PaklausManęsApieLietuvą ta kalba, kuria bendraujate savo šalyje. Pavyzdžiui, angliškai tai būtų #AskMeAboutLithuania. Užsimezgas dialogui,

jūs neabejotinai savo draugams pateiksite tūkstantį priežasčių aplankyti Lietuvą. Jei nors vienas iš jų užsikrės kelionės į Lietuvą idėja, šalis gali sulaukti 500 000 svečių. Tam, kad galėtume pasauliui skelbti patikrintą ir savalaikę informaciją, reikalingas Lietuvos institucijų indėlis: tiksliai žinoti kada, kaip ir kokiomis sąlygomis švelinami apribojimai, kokie objektai atidaromi, kokie ribojimai taikomi, iš kokių šalių jau leidžiama atvykti ir nuo kokios datos bus leidžiama atvykti iš kitų šalių. Labai aktualūs būtų palyginimai, kuo krizės valdymas Lietuvoje pranašesnis už kaimyninių šalių taikomus ribojimus ir t. t.

Antra, kreipiuosi į suinteresuotas Lietuvos institucijas, atsakingas už turizmą, teisinį reguliavimą ir informacijos sklaidą. Padėkite jums padėti. Suprantu, kad Lietuvoje nėra vieno langelio principu veikiančios institucijos, kuri galėtų kompleksiskai suteikti visą reikiamą informaciją. Ministerijų ir departamentų daug, visi užsiėmę savo atsakomybės fragmentu bendroje turizmo sektoriaus dėlionėje. Jei vieningo informacijos koridoriaus nesukurta per kelis dešimtmečius, naivu būtų tikėtis, kad tai nutiks per mėnesį. Juolab kad veikti reikia dabar. Tačiau yra būdas, kaip be didelių pastangų galėtumėte aprūpinti diasporos ambasadorius aktualia informacija apie esamą ir planuojamą reguliavimą, transporto arterijų veiklą, teikti nuolatos atnaujinamą informaciją apie atsidarančius turizmo objektus. Miestų ir rajonų savivaldybės galėtų skelbti su vietos turizmu susijusias naujienas ir pan. Skelbkite temines žinias socialiniuose tinkluose naudodami grotažymę #PakvieskDraugąLietuvą, tai padės greitai ir sistemiškai „sužvejoti“ informaciją tuose tinkluose. Taip pat



PLB Viešųjų ryšių komisijos pirmininkas Vaidas Matulaitis. Reio Aare nuotr.

siųskite turinį į Lietuvos naujienų portalus, pageidautina su ta pačia grotažyme.

Trečia, kreipiuosi į Lietuvos žiniasklaidos kanalus, ypač naujienų portalus internete. Suteikite teminę erdvę Lietuvos institucijoms skelbti atitinkamą informaciją, domėkitės ir skatinkite skelbti kuo aktualesnį turinį. Manau, kad nebūtų labai sudėtinga sukurti laikiną rubriką tuo pačiu pavadinimu – „Pakviesk draugą į Lietuvą“.

Bendromis pastangomis būtų sukurta efektyvi schema: lietuvių diaspora tampa tiesioginiu informacijos nešėju pasaulyje, Lietuvos institucijos aprūpina aktualiu turiniu, žiniasklaidos kanalai suteikia erdvę informacijai kaupti. Sudėtinga? Manau, kad ne. Padėti Lietuvai – misija įmanoma ir tai nieko nekainuoja. Tereikia geros valios ir šiek tiek pastangų.

#PakvieskDraugąLietuvą ■
Vaidas Matulaitis, PLB Viešųjų ryšių komisijos pirmininkas

ĮDARBINAME

BRIGADŲ VADOVUS IR SPECIALISTUS

MOBILIOJO RYŠIO BOKŠTŲ ĮRENGIMO SRITYJE

VALANDINIS ATLYGINIMAS:

Brigados vadovas - \$30-40

Specialistas - \$24-32

*Plius viršvalandžiai,
apgyvendinimas, dienpinigiai*

TCE TOWER
COMMUNICATIONS
EXPERT

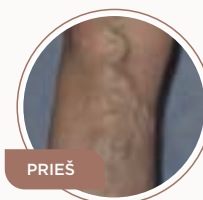
Susisiek
su mumis jau dabar:
Elektroniniu paštu:
APPLY@TCELLC.NET
Arba telefonu:
+1 773 895 4074
WWW.TCELLC.NET

 **Gilvydis Vein Clinic**
GENEVA • SYCAMORE

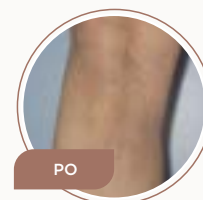
MES DIRBAME

Venų sveikata pasirūpinkite nedelsdami.

Jau šiandien registruokitės konsultacijai.
Rūpinamės savo klientų sveikata užtikrindami
aukščiausius saugumo ir kokybės standartus.
Kreipkitės dėl gydytojo apžiūros, jei norite aptarti
bet kokius venų varikozės simptomus, įskaitant kojų
skausmą ir nuovargį. Taip pat teikiame
telemedicinos paslaugas nuotoliniu būdu.



PRIEŠ



PO



Rimas Gilvydis, MD
Kalbame lietuviškai

Geneva location | 2631 Williamsburg Ave. Suite 202
www.GilvydisVein.com



SKAMBINKITE 815-981-4742

SKAMBINKITE IR REGISTRUOKITĖS

Nereikia siuntimo. Priimame daugumą draudimų ir Medicare.



Medicinos seserys ruošia medicines kaukes. JAV Nacionalinių archyvų nuotr.



Raudonojo kryžiaus narių demonstracija ispaniškojo gripo pandemijos metu 1918-aisiais. Kongreso bibliotekos nuotr.

Istorijos puslapiai

Mirtiniausia pandemija žmonijos istorijoje

1918-aisiais gripo porūšis, pavadintas ispaniškuoju gripu, sukėlė pasaulinę pandemiją, greitai išplisdama ir dar greičiau žudydama. Gripas nesirinko: jauni, seni, sveiki ir sergantys žmonės vienas po kito užsikrėtė, ir mažiausiai 10 procentų pacientų mirė. Sunku pasakyti, kiek tiksliai ši liga nusinešė gyvybių, tačiau manoma, jog ispaniškuoju gripu užsikrėtė trečdalis visos pasaulio populiacijos bei mirė mažiausiai 50 milijonų žmonių. Tai buvo mirtiniausia pandemija šiuolaikinėje istorijoje. Įdomu tai, kad nors liga yra vadinama ispaniškuoju gripu, šio viruso atmaina greičiausiai gimė kažkur kitur, o ne Ispanijoje.

KAS SUKĖLĖ ISPANIŠKĄJĮ GRIPĄ?

Protrūkis prasidėjo 1918-aisiais, paskutiniaisiais Pirmojo pasaulinio karo mėnesiais. Dabar istorikai mano, kad šis karinis konfliktas galėjo iš dalies prisidėti prie viruso plitimo. Vakarų fronte kareiviai gyveno apgailėtinomis sąlygomis ir dažnai susirgdavo dėl susilpnėjusio imuniteto. Jų susirgimai, kurie buvo žinomi kaip „la grippe“, buvo užkrečiami ir greitai išplisdavo karių tarpe. Maždaug per tris dienas nuo susirgimo dauguma vyrų imdavo sveikti, tačiau ne visi išgyvendavo.

1918-ųjų vasarą, kariams pradėjus grįžti namo, jie su savimi parsigabeno ir juos sargdinusį virusą. Šis išplito gimtųjų kareivių šalių miestuose, kaimuose ir gyvenvietėse. Daugybė užsikrėtusiųjų, tiek kareivių, tiek civilių, jau nebeapsveiko taip greitai. Pavojingiausias virusas buvo jauniems suaugusiems nuo 20 iki 30 metų amžiaus, neturėjusiems jokių greutinių ligų.

2014 metais „National Geographic“ paskelbė naują viruso kilmės teoriją – kad jis gimė Kinijoje. Anksčiau netirti įrašai susiejo gripą su kinų darbininkų migracija Kanadoje 1917-aisiais bei 1918-aisiais. Šie darbininkai daugiausiai buvo atvykę iš atokių kaimiškų Kinijos vietovių, rašoma Marko Humphrieso 2013 metais išleistoje knygoje „Paskutinis maras“. Jie šešias dienas praleisdavo aklinais uždarytuose traukinių vagonuose, kuriais būdavo vežami per šalį, iki tęsdami kelionę link Prancūzijos. Ten jiems tekdavo tokie darbai kaip tranšėjų kasimas, traukinių krovinių iškrovimas, geležinkelio bėgių tiesimas, kelių tiesimas ir tankų remontas. Iš viso daugiau nei 90 000 kinų darbininkų buvo mobilizuoti Vakarų fronte.

Humphriesas paaiškina, jog 1918 metais net 3 000 iš 25 000 kinų darbininkų, atvykusių į Kanadą iš Kinijos, turėjo

karantinuotis. Tais laikais, dėl rasinių stereotipų, kanadiečiai gydytojai dėl ligos kaltino „kinišką tinginystę“ ir nevertino simptomų rimtai. Kai 1918 metų pradžioje darbininkai pasiekė šiaurės Prancūziją, daugelis jų sirgo, o šimtai netrukus mirė.

KODĖL LIGĄ PAVADINO ISPANIŠKUOJU GRIPU?

Ispanija buvo viena iš pirmųjų šalių, kuriose identifikuota epidemija, tačiau istorikai įsitikinę, kad tai greičiausiai buvo karo meto cenzūros pasekmė. Ispanija karo laiku buvo neutrali šalis ir nereikalavo griežtos cenzūros iš savo žiniasklaidos, kuri savo ruožtu galėjo laisvai skelbti apie pirmuosius ligos atvejus. Tačiau tai lėmė, kad žmonės ėmė klaidingai manyti, jog liga yra specifiskai Ispanijos, ir jai prilipo „ispaniškojo gripo“ vardas.

2018-ųjų pavasarį daugiau nei 100 000 asmenų jau buvo užsikrėtę gripu. Liga smogė Ispanijos karaliui Alfonsui XIII-ajam bei daugeliui kitų svarbiausių šalies politikų. Nuo 30 iki 40 procentų žmonių, kurie gyveno ar dirbo uždaroje patalpose, tokiose kaip mokyklos, kariniai barakai ar vyriausybės įstaigos, užsikrėtė naujuoju gripu. Madrido tramvajaus sistemos veikimas buvo apribotas, telegrafo paslaugos sutrūko, nes abiem atvejais nebeužteko sveikų darbuotojų, kurie galėtų dirbti. Medicinės atsargos ir paslaugos nebesuspejo patenkinti paklauskos.

Sąvoka „ispaniškasis gripas“ ypač greitai prilipo Didžiojoje Britanijoje. Kaip rašoma 2006-aisiais išleistoje Niallo Johnsono knygoje „Didžioji Britanija ir 1918-19 metų gripo pandemija“, britų žiniasklaida dėl epidemijos Ispanijoje kaltino šios šalies oro sąlygas: „...sausas, vėjuotas ispaniškas pavasaris yra nemalonus ir ligas keliantis sezonas“, tuo metu skelbė vienas straipsnis, pasirodęs laikraštyje „The Times“. Buvo skelbiama, kad mikrobu pilnas dulkes platina stiprus Ispanijos vėjai, o štai drėgnas Britanijos klimatas gali sustabdyti nuo gripo plitimo šioje šalyje.

KOKIE BUVO GRIPŲ SIMPTOMAI?

Pradiniai ligos simptomai buvo galvos skausmas ir nuovargis, vėliau sekdamas sausas, skausmingas kosulys, apetito praradimas, virškinimo sutrikimai. Antrąją ligos dieną pasireikšdavo stiprus prakaitavimas. Vėliau liga paveikdavo kvėpavimo organus, galėdavo išsivystyti plaučių uždegimas. Humphriesas paaiškina, kad plaučių uždegimas bei kitos gripo sukeltos

respiracinės sistemos komplikacijos tapdavo pagrindinėmis mirties priežastimis. Tai paaiškina, kodėl taip sudėtinga nustatyti tikrą gripo aukų skaičių – nes mirties priežastis neretai būdavo ne pats gripas, o jo komplikacijos.

1918-ųjų vasarą virusas jau buvo sparčiai išplitęs į kitas žemynines Europos šalis. Ypač kentėjo Viena Austrijoje ir Budapeštas Vengrijoje, taip pat dalys Vokietijos ir Prancūzijos. Daugybė vaikų Berlyno mokyklose susirgo ir nėjo į mokyklą, o ginklų fabrikai sumažino gamybos apimtį dėl darbuotojų trūkumo.

1918-ųjų birželį gripo epidemija Ispanijoje pasiekė Didžiąją Britaniją. Liepą epidemija skaudžiai smogė Londono tekstilės pramonei. Vienoje gamykloje vos per vieną dieną 80 iš 400 darbuotojų neatėjo į darbą, nes susirgo, rašoma 2003-ųjų knygoje „1918-1919 metų ispaniškojo gripo pandemija: naujos perspektyvos“. Londone dėl gripo nedirbo 25-50 procentų visų vyriausybės darbuotojų.

Epidemija greitai tapo pandemija, keliaudama per visą pasaulį. 1918-ųjų rugpjūtį šeši kanadiečiai kariai mirė Kanadoje. Tą patį mėnesį pranešta apie ligos atvejus Švedijos kariuomenėje, vėliau – šios šalies civilių tarpe, taip pat tarp Pietų Afrikos darbininkų. Rugsėjį gripas per Bostono uostą pateko ir į Jungtines Valstijas.

KOKIOS BUVO REKOMENDACIJOS GYVENTOJAMS?

Gydytojai nežinojo, ką rekomenduoti savo pacientams. Daugybė medikų ragino žmones vengti viešų vietų ar kitų žmonių. Kiti siūlė gydytis tokiomis priemonėmis kaip cinamonas, vynas ar mėsos sultinys. Gydytojai taip pat patarė žmonėms viešumoje prisidengti savo burnas ir nosis. Vienu metu dėl ligos buvo kaltinamas netgi aspirinas, kuris iš tiesų galėjo padėti infekuotiesiems.

1918-ųjų birželio 28 dieną Didžiosios Britanijos laikraščiuose pasirodė viešas pranešimas apie gripo simptomus, tačiau vėliau paaiškėjo, kad tai tėra vitaminų kompanijos reklama. Net ir aplinkui mirštant žmonėms, atsirado tokių, kurie siekė užsidirbti iš netikrų vaistų. Reklama skelbė, kad mėtinės pastilės yra „geriausias būdas užkirsti kelią infekcijos procesams“ ir kad visi, įskaitant vaikus, turėtų sučiulpti po keturias ar penkias tokias pastiles per dieną, kol pasijus geriau.

Tuo tarpu amerikiečiams buvo rekomenduojama nespaušti kitiems žmonėms rankų, likti namuose, neliesti iš bibliotekos paimtų knygų ir dėvėti kaukes. Mokyklos ir teatrai užsidarė, o Niujorko miesto sveikatos departamentas priėmė griežtą sanitarinio kodekso pataisą, uždrausdamas spjaudytis gatvėje, rodo tyrimas, publikuotas moksliniame žurnale „Public Health Reports“.

Pirmasis pasaulinis karas tam tikrose vietovėse lėmė gydytojų trūkumą, o didelė dalis likusių medikų greitai susirgo patys. Mokyklos ir kiti pastatai buvo paversti laikinomis ligoninėmis, o kai kuriais atvejais gydytojų vietas užimdavo medicinos studentai.

KIEK ŽMONIŲ MIRĖ?

1919-ųjų pavasarį mirčių skaičius ėmė kristi. Virusas protrūkis smogė ištisoms šalims, o medicinos ekspertai neįstengė sustabdyti ligos plitimo. Pandemija tapo aidu to, kas vyko prieš 500 metų, kuomet visame pasaulyje siautė Juodosios mirties siaubas.

2016-aisiais pasirodžiusioje Nancy Bristow knygoje „Amerikietiška pandemija: prarasti 2018 m. gripo epidemijos pasauliai“ aiškinama, jog virusas paveikė iki 500 mln. žmonių visame pasaulyje. Tuo metu tai sudarė trečdalį globalinės populiacijos. Mažiausiai 50 mln. žmonių mirė nuo viruso, nors tikrieji skaičiai, manoma, yra dar didesni.

Bristow skaičiavimais, virusu užsikrėtė iki 25 proc. JAV populiacijos, o Karinio laivyno narių tarpe šis skaičius galėjo siekti net 40 proc., daugiausiai dėl tarnavimo jūroje sąlygų. Iki 1918 m. spalio pabaigos gripas pražudė 200 000 amerikiečių, o iš viso, Bristow teigimu, pandemija nusinešė daugiau nei 675 000 amerikiečių gyvybių. Smūgis šalies populiacijai buvo toks milžiniškas, kad 1918-aisiais amerikiečių vidutinė gyvenimo trukmė sutrumpėjo 12 metų.

Mirusiųjų kūnų buvo tiek daug, kad kapinių prižiūrėtojai nebeįstengė visų jų palaidoti, ir šeimos pačios turėjo kasti kapus savo artimiesiems. Mirtys lėmė ūkių darbuotojų trūkumą, o tai savo ruožtu turėjo įtakos vasaros derliaus rinkimui. Kaip ir Didžiojoje Britanijoje, darbuotojų ir resursų trūkumas sutrikdė paslaugų tiekimą, įskaitant šukšlių išvežimą.



Laikina ligoninė ispaniškojo gripo pandemijos metu Kanzase, 1918-ieji (Nuotraukos teisės priklauso JAV Nacionalinio sveikatos ir medicinos muziejaus Otis istoriniams archyvams)

Pandemija išplito į Aziją, Afriką, Pietų Ameriką ir pietinį Ramiojo vandenyno regioną. Indijoje mirtingumo lygis pasiekė 50 atvejų 1 000 gyventojų – nepaprastai didelį skaičių.

KUO LIGA SKIRIASI NUO SEZONINIO GRIPŲ?

Ispaniškas gripas išlieka mirtiniausia mūsų laikų pandemija, pražudžiusia nuo 1 iki 3 proc. pasaulio populiacijos.

2009-2010 m. buvo fiksuojama panaši gripo pandemija, kuomet išplito nauja H1N1 gripo atmainos forma. Liga pavadinta „kiaulių gripu“, nes jį sukiantis virusas yra panašus į tą, kuris gali susargdinti kiaules (o ne dėl to, kad virusą nešioja kiaulės).

Kiaulių gripas sukėlė respiracinės sistemos ligas, kurios pirmaisiais ligos metais pražudė nuo 151 700 iki 575 400 žmonių visame pasaulyje, rodo JAV Ligų kontrolės ir prevencijos

centrų duomenys. Tai sudarė 0,001-0,007 proc. visos pasaulio populiacijos, tad ši pandemija smogė kur kas mažesnę smūgį nei 1918-ųjų ispaniškojo gripo pandemija.

Maždaug 80 proc. kiaulių gripo sukeltų mirčių buvo jaunesnių nei 65 metų amžiaus asmenų tarpe. Palyginimui, nuo 70 iki 90 proc. sezoninio gripo sukeltų mirčių yra vyresnių nei 65 metų amžiaus žmonių tarpe.

Dabar skiepas nuo kiaulių gripą sukeliančios viruso atmainos yra įtrauktas ir į sezoninio gripo vakcinas. Žmonės vis dar kiekvienais metais miršta nuo gripo, bet šis skaičius yra kur kas mažesnis nei mirčių nuo kiaulių gripo ar ispaniškojo gripo pandemijos. Pasaulio sveikatos organizacija skelbia, kad kiekvienais metais sezoninio gripo epidemijos sukelia 3-5 milijonus sunkių komplikacijų ir 290 000-650 000 mirčių visame pasaulyje. ■

Parodos apžvalga

Sulėtinus žvilgsnį... kūnų atvertis

paroda, pirmoji buvo eksponuota 2019 metais Trakų Vokės dvaro sodyboje. Aktas mene – subtilus vaizduojamojo meno žanras, kai atvaizduojamas (piešiamas, tapomas ar fotografuojamas) nuogas žmogus, dažniausiai moteris.

R. Vasilevičiūtės parodoje – tapyti apnuoginti kūnai, aktai, vyrų ir moterų. Paveikslai – įvairaus formato – didesni ir kameriškesni, mažesni, visi tapyti aliejiniiais dažais. Pažvelgus į jaukią ir kamerišką parodą, kurioje – 14 tapytojos sukurtų aktų, peršasi toks apibūdinimas „skambanti erdvė, skambantys kūnai, skambanti įvairovė“. Tad kas tą skambėjimą. muzikalumą sudaro, formuoja? Pirmiausia spalvų derinių skambesys, blyškesni rausvi, rusvi, nelyg įelektrinti, kūno (kūnų) tonai tobulai dera, skamba su ištaipyta erdve, kuri žėruoja spalvų, faktūrų, draperijų turtingumu (dažniau tamsesniais sodresniais – raudonos, rudos, žalios tonais).

Dera pridurti, kad parodoje eksponuoti ir keli kameriški portretai, kurie suskamba ir su aktų formomis bei spalvomis.

Apskritai Rasos aliejinė tapyba – aktams, portretams – būdingas itin subtilus erdvės modeliavimas, kur galima įžvelgti net smulkiausių teptuko brūkštelėjimą, subtiliausių niuansuotą potėpį.

Su turtingai spalvomis aktais savitai derai ir parodai įvairovės suteikia keli aktų eskizai, atlikti pieštuku ir tapyti aliejumi, tarp jų – subtilus kontūriškas besilaukiančios moters aktas.

Dar grįžkime ir prie parodos pavadinimo – Moderato muzikos kalboje reikiama lėtą tempą, neskubrą. Regis, visi nutapyti žmonės, tikriau jų kūnai, jų aktai alsuoja atsipalaidavimu, lėtu tempu, taip pat visišku menamu pasitikėjimu (tarp tapytojos ir pozuotojų).

Kaip teigia pati tapytoja, tarp pozavusių žmonių – visi Rasai gerai pažįstami, bičiuliai, artimieji, tiesiog atėję pas ją.

R. Vasilevičiūtės žodžiais, „Tapybai esu dar labai nesunokęs vaisius. Reikalinga patirčių ne vien pažinimo, bet ir turinio sluoksnių. Pažinimas yra kelias. Mano kelias prasideda nuo elementarių, tačiau pamatinių dalykų suvokimo. Neskubėjimas. Mokantis tapybos žanrų – portreto, peizažo, natiurmorto, figūros – neskubu, noriu viską išmokyti gerai, nepaviršutiniškai. Pažinimo kelias ilgas. Lėtai ir nuosekliai vedu save prie temos. Žmones tapau iš natūros, kad geriau suvokčiau charakterį, šviesos ir spalvos kaitą. Pozavę žmonės taip pat yra neabejingi. Jaučiu didelį palaikymą ir susidomėjimą. Kalbame tankiai tiek apie tapybą – jos atlikimo techniką, tiek ir apie tapybos prasmę, išliekamą vertę, apie spalvą, jos sukliamą jausmą. Prie ko aš einu. Natūra. Viskas mokymasis vyksta iš gamtos. Gamta yra šaltinis ir mokymosi kelias. Manau, kad tai yra svarbiausia. Pažindama gamtą ieškau būties prasmės.“

Beje, jau antrus metus R. Vasilevičiūtė bendradarbiauja su Antakalnio galerija, kur rengia parodas, piešimo ir tapybos pagrindų moko vaikus, suaugusiuosius – tradicinės grafikos, tapybos tušu, akvarelinės bei aliejinės tapybos.

Pilaitės dailės studijoje „Viksva“ Rasa norinčius piešti supažindina su tradicine grafika, tapyba ir akademinu piešimu.

Svarbu paminėti, kad Rasos žodžiais, jai svarbu tobulėti, ieškoti savito erdvės, spalvos, potėpių, faktūrų turtingumo, žaismo. Paklausta apie ateities planus, menininkė atsakė, kad ji tapydama ieškanti erdvės gylio, kompozicijos įvairovės ir turtingumo. ■

Menotyrininkė Ona Gaidamavičiūtė



R. Vasilevičiūtė prie savo darbų

Regis, nelemtas ir nelauktas virusas bei karantinas jau ir taip sulėtino žmonių tempus, pakvietė sustoti, susimąstyti. Sustojimo, įsimąstymo progą suteikė ir gegužės 12–31 d. Antakalnio galerijoje (Antakalnio g. 86) veikusi grafikės, juvelyrės, tapytojos ir pedagogės – dailės, tapybos (tradicinės, tušu), akvarelės mokytojos – Rasos Vasilevičiūtės tapybos darbų paroda „Moderato / Neskubant“. Tai jau 10-oji R. Vasilevičiūtės paroda, ir jau antroji papildyta tapytų aktų

Kodėl vyrai turi barzdas?

Vyrų barzdos galimai išsivystė tam, kad absorbuotų smūgį į žandikaulį, skelbia nauja įdomi mokslinė hipotezė.

Turbūt visos moterys sutiks, kad vešli, prižiūrėta vyro barzda gali būti labai žavinga, tačiau pasirodo, kad ji gali turėti ir praktinį tikslą – tai yra sušvelninti smūgį į veidą, skelbia Livenesscience.com. Panašiai, kaip liūto karčiai apsaugo šios didelės katės gerklę nuo priešų ilčių, taip ir vyro barzda gali apginti nuo mirtino smūgio, jį sušvelnindama bei išsklaidydama į žandikaulį nutaikyto smūgio energiją, skelbia mokslininkai naujame tyrime, kuris balandžio mėnesį buvo publikuotas moksliniame žurnale „Integrative Organismal Biology“. Būtent žandikaulio lūžiai yra viena dažniausiai pasitaikančių traumų muštynėse, rodo naujausi tyrimai.

Žymusis gamtininkas ir evoliucijos teorijos tėvas Čarlzas Darvinas, pats galėjęs didžiuliais nuostabiai vešlia barzda, manė, kad jos tėra „papušalas“, skirtas pritraukti moterų dėmesį. Tačiau dabar naujo tyrimo autoriai iškelia kitokią hipotezę – kad barzdos plaukai gali išsklaidyti smūgio jėgą, todėl

evoliucijoje išsivystė kaip atsakas į vyrų tarpusavio smurtą. Vis daugiau tyrimų rodo, kad žmogaus skeletas ir raumenys evoliucionavo taip, kad padėtų nugalėti kovoje. Jau anksčiau mokslininkai iškėlė hipotezę, jog netgi vyrų veido forma išsivystė taip, kad apsaugotų galvą nuo sužeidimų kovoje. Gali būti, kad ir barzda atsirado dėl tos pačios priežasties, teigia tyrėjai.

Kad patikrintų šią hipotezę, jie sukūrė žmogaus kaukolės modelius iš medžiagų, turinčių panašią į kaulus savybių. Dalį modelio jie uždengė avikailiu, imituojančiu vyro barzdą. Nors avikailis nėra visiškai analogiškas barzdos plaukams, „folikulų tankis mūsų avikailio pavyzdžiuose atitiko jų tankį vešlioje barzdoje“, rašo tyrėjai.

Eksperimentuose buvo naudojamas trijų tipų avikailiai. Pilno plauko avikailis bandymuose pasirodė geriausias ir absorbavo beveik 30 procentų daugiau smūgio jėgos nei pusiau apkarpytas ar pilnai nuskustas avikailis. Net 95 procentai apkarpyto avikailio ir 100 procentų nuskusto avikailio buvo pažeisti smūgio jėgos, palyginti su tik 45 procentais pilno plauko avikailio mėginių.



„Šio tyrimo rezultatai rodo, kad plaukai tikrai gali reikšmingai sumažinti smūgio jėgą ir absorbuoti energiją, tokiu būdu sumažindami traumos tikimybę, – skelbia tyrėjai. – Jeigu tas pats galioja ir žmogaus barzdos plaukams, tuomet vešli barzda tikrai gali padėti apsaugoti pažeidžiausias galvos vietas, tokias kaip žandikaulis.“ ■



Daugelis mūsų stengiasi atsisakyti įvairių žalingų įpročių (rūkymo ar alkoholio vartojimo), taip pat ieško kuo sveikesnių maisto produktų tam, kad kūnas būtų laimingas ir sveikas. Egzistuoja ir toks dalykas kaip emociniai įpročiai, kurie mus sekina. Jų atsisakymas taip pat galėtų būti „gyvenimo dietos“ dalis. Tokie sekinantys įpročiai sukelia ilgalaikes fizines ir dvasines pasekmes. Jeigu šie įpročiai būtų koks nors prastas, mūsų organizmui netinkantis maistas, priaugtume daug „emocinio svorio“, kuris kenkia mums.

Kokie tai yra įpročiai ir kaip jų atsisakyti?

NEPAMATUOTI LŪKESČIAI SAU IR PASAULIUI

Lūkesčiai dažniausiai yra apibūdinami kaip įsitikinimai apie tai, koks pasaulis turėtų būti, kaip jis turi atrodyti ir kaip veikti. Pavyzdžiui, kaip turėtume jaustis, ką jau turėtume būti pasiekę, kaip žmonės turėtų su mumis elgtis. Jei mūsų susikurti lūkesčiai nesutampa su tikrove, gali kilti didelis nepasitenkinimas. Tikėtina, kad mūsų susikurti lūkesčiai sau, kitiems ir visam pasauliui dažnai nebus įgyvendinti, netaps tikrove, todėl projektuojant įsivaizdavimus apie pasaulį mus gali nuolat kankinti nepasitenkinimas. Pavyzdžiui, didelius sau lūkesčius keliantys abiturientai nori gauti kuo daugiau šimtukų iš egzaminų, tačiau dažnu atveju tai nėra realistiškas pasaulio matymas. Tokius aukštus standartus gali pasiekti ne kiekvienas. Vadinas, įsivaizduojamas pasaulis retai kada tampa realus, o tai kelia įtampą ir frustraciją.

Kiekvieną rytą reikia atsikelti anksti tam, kad galėtumei pasportuoti, nes taip elgiasi „sėkmingi“ žmonės. Kiekvienas elektroninis laiškas turi būti atsakytas per kelias minutes, nes taip elgiasi geri darbuotojai ir gerbiami žmonės. Turi būti

Sveiki ir laimingi

Emociškai sekinantys įpročiai, kurių verta atsisakyti

laimingas dėl to, kad taip elgiasi žmonės, besidžiaugiantys gyvenimu ir nuolat dėkojantys Dievui už tai, kad apskritai gyvena. Visi šie lūkesčiai mus gali įvilioti į „emocinius spąstus“, nes pasaulis ne visuomet yra toks, koks jis mums atrodo. Kognityvinės psichologijos specialistai dažnai kartoja, kad teiginiai, kuriuose dominuoja žodžiai „reikia“, „taip turėtų ar neturėtų būti“ yra viena iš mąstymo klaidų, kuri neigiamai veikia mūsų emocinę savijautą, veda į nerimą ir depresiją. Tokių teiginių pravartu atsisakyti tam, kad jaustumėmės geriau ir mažiau sekinatume save.

NUOLATINIS SAVĖS LYGINIMAS SU KITAIŠ

Kartais palyginti save su kitais nėra taip jau blogai, juk būtent tokiu būdu suvokiame, kas mums svarbu, kokius dalykus norime pasiekti, kas mums įdomu. Žiūrėdami į kitus, įsivertiname save.

Tačiau kartais save vertinant pritrūksta objektyvumo, tai kenkia mūsų psichologinei savijautai, mažina motyvaciją ir savivertę. Visuomet atsiranda žmonių, kurie bus už jus protingesni, gražesni ar turtingesni. Savęs lyginimas su daugiau pasiekusiais žmonėmis gali turėti ir neigiamą, ir teigiamą poveikį. Viena vertus, toks lyginimas gali įkvėpti, motyvuoti, kita vertus, galite pasijusti nieko nepasiekę, neadekvatūs, nekompetetingi. Jei lyginsite save su mažiau pasiekusiais, jūsų savivertė turėtų pakilti.

Socialiniams tinklams tapus svarbia mūsų kasdienybės dalimi, save su kitais lyginame dar dažniau. Patikrinę kitų žmonių paskyras, daugelis jaučiasi gerokai prasčiau dėl savo pasiekimų – juk ten gyvenimas visuomet atrodo geresnis.

Svarbiausia užduoti sau klausimą, koks yra šio lyginimo tikslas. Ar jis padeda augti kaip asmenybei? Ko galima išmokti iš savęs lyginimo su kitais? Kaip jis jus verčia jaustis?

Derėtų prisiminti, kad savęs lyginimo su kitais procesas dažniausiai nėra objektyvus ir sąžiningas. Juk niekada nematome viso žmogaus portreto, o tik kelias dalis, taip pat dažniausiai lyginame savo būseną su kito žmogaus būseną, tačiau labai retai galvojame apie skirtingas aplinkybes, kurios mus į tas būsenas atvedė. Ar jaučiatės blogai dėl to, kad jūsų

universiteto draugas jau nusipirko butą, o jūs vis dar mokate nuomą už savąjį? Taip galėjo nutikti dėl skirtingų gyvenimo aplinkybių. Gali būti, kad minėtasis draugas, tam, kad susimokėtų būsto paskolą, dirba nemėgstamą darbą, jam taip pat galėjo padėti tėvai ar giminačiai.

Lyginant save su kitais reikia į situaciją žiūrėti kuo objektyviau ir sąžiningiau – atsivėlgti į daugybę faktorių, o ne tik tai, kaip gyvenimai atrodo iš išorės.

PERNELYG DIDELIS ĮSITRAUKIMAS

Kai kurie žmonės yra linkę imtis daugiau veiklų, nei jie gali įgyvendinti.

Pernelyg didelis įsitraukimas ir pernelyg didelis įsipareigojimų skaičius gali sukelti visa apimančią nerimo jausmą, psichologinį nuovargį ir kognityvinį perteklių. Pernelyg didelis įvairiausių veiklų skaičius didina tikimybę, kad nė vienas iš daugybės darbų, kuriuos darome, nebus atliktas kokybiškai ir atidžiai.

Tokią gyvenimo kryptį pasirenkame dėl kelių priežasčių. Visų pirma dėl to, kad užsiėmę žmonės atrodo labai sėkmingi, svarbūs ir kompetetingi. Nors veiklumas yra kitiems žmonėms patraukli savybė, kaina, kurią mokame dirbdami per daug, yra labai didelė. Kuriamas vis daugiau programėlių telefone, skirtų mums priminti apie tai, kad jau turėtume pailsėti ir atsipalaiduoti.

Šiuolaikinei visuomenei taip pat būdingas baimės ką nors praleisti (angl. fear of missing out) fenomenas. Dažnai galvojame, kad sakydami „ne“ nepatirsime daug nuostabių, gyvenimą keičiančių dalykų. Būtent todėl dažniau sakome „taip“, o tik vėliau galvojame, kaip sėkmingai įgyvendinti visus įsipareigojimus. Ironiška, tačiau, baimindamiesi sakyti „ne“, kenčiame nuolatinį nuovargį, nepagalvodami, kokią įtaką mūsų gyvenimui daro veiklų perteklius.

Siekiant išvengti šių trijų emociškai sekinančių įpročių reikėtų sąmoningai žiūrėti į savo veiksmus ir mintis. Siekdami priimti geresnius sprendimus, turėtume išsiaiškinti, ar mūsų lūkesčiai yra realistiški, ar į save žiūrime objektyviai, ar įsipareigojame išmintingai. ■

ATLANTIC Express Corp.

SIUNTINIAI Į VISĄ EUROPOS SĄJUNGĄ

+ Ukraina, Baltarusija,
Moldova, Rusija



**Greičiausi
pristatymo terminai**



**Kiekviena dėžė nemokamai
apdrausta \$100**

Siūlome automobilių
gabenimą į visas pasaulio
šalis, automobilių pirkimą
iš visų JAV aukcionų,
asmens turto
perkraustymą



Siuntinių paėmimas iš namų

Asmeninės siuntos
708-907-3000

Sekite savo siuntas:
AtlanticExpressCorp.com/tracking

Centrinio ofiso adresas
8801 S. 78TH AVE, BRIDGEVIEW, IL 60455



DĖMESIO!

Dėl susidariusios COVID-19 situacijos
informuojame, kad:

- **Norint pristatyti siuntinius siuntų surinkimo agentams, rekomenduojame darbo laiką pasitikslinti su jais telefonu arba paskambinus į mūsų centrinį biurą tel.: (708)907-3000;**
- **Centrinis biuras Bridgeview dirba įprastu laiku;**
- **Krovinių/siuntų siuntimo tvarka nepasikeitusi. Galimi nedideli vėlavimai.**
- **Saugus siuntinių paėmimas iš namų. 5 dienas per savaitę.**



Siuntinių Priemimo Vietos

Atlantic Express Centrinis Ofisas

8801 S. 78th Ave. Bridgeview, IL 60455
Tel: 708-907-3000

Rūta

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

Eurus Deli

22 W. 535 Butterfield Rd., Glen Ellyn, IL 60137
Tel: 630-469-4290

Biomed

360 Townline Rd. Mundelein, IL 60060
Tel: 847-566-6676

Royal Petal

188 E. W end St. Lemont, IL 60439
Tel: 630-257-0339

Real Exteriors

37 40 N. 25th Ave. Suite D Schiller Park, IL 60176
Tel: 847-671-1155

Lithuanian Plaza

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

Galos Caves

6501 W. Irving Park Rd. Chicago, IL 60634
Tel: 773-283-7701

Biomed 2

4548 N. Harlem Ave. Harwood Heights,
IL 60706
Tel: 773-656-2430

Kalyna

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

Continental USA

2207 W Chicago Ave, Chicago, IL 60622
Tel: 773-489-9770

Ina Stankeviciene

Adresas: 2711 W. 71 st Street Chicago,
IL 60629
Tel: 773-476-5999

Grand Duke's Restaurant

980 75th St, Downers Grove, IL 60516
Tel: 708-594-5622

Dolynka

5050 N Cumberland Ave office 21-v,
Norridge, IL 60706
Tel: 773-600-2727

Excel Insurance

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

NEW! Smilga

2819 83rd St, Darien, IL 60561
Tel: 630-427-0929

NEW! Old Vilnius

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

Nuskamba žadintuvas, laikas pradėti naują dieną. Koks pirmas žingsnis? Tikriausiai užsipilti puodelį kavos? Galbūt vietoje to vertėtų pagalvoti apie pasivaikščiojimą rašo „Science Alert“.

Kanadoje kava yra antras daugiausia suaugusiųjų vartojamas gėrimas po vandens. Nors kofeinas skatina aktyvumą, energiją ir gerina nuotaiką, ne kiekvienas gali jį vartoti.

Kai kurie žmonės jaučia neigiamą kofeino poveikį, pavyzdžiui, padidėjusį nerimą, raumenų drebulį. Taip pat žmonėms, daug vartojantiems kofeino, pasireiškia galvos skausmas, nuovargis ir niūrumas.

Tokiu atveju kyla klausimas: kas galėtų suteikti tokios pat naudos kaip ir kofeinas, tačiau be pašalinių poveikių? Atsakymas gali slypėti paprasčiausioje mankštoje.

KOFEINAS PRIEŠ SPORTO PRATIMUS

Vieno neseniai atlikto tyrimo metu buvo lyginama, kaip kofeinas ir mankšta gali pagerinti taip vadinamą darbinę atmintį.

Darbinė atmintis reiškia sugebėjimą laikinai saugoti ir valdyti informaciją, kad sėkmingai atliktume pavestą užduotį. Darbine atmintimi naudojames parduotuvėje, kai reikia greitai prisiminti, kokius produktus nusipirkti, ir tuo pačiu metu įvertinti tų produktų kainas. Darbinė atmintis naudojama kasdieniame gyvenime ir yra susijusi su tuo, kaip gerai mums sekasi mokykloje bei darbe.

Tyrimo metu buvo analizuojama, kas nutinka darbinei atminčiai, kai sveiki suaugę žmonės 20 minučių eina ant bėgtakio ir kai gauna dozę kofeino, esančią viename mažame puodelyje kavos.

Rezultatai parodė, kad vidutinio intensyvumo mankšta turi tokį patį poveikį kaip ir dozė kofeino – tiek tiems žmonėms, kurie įprastai geria kavą, tiek tiems, kurie ne. Tai reiškia, kad vienas aerobikos pratimas galėtų ne tik pakeisti puodelį kavos, bet taip pat suteikti ir kitokios naudos sveikatai.



„Energetikų“ kova

Kava ar pasivaikščiojimas: kas suteikia daugiau energijos?

VAIKŠČIOJIMAS SUMAŽINA ABSTINENCIJOS SIMPTOMUS

Tyrimo metu buvo paprašyta kofeino vartotojų 12 valandų jo nevertoti. Tuomet buvo įvertinta, kokie abstinencijos simptomai jiems pasireiškė. Dažniausiai tai buvo nuovargis, negalėjimas susikaupti, prasta nuotaika, motyvacijos trūkumas ir galvos skausmas.

Taip pat paaiškėjo, kad darbinė atmintis nebuvo paveikta kofeino trūkumo.

Tyrėjai tuomet aiškinosi, ar pasivaikščiojimas arba dozė kofeino sumažintų abstinencijos simptomus ir pagerintų darbinę atmintį. Įdomu tai, kad rezultatai parodė, jog 20 minučių ėjimas galėjo sumažinti abstinencijos simptomus,

nuovargį bei pagerinti nuotaiką. Tačiau darbinei atminčiai įtakos tai neturėjo.

Nors vyksta daug diskusijų ir planuojami kiti tyrimai, ankstesni duomenys rodo, kad aerobiniai pratimai pagerina kraujotaką smegenyse, neurotrofinių faktorių išsiskyrimą, kurie maitina smegenų ląsteles. Taip pat sporto metu išsiskiria tokie hormonai kaip dopaminas ir adrenalinas, kurie veikia nuotaiką ir energiją. Dėl to atrodo, kad mankšta gali turėti panašios įtakos žmogui kaip ir puodelis kavos.

Todėl žmonėms, nenorintiems arba nemėgstantiems kofeino turinčių produktų, tačiau norintiems pakelti nuotaiką bei energijos lygį, gali būti naudinga paprasčiausiai išeiti pasivaikščioti per pietų pertrauką. ■



Psichologė Gintė Gudzevičiūtė. Vaivos Norkevičiūtės nuotr.

Pagalvojus apie sesiją, atsiskaitymus ir egzaminus, studentus gali apimti mintys apie įmanomą ar įsivaizduojamą nesėkmę – „nepavyks pasiruošti atsiskaitymui, neišlaikysiu egzamino, atsiskaitymo metu sutriks internetas“ ir pan. Suprantama, kad tokios mintys gali kelti stresą, nerimą, nepasitikėjimą savo jėgomis, baimę suklysti. Rūpintis dėl ateities ir jausti nedidelį kiekį streso yra normalu. Nedidelis stresas juk padeda susikaupti, mobilizuoti jėgas ir kūrybiškai spręsti problemas. Kai streso būna per daug, tiek mokytis, tiek atlikti užduotis darosi sunkiau.

Patarčiau atsivelti į mokymosi sąlygas ir pagalbos sau būdus: **Sudarykite darbų planą.** Jei vienu metu darbų ar mokymosi medžiagos atrodo per daug, naudinga pasidaryti mokymosi planą ar darbotvarkę. Planuojantis darbotvarkę, galima numatyti, kiek valandų kuriam darbui skirsite ir kada bei kaip ilsėsitės. Be to, jei darbų vienu metu prisikaupė per

Psichologė pataria

7 pagalbos sau būdai, kaip be streso pasiruošti egzaminams

daug, naudinga sau priminti, kad labiausiai pavyksta susikoncentruoti, kai dėmesį galima sutelkti į vieną darbą vienu metu. Taisyklės „vienas dalykas vienu metu“ laikymasis padės nesiblaškyti ir dirbant prie vienos užduoties dabar, nereikės nerimauti apie rytojaus darbus, kurie jau numatyti plane.

Naudokite sau tinkančius mokymosi metodus. Mokymasis vyksta sklandžiau, jei asmuo pritaiko efektyvius mokymosi metodus ar tuos metodus, kurie jam iki šiol padėdavo lengviau suprasti medžiagą. Pavyzdžiui, jei mokymuisi yra prisikaupę daug medžiagos, galima didelius medžiagos kiekius sutrumpinti ir sukonspektuoti į mažesnius, o konspektavimas sava kalba padės medžiagą geriau suprasti ir įsiminti. Kitiems mokymasis vyksta sklandžiau, jei jis vyksta grupėje. Šiuo metu nuotolinės bendravimo programėlės suteikia galimybę mokytis kartu su grupės draugais, neišėjus iš namų. Grupėse galima vienas kitam paaiškinti iškilusius klausimus, o mokant kitus, greičiau išmokstama. Taip pat auksinė taisyklė, norint išmokti daug medžiagos – kartojimas įvairiais būdais padeda ją įsiminti.

Pirmiausia išmokite įdomiausius klausimus, tada imkitės sunkesnių. Mokantis, kaip ir rašant egzaminą, naudinga pradėti nuo tų užduočių ar klausimų, kurie atrodo lengviausi arba įdomiausi. Tai padeda susikaupti, mobilizuotis, o atlikus pirmą užduotį, atsiranda pasitikėjimas savo jėgomis ir didėja motyvacija imtis kitų, sunkesnių užduočių.

Svarbus rūpinimasis savimi. Mokymosi metu studentams gali padėti ir rūpinimasis savimi fiziškai. Sveika ir subalansuota

mityba, pakankamas miego kiekis, drungnas dušas, mankšta ar valanda, praleista gryname ore, padės ilgiau išlikti budriems, geriau veiks atmintis, bus lengviau susikaupti.

Darykite trumpas pertraukas. Daug dirbant ar mokantis, labai svarbu nenuvertinti ir pertraukų teikiamos naudos. Neilgos, maždaug 15–20 minučių pertraukos gali padėti ilgiau išlaikyti darbingumą. Pertraukos neturi būti per ilgos ar pernelyg blaškančios. Pertraukų metu galima padaryti trumpą mankštą, išvėdinti kambarį, atsigerti vandens ir pan.

Nusiraminiui prieš egzaminą išbandykite atsipalaidavimo pratimus. Jei mintys apie ateinančius egzaminus kelia nerimą, neleidia susikaupti mokymuisi arba nusiraminti prieš miegą, galima daryti atsipalaidavimo pratimus, kurių paieškoti galite internete ar knygoje. Atsipalaidavimo pratimų metu yra susitelkiama į savo mintis, kūną, kvėpavimą, siekiant būti „čia ir dabar“. Tokie metodai padeda mažiau mintimis skrajoti ateityje ir įsivaizduoti gąsdinančius scenarijus.

Galvodami apie atsiskaitymus, atkreipkite dėmesį į savo mintis. Kalbant apie mintis, kurios veikia emocinę savijautą ir veiksmus, naudinga suprasti, kad mintys „kas bus, jeigu nepavyks“ nepadedą nusiraminti. Mintys, kad „praėjusiame egzamine galėjau pasirodyti geriau“ nepadedą taip pat. Jei norisi pasimokyti iš praėjusių egzaminų, geriau savęs paklausti: „ką galiu padaryti kitaip, kad šios klaidos nekartočiau?“. Vietoj minties: „kas bus, jeigu nepavyks“ galima galvoti „ką galiu padaryti dabar, kad išlaikyčiau“. ■

Psichologė Gintė Gudzevičiūtė



IEŠKAU
SPECIALISTO,
kad sutvarkytų
namo mokesčius.
Du Page.

630-433-2224

DANTŲ TECHNIKOS
LABORATORIJA
Laboratorija atidaryta nuo
pirmadienio iki penktadienio
Tik per 2 valandas!
APMOKĖJIMAS TIK GRYNAISIAIS

TAISO
dalinius ir pilnus
PROTEZUS



Protezę priėmimas vyksta
darbo dienomis nuo 10 iki 12 val.
Kalbame angliškai ir rusiškai
(847) 353-8075

Albina Van Maer
Broker/Owner
Bluebird Realty, Inc.



Nemokamos
paslaugos
pirkėjams

Gyvenamo nekilnojamojo turto pardavimas ir nuoma
Investicijos ir nekilnojamo turto valdymas

Buffalo Grove,
large updated 2br/2ba
with 2 parking in the
garage.
\$205,000

Plainfield,
4 br/2.5 ba, updated
house with basement.
\$324,900

Elk Grove Village.
Private 3 br/2.5 ba
townhouse with full
basement,
\$248,000

Downers Grove,
3br/1.5 ba with finished
basement.
\$189,000

Ieškome pardavimų agentų
630-234-2642
Komerčinės paskolos, tel. 630-697-2572
Komerčinės paskirties nekilnojamasis turtas,
tel. 708-512-7678
bluebirdrealtor@gmail.com • bluebirdrealtor.com

Transporto įmonei
REIKALINGAS ŽMOGUS,
KURIS GALĖTŲ PRIŽIŪRĖTI
TERMINALO TERITORIJĄ
IR PASTATUS, BEI GALINTIS
ATLIKTI VIDAUS REMONTO DARBUS



Norėdami gauti daugiau informacijos, skambinkite tel.
(630) 303-8961

PIETINĖJE ČIKAGOJE IŠSIKŪRUSIAI
TRANSPORTO ĮMONEI

REIKALINGI MECHANIKAI
STABILUS DARBAS IR UŽMOKESTIS,
TVARKINGOS IR NAUJAI ĮRENGTOS
DIRBTUVĖS

NORĖDAMI GAUTI DAUGIAU INFORMACIJOS,
SKAMBINKITE TEL. **(630) 303-8961**

Orbera[®]
managed weight loss system
Chicago Surgical Clinic



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

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, siuvamas ar veržiamas
- nereikia gutis į ligoninę - namo galite eiti netrukus po procedūros

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

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

3X DAUGIAU
numesto svorio nei
vien su dieta ir sportu

12-os mėnesių
PALAIKYMAS

po procedūros jūsų laukia
speciali medicininė programa,
garantuojanti ilgalaikius
rezultatus



(847) 215-0530
CareCredit ir kitos finansavimo
galimybės

Klausau.com

Skambinkite į Lietuvą

Norėdami skambinti pigiais
Klausau.com tarifais,

**paprasciausiai
paskambinkite bendruoju
telefonu 888-383-8974,**

**o sistema jums
automatiškai
perskambins
(per mažiau nei
45 sekundes)
atliks sujungimą.**

**vos už 4.5 centu
per minutę (landlines)
ir 7 centus per minutę (cell)**

Kad galėtumėte naudotis
šiomis paslaugomis, jums
reikia užsiregistruoti ir
susikurti Klausau.com
paskyrą.

Registracija nemokama –
mokate tik už
prakalbėtą laiką.
Užsiregistruoti galite
internetu
www.klausau.com
arba nemokamu
klientų
aptarnavimo
telefonu
877-338-1545

Customer Service

1-877-338-1545

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



Elite Realty Experts, Inc.

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



**LOLITA
RASIMAVIČIŪTĖ**

Lolita.Rasima@yahoo.com

Cell (708) 612 8573

Linas Realty Inc.



Linas Meilus

Broker

www.linasrealty.com

Cell: 630-363-8562

linas60527@yahoo.com

linasm@linasrealty.com

**Sveikatos ir gyvybės
draudimas**



Birutė

Paulauskaitė

Agent/Broker/Adviser

847-322-3404

Platus pasirinkimas,
išsami informacija

Office
in Oakbrook



INDRĖ SKEBERDIS

Broker/Owner

**Nekilnojamo turto
pirkimas,
pardavimas,
nuoma,
finansavimas.**

**Banko
nusavinti namai,
"short sale",
investicijos.**

708-691-3640

iskeberdis@yahoo.com

**Atliekame
visus jūsų
namų remonto
darbus!**

**Virtuvė, vonios
kambario ir cokolinio
aukšto remontas
"nuo iki", dažymo
darbai, grindų keitimas,
elektriko ir
santehniko
paslaugos.**



**Daugiau
nei
15 metų
patirtis**

**15%* nuolaida
su šiuo skelbimu
*taikoma tik darbams**



DMB Services Corp.

(847) 385-8011



U S T S
UNITED STATES
TAX SERVICES



**FIZINIŲ
ASMENŲ
IR VERSLO
MOKESČIŲ
DEKLARACIJŲ
PARENGIMAS**

SKAMBUČIAMS (800)913-0898

ŽINUTĖMS (224)676-3577



251 N MILWAUKEE AVE,
SUITE 1025 BUFFALO
GROVE, IL 60089

WWW.UNITEDSTATESTAXSERVICES.US

CONTACT@UNITEDSTATESTAXSERVICES.US

REKLAMA

„Čikagos Aidas“ №22 [1189] 06.05.2120 – 06.11.2020



Šiuo metu, kai saulė kviečia pasimėgauti jos spinduliais ir nors trumpam ištrūkti iš namų, vis aktualesnė tampa laukinė gamta. Joje nesunku laikytis rekomenduojamo fizinio atstumo nuo kitų žmonių, o pasivaikščiojimai padeda atpalaiduoti kūną ir protą. Norintiems telefonu įamžinti gamtos grožį, siūlome vadovautis keliais paprastais patarimais.

ŠVARESNIŠ OBJEKTYVAS – RYŠKESNĖ NUOTRAUKA

Tam, kad nuotraukos būtų kokybiškos ir ryškios šiais laikais visiškai pakanka telefonų kameros. Tad pirmas dalykas, kurį rekomenduojama atlikti prieš pradėdant fotografuoti – tai nuvalyti savo išmanaus įrenginio kameros objektyvą.

Ne paslaptis, kad kai kurių nuotraukų kokybę paprasčiausiai suprastina ant objektyvo užsilikę pirštų antspaudai ar dulkelės. Todėl norintiems išgauti skaidresnes nuotraukas,

Laiką leidžiame gamtoje

6 patarimai, kaip fotografuoti gamtą

kartais paprasčiausiai užtenka tiesiog nuvalyti priekinę ir galinę telefono kameras.

GRAŽŪS KADRAI REIKALAUJA PASIRUOŠIMO

Įsimintini, gamtoje daryti kadrai nėra atsitiktinumas. Patyrę fotografai beveik visada planuoja savo išvykas ir pasirenka laiką, kuomet dienos šviesa yra gražiausia. Taip pat, norėdami užfiksuoti gyvąją gamtą fotografai kameras įprastai laiko budėjimo režime. Tad jei nuotraukoje siekiate įamžinti kokį nors miško gyventoją, būkite tam pasiruošę – žinokite, visus būdus, kaip negaištant laiko pasiekti reikiamą telefono kameros funkciją.

DVIEJŲ TREČDALIŲ DĖSNIS

Profesionalūs fotografai sako, kad norint įamžinti kraštovaizdį rekomenduojama rinktis kuo platesnę ir atviresnę vietą: taip kadre užtikrinama gera šviesa, kontrastingiau išryškėja esami objektai. Kartu rekomenduojama laikytis ir dviejų trečdalių taisyklės, kuri reikalauja, kad priekinis planas ir centras užimtų didžiausią nuotraukos dalį, o dangus – tik trečdalių bendro kadro. Laikantis šios taisyklės, įamžintas kraštovaizdis atrodo platesnis ir gyvesnis.

Atvirkštinę proporciją reikia taikyti tada, kai norite nuotrafuoti įspūdingus debesis ar žvaigždes – du trečdalius nuotraukos palikite dangui, ir tik vieną žemės vaizdams.

IŠSIRINKITE PAGRINDINĮ OBJEKTĄ

Norint, kad nuotrauka išsiskirtų, atkreiptų dėmesį ir papasakotų istoriją, svarbu sutelkti dėmesį į vieną iš kraštovaizdžio objektų. Tai gali būti namas šalia miško, gelė pakelėje, ar kažkas abstraktus, pavyzdžiui, krentantys šviesos spinduliai.

EKSPERIMENTUOKITE SU ŠVIESA

Laikas po saulėtekio ir prieš saulėlydį vadinamas auksine valanda, nes tuo metu krenta gražiausia dienos šviesa. Taip pat tai yra metas, kuomet gamtoje kyla rūkas ar atsiranda lengva rasa. Mūsų gamta dėkinga dėl savo įvairumo, nes čia turime ir rasą, ir šalną, ir rūką. Būtent šiomis akimirkomis šviesa ir jos tonai įgauna magišką efektą, nes spalvų kontrastai atskleidžia gamtos grožį ir sukuria beveik siurrealistinį vaizdą.

ŽAISKITE SU NUOTRAUKOS KAMPAIS

Fotografo užduotis yra pamatyti daugiau nei įprasta. Nebijokite eksperimentuoti ir daryti kuo įvairesnius kadrus, išnaudoti tiek plataus kampo kameros funkciją, tiek ir makro režimą, skirtą fiksuoti arti esantį, detalių reikalaujantį vaizdą – pumpurus, žolės stiebus ar gėles žiedus. Taip pat pažaiskite su atspindžiais vandenyje ir stenkitės padaryti kuo daugiau kadru, kuriuos detaliau atrinkti bus galima namuose. ■

Kultivuota mėsa taps tokia įprasta kaip ir sojų

Maisto industrijoje vyksta technologinė revoliucija

2013-aisiais Mastrichto universiteto mokslininkas Markas Postas pristatė pirmąjį laboratorijoje užaugintą mėsainį, tačiau per septynerius metus nepradėjome valgyti mėgintuvėlyje užaugintos mėsos. Nepaisant to, Kauno technologijos universiteto (KTU) profesorius Petras Rimantas Venskutonis LRT RADIJUI sako, kad jau po 20-ties metų dirbtinė mėsa sudarys daugiau nei pusę visos mėsos rinkos.

Agrarinė visuomenė – tai ekonominio vystymosi etapas, kai didžiausias indėlis bei pajamos yra gaunamos iš žemės ūkio, investuojama į gamtos išteklių naudojimą, žemės dirbimą: augalininkystę ar gyvulininkystę.

Pirmoji agrarinė revoliucija, dar vadinama Neolito revoliucija, prasidėjo maždaug dešimt tūkstančių metų prieš Kristų, Derlingajame pusmėnulyje (žemdirbystei tinkama priekalnių zona, besidriekianti nuo Libano per Siriją ir Iraką iki Husistano pietvakarių Irane, forma primenanti pusmėnulį – LRT.lt), kai pradėjo keistis žmonių gyvenimo būdas. Klajoklišką gyvenimą medžiojant ir rankiojant, pradėjo keisti sėslus agrarinis gyvenimas, lėmęs populiacijos augimą, miestų kūrimąsi ir visuomenės atsiradimą.

Pramonės perversmas irgi padarė įtaką agrokultūrai. Pasikeitė žemės ūkio pobūdis: mašinų, cheminių trąšų, specializacijos diegimas atlaisvino dalį darbo jėgos iš žemės ūkio ir padidino jo produktyvumą.

1997-aisiais Jared Diamondas parašė knygą „Guns, germs and Steel“ („Ginklai, mikrobai ir plienas“), kurioje aiškina, kodėl Eurazijos ir Šiaurės Afrikos civilizacijos išgyveno ir užkariavo kitas. Knygos pavadinimas – užuomina į tai lėmusias priežastis. Ginklai suteikė karinės galios, plienas – leido sukurti tvarias transporto priemones ir lėmė imperializmą, o mikrobai užkrėtė populiacijas, kurios neturėjo imuniteto Eurazijos populiacijų ligoms, prie kurių pastarosios – Eurazijos agrarinės visuomenės – jau buvo pripratusios. 1998-aisiais knyga laimėjo Pulitzerio premiją. 1994-aisiais Jungtinių Amerikos Valstijų (JAV) maisto ir vaistų

administracija leido į prekybą paleisti pirmąjį genetiškai modifikuotą pomidorą. Po penkerių metų genetiškai modifikuoti pasėliai augo šimte milijonų akrų. Maisto švaistymas išlieka didžiule problema. Skaičiuojama, kad JAV per metus išmetama apie 40 procentų maisto produktų.

Nepaisant to, Jungtinės Tautos (JT) prognozuoja, kad jau 2030-aisiais Žemėje gyvens aštuoni su puse milijardo žmonių, o tai kelia rimtus iššūkius, kaip išmaitinti visą populiaciją, dar labiau nepakenkiant planetai. Tad čia ir kyla klausimas: ar maisto pramonės laukia dar viena technologinė revoliucija?

Kauno technologijos universiteto (KTU) Maisto mokslo ir technologijos katedros profesorius Petras Rimantas Venskutonis sako, kad dirbtinė arba kultivuota mėsa jau yra gaminama. Pasak jo, Nyderlanduose yra kelios įmonės, kurios gamina tokią mėsą komerciniais tikslais.

„Sparčiai vystosi ne tik kultivuotos mėsos gamyba, bet ir iš augalų pagaminti mėsos surogatiniai produktai, – sako P. R. Venskutonis. – Prognozuojama, kad 2040 metais tokia pakaitinė mėsa sudarys net apie 60 proc. mėsos rinkos.“

Anot jo, jau seniai rinkoje esanti sojų mėsa sėkmingai užkariauja vis naujas rinkas. Greta jos į rinkas drąsiai žengia ir iš kitų augalinių žaliavų gaminami mėsos pakaitalai, tvirtina P. R. Venskutonis. „Pavyzdžiui JAV planuojama, kad per metus tokių produktų padidės 17 proc. Tai yra labai daug,“ – sako KTU profesorius.

„AgriFood Lietuva“ įkūrėjas, vienas iš elektroninės nosies „Foodsniffer“ išradėjas Augustas Alešiūnas, pritardamas P. R. Venskutoniui sako, kad ateityje Žemėje sparčiai daugės gyventojų, o dirbamų žemės plotų, panašu, tiek daug daugėti tiesiog negalės. „Dabar žmonija susiduria su iššūkiu, kaip kitokiomis sąlygomis ir kitokiomis priemonėmis išauginti ir išmaitinti mūsų planetą, – sako jis. – Čia mes kalbame ir apie vertikalųjį ūkininkavimą, ir apie ūkininkavimą namų sąlygomis.“

Pasak jo, miestų ūkininkavimas bus vienas ir svarbiausių, proveržį lemsiančių, veiksmų. „Dabartinės COVID-19



pandemija parodė, kad tarptautinės maisto tiekimo grandinės gali neveikti. Dėl to maisto tiekimo grandinių trumpinimas yra labai svarbus, – pasakoja A. Alešiūnas. – Regioninis ūkininkavimas ir regioninė maisto gamyba, neabejoju, įgaus visiškai kitokį požiūrį, nei kad buvo iki šiol.“

Europos inovacijų ir technologijų instituto (EIT) Maisto inovacijų centro veiklų koordinatorė Vaida Morkūnaitė įsitikinusi, kad naujų produktų gamybą ir technologijų jiems pagaminti paiešką lems vis didėjantis ekologinis mąstymas, noras sveikai maitintis bei gauti pilnavertį maistą. Pasak jos, vis labiau vartotojui rūpi, kur išaugintas ar kur pagamintas yra tam tikras jo įsigyjamas produktas. „Įvairūs ekologiniai judėjimai turi nemenką pagreitį, žmonės sąmoningėja“, – sako V. Morkūnaitė. ■

Lietuviškos mišios internete

Sekmadieniais
9:30 v.r. (CST)
Divine Providence Lithuanian
Catholic Church Facebook

Žiūrėti mišias:
<https://www.facebook.com/DivineProvidenceLithuanianCatholicChurch>

#IŠTARK
#IŠGIRSK
#IŠSAUGOK

Apie atminties akciją

2020 m. birželio 14 d. - Gedulo ir vilties diena - projektas „Misija Sibiras“ penktus metus iš eilės įgyvendins tremtinių ir politinių kalinių vardų, pavardžių bei likimų (grįžo iš tremties / negrįžo / likimas nežinomas) skaitymų akciją, kurios metu bus siekiama įgarsinti kuo daugiau nuo sovietų represijų nukentėjusių Lietuvos gyventojų vardų.

Akcijos tikslas

Atkreipti dėmesį į tai, kad Lietuvos tremties istorija nėra vien skaičiai, bet ir konkretūs žmonių likimai, kalbėti apie Lietuvos istoriją naujomis, patraukliomis formomis bei stiprinti kartų dialogą.

Nuo 2016 m. akcija iš skaitymų vien Vilniaus mieste 2019 m. išaugo į iniciatyvą, kurios metu 12-oje Lietuvos miestų ir 1-oje pasaulio lietuvių bendruomenėje JAV per parą buvo įgarsinta 105 000 vardų ir likimų.

Nori, kad Tavęs nepasidalintų pasaulis?

Iki šiol netyla diskusijos, ar Ema Goldman yra lietuvė ar amerikietė, Adomas Mickevičius – lietuvis ar lenkas. Už didelius nuopelnus kiekvieną laikyti savu norėtų visas pasaulis, o dalyvaudamas programoje „Kurk Lietuvai“ ir Tu galėsi įgyvendinti pokyčius, kurie stebins ne tik Lietuvą.

Kas yra „Kurk Lietuvai“?



dalyviai – tarptautinės patirties turintys profesionalai



du nacionalinio ar regioninio masto pokyčių projektai



darbas poromis viešojo sektoriaus institucijose



12 mėnesių kontraktas nuo 2020 m. rugsėjo



prisidėsi prie svarbių ir realių Lietuvos viešojo sektoriaus pokyčių



tikslingai pritaikysi įgytas žinias bei patirtį



išplėsi savo profesinių kontaktų tinklą



įgysi vertingos profesinės patirties



turėsi galimybę sėkmingai integruotis į Lietuvos darbo rinką



ugdysi ir tobulinsi savo kompetencijas mokymuose ir papildomose veiklose

Kodėl verta dalyvauti Tau?

Aplikuok iki balandžio 12 d.

kurklit.lt

Sudoku galvosūkių

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

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

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

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

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

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

SUDOKU NR. 465 ATSAKYMAI

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

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

SUDOKU NR. 466

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

SPRENDIMAS KITAME NUMERYJE

SAVAITGALIO ORAI

PENKTADIENI,
BIRŽELIO 5 D.



DEBESUOTA SU
PRAGIEDRULIAIS
Krituliai: 20%



11 m/h



85°/63° F

ŠEŠTADIENI,
BIRŽELIO 6 D.



SAULĖTA
Krituliai: 0%



12 m/h



67°/56° F

SEKMADIENI,
BIRŽELIO 7 D.



NEDIDELIS
DEBESUOTUMAS
Krituliai: 0%



9 m/h



67°/61° F

HOROSKOPAS: BIRŽELIO 8 D. – BIRŽELIO 14 D.

AVINAS (03.21 – 04.20)

Galite jausti sumažėjusį fizinį aktyvumą. Daugelį problemų gali padėti išspręsti draugai, tereiks jų paprašyti pagalbos. Bus galimybė išspręsti kai kurias senas problemas, atsisveikinti su klaidingomis nuomonėmis, kurios trukdė judėti į priekį. Būkite atsargūs verslo susitikimuose, bendraudami su vadovybe. Stenkitės neduoti pažadų, neprisiimti įsipareigojimų. Venkite streso ir pasirūpinkite savo dvasiniu tobulėjimu.

JAUTIS (04.21 – 05.21)

Būsute kupini energijos, tad pats laikas užsiimti bet kokia fizine veikla, nesvarbu, ar tai būtų sportas, fizinis darbas, ar išvykos. Naudinga laiką leisti geroje kompanijoje. Reikalai klostysis teigiama linkme – sulauksite sėkmės ten, kur nepavyko kitiems. Tačiau lengvos pergalės mažai tikėtinos: reikės pasistengti ir susikaupti. Jei dalyvausite kokiuose nors bendruose projektuose, teks priminti bendražygiams apie neišspręstas užduotis.

DVYNIAI (05.22 – 06.21)

Savaitė dovanos malonių siurprizų, įdomių susitikimų, teigiamų emocijų. Stenkitės ne tik atidžiai stebėti tai, kas vyksta, bet ir aktyviai dalyvauti visuose jums svarbiuose reikaluose. Neformalioje aplinkoje galite vesti verslo derybas ir aptarti darbinis klausimus su kolegomis. Palankus mėnuo finansiniu požiūriu: įmanomos grynųjų pinigų įplaukos, pelningi sandoriai. Galimi asmeninių santykių pokyčiai. Dėmesio: bet koks stresas gali sukelti neurozę.

VĖŽYS (06.22 – 07.22)

Visą savaitę jauste energijos antplūdį. Turėtumėte ją nukreipti produktyvia linkme, imtis bet kokio, net ir sudėtingiausio verslo, nebijoti prisiimti atsakomybės ir savarankiškai spręsti svarbius klausimus. Tikėtina, kad gausite įdomių verslo pasiūlymų, neatmetama ilgo vaisingo bendradarbiavimo pradžia. Atsiras naujų idėjų ir galimybių susitelkti ties jus ypač dominančiu klausimu. Kai kuriems žymiai padidės pajamos. Venkite persivalgymo ir egzotiškų patiekalų.

LIŪTAS (07.23 – 08.23)

Visą savaitę netrūks drąsos – dabar daugelis gali nuspręsti išbandyti jėgas kokiame nors ekstremaliame sporte. Turėsite galimybę ramiai ir neskubant užbaigti anksčiau pradėtus darbus, išspręsti aktualias darbinis ir kasdienes problemas. Jei planuojate imtis ko nors naujo, būkite atsargūs ir neskubėkite, kitaip neatmetamos klaidos. Galimi nesutarimai su kolegomis ir vadovybe; teks sunkiai dirbti, bet rezultatai nedžiugins.

MERGELĖ (08.24 – 09.23)

Jei tik dėsite pastangų, pavyks įgyvendinti daug planų, nesvarbu, ar tai bus jūsų darbas, ar sportas – rezultatai bus tikrai įspūdingi. Nebent sustabdytų tinginystė ir įprotis viską atidėti vėlesniam laikui. Jūs ne tik sėkmingai susitvarkysite su anksčiau pradėtais projektais, bet ir pasieksite ko nors visiškai naujo. Atsiras galimybė susirasti naujų sąjungininkų. Labai rekomenduojama laikytis sveikos mitybos principų.

SVARSTYKLĖS (09.24 – 10.23)

Šią savaitę sunkumai neatmetami, tačiau jie neprivers atsisakyti planų. Draugai padės pasiekti puikių rezultatų – jie duos patarimą, kurio laikydamiesi galėsite išvengti klaidų. Kad ir kas nutiktų, stenkitės išlikti ramūs arba bent jau parodykite, kad viskas vyksta pagal planą. Teks sutelkti dėmesį į kai kurių šeimos problemų sprendimą. Galimos nedidelės pinigų įplaukos. Yra didelė lėtinių ligų, ypač susijusių su tulžies pūsle ir kasa, paūmėjimo tikimybė.

SKORPIONAS (10.24 – 11.22)

Šiuo metu jums seksis, net jei aplinkybės nebus palankiausios. Intuicija labai aštri – įsiklausykite į jos nurodymus, kad nepadarytumėte klaidų, priimtumėte teisingus sprendimus. Bus galimybė sustiprinti savo profesines pozicijas arba kilti karjeros laiptais, susirasti reikiamus žmones, globėjus. Sportuodami ar laikydamiesi dietos įsitikinkite, kad tai jums patinka. Jei pajautumėte diskomfortą, skausmą – nedelsdami pasitarkite su gydytoju.

ŠAULYS (11.23 – 12.22)

Šią savaitę vertėtų imtis bendros šeimos veiklos. Bet kokiomis aplinkybėmis išlikite ramūs ir tikslingi. Būtent šios savybės padės pasiekti sėkmės darbe, o ir asmeniniame gyvenime ką nors pakeisti į gerąją pusę. Bus galimybė užmegzti naudingų kontaktų, parodyti kitiems, ką sugebate. Tikėtina, kad gausite įdomių bendradarbiavimo pasiūlymų. Venkite sunkaus fizinio darbo, varginančių krūvių. Pasivaikščiojimas vakarais padės išvengti nemigos.

ŪŽIARAGIS (12.23 – 01.20)

Šiuo laikotarpiu situacija kartais bus nekontroliuojama, tad teks prisitaikyti prie aplinkybių – tai erzins daugelį jūsų. Tačiau nepasiduodančius žvaigždės tikrai apdovanos už atkaklumą. Galite vesti verslo derybas, aptarti su ilgalaikiu bendradarbiavimu susijusius klausimus, susitikti su potencialiais darbdaviais. Tačiau šiuo atveju reikia nepamiršti, kad galutinis sprendimas bus priimtas vėliau, todėl geriau būti kantriems.

VANDENIS (01.21 – 02.19)

Dabar palankus laikas kūrybingumui, novatoriškų sprendimų paieškai. Nebenorite veikti pasiteisinusiais metodais, nes intuicija sako, kad tikslai gali būti pasiekti dar lengviau ir greičiau. Iš pradžių aplinkiniai gali jus kritikuoti ir smerkti, tačiau kiek vėliau jie tikrai palaikys. Iš darbo galima gauti svarbių naujienų ar informacijos, kuri pasitarnaus jūsų tobulėjimui. Atsiras galimybė išmokti ko nors naujo.

ŽUVYS (02.20 – 03.20)

Po ilgo laiko tarpo pajausite pasitenkinimą savo rezultatais, džiaugsitės išgryninę ir patobulinę naujus įgūdžius. Pakaks jėgos, drąsos ir atkaklumo daryti nemėgstamus dalykus, spręsti sudėtingas problemas ir bendrauti su žmonėmis, kurių negalite vadinti mielais. Tačiau pamažu stiprės teigiamų tendencijų įtaka, pagerės gyvenimas, jausitės pakylėti. Aplinkiniai palaikys jūsų idėjas, o jų įgyvendinimas netrukus leis jums iškilti.



9270 W. 159th St.
Orland Park, IL 60462
Tel.: (708) 226-6860
Fax: (708) 226-6861

www.orlandbestservice.com

- + Automobilių remontas
- + Transmisijos remontas
- + Padangų montavimas ir balansavimas
- + Kompiuterinė diagnostika
- + Towing paslaugos
- + Variklio remontas
- + Starteriai
- + Duslintuvai
- + Generatoriai
- + Stabdžių diskų tekinimas

- + Emisijos testas
- + Aušinimo sistemos
- + Elektrinė dalis
- + Amortizatoriai
- + Diržai
- + Akumuliatoriai
- + Kuro įpurškimas
- + A/C pildymas
- + Stabdžiai
- + Kitos paslaugos

*Kalbam lietuviškai;
rusiškai; lenkiškai*

NAUJIENA!
**Pilnas kėbulo
remontas!**

*Naujausia įranga
Pigiausi įkainiai*

Darbo laikas:
I – V 8 am – 6 pm • VI 8 am – 3 pm



Atsižvelgiant į susiklosčiusią pasaulinės sveikatos krizės situaciją, JAV Lietuvių Bendruomenės organizuojama Lietuvių Išsilvijos studentų stažuotės (LISS) programa šią vasarą nevyks.

Tačiau jau pradėdame ruoštis kitiems metams - programa 2021 metais planuojama birželio 19–liepos 25 dienomis. Nekantriai lauksime visų norinčiųjų! Likime saugūs ir sveiki!

*LISS programos vadovė
Romona Čiutienė*



REKLAMA

Kompanija Ethnic Media

**KVIEČIA DIRBTI
REKLAMOS PARDAVĖJUS**

- DARBO PATIRTIS NEBŪTINA.
- PALANKIOS DARBO SĄLYGOS
- DARBAS PILNU ARBA NEPILNU ETATU

**• GALIMYBĖ DIRBTI
NUOTOLINIU BŪDU**



Tel. 312-999-0609



**Laikraščio užsakymo
kuponas**

3 mėnesiai
12 numerių
\$35

6 mėnesiai
24 numeriai
\$70

12 mėnesių
48 numeriai
\$140

Vardas _____

Adresas _____

Miestas _____

Valstija _____ Zip kodas _____

Telefonas _____

*Čekį arba money order kartu su kuponu siųskite adresu:
Ethnic Media, 325 North Milwaukee Avenue, Units E&F, Wheeling, IL 60090*

„Chicago Aidas“ №22 [1189] 06.05.2120 – 06.11.2020

33

Šalta sriuba: kuo pakeisti šaltibarščius?



CUKINIŲ SRIUBA SU BAZILIKAIS

Jums reikės (3–4 asm.): 2 v. š. sviesto, pusės svogūno, 4–5 skiltelių česnako, 2 vidutinio dydžio cukinijų, 3 puodelių sultinio, ryšulėlio šviežių bazilikų, 0,5 a. š. imbiero miltelių, druskos, pipirų.

Paruošimas: Susmulkintus svogūnus ir česnakus pakepinkite svieste. Jiems suminkštėjus, suberkite cukinijas ir jas trumpai apkepkite. Tuomet viską suverskite į sultinį ir virkite. Cukinijoms išvirus, pridėkite bazilikų ir dar šiek tiek pavirkite. Visą pertrinkite, įberkite imbiero, druskos, pipirų ir dar pavirkite kelias minutes. Patiekite atšaldytą su česnaku įtrintu skrebučiu.

AŠTRI MANGŲ SRIUBA

Jums reikės (3 asm.): 1 didelio mango, pusės svogūno, 1 stiklinės šalto vandens, 1 arba 2 aitrųjų paprikų, 1 žaliosios citrinos sulčių, 0,5 a. š. imbiero miltelių.

Paruošimas: Nulupkite mangą ir supjaustykite dideliais kubeliais. Smulkiai supjaustykite svogūną, aitriąją papriką. Į elektrinį plaktuvą sudėkite visus ingredientus ir viską sumalkite iki vientisos masės. Jeigu norite daugiau gaivumo ar skystesnės konsistencijos, išspauskite dar šiek tiek žaliųjų citrinų sulčių. Mangų sriubą palikite šaldytuve kelioms valandoms ir tik tada patiekite.



NETRADICINĖ GASPAČIO SRIUBA

Jums reikės (3–4 asm.): 400 g arbūzo minkštimo, be sėklų ir be žievės, 4–5 pomidorų, 1 paprikos, svogūnų laiškų, ilgavaio agurko, 1 skiltelės česnako, 3 a. š. alyvuogių aliejaus, druskos, pipirų, jalapeno pipirų.

Paruošimas: Pomidorus, arbūzą, papriką ir agurką supjaustykite kubeliais. Tuomet susmulkinkite česnaką, svogūnų laiškus, likusią dalį daržovių supjaustykite smulkiau bei atidėkite papuošimui. Supjaustytus vaisius ir daržoves pagardinkite druska bei pipirais, įpilkite alyvuogių aliejaus. Tuomet vaisius ir daržoves suplakite iki vientisos masės, sriubą įdėkite atšaldyti į šaldytuvą. Sriubą patiekite papuošę smulkintomis daržovėmis ir daigais. ■

Kaip nervina, kai jodinėjai ant savo mylimiausio vienaaragio, o tave bando surišti ir išvežti į ligoninę.

Kadaise graikai naikino Troją, Persiją, Egiptą, Siriją... Paskui atėjo Europos Sąjungos eilė.

Legendinis lietuvių tenisininkas Vitas Gerulaitis pralaimėjo Jimmui Connorsui 16 kartų iš eilės. Tačiau tada jis laimėjo vieną mačą ir pasakė:
- Tegu tai būna pamoka visiems. Niekas nenugali Vito Gerulaičio 17 kartų iš eilės.

Jaunas doktorantas klausia savo vadovo:

- Kaip tampama rimtu mokslininku?

Atsakymas:

- Maždaug 40 metų reikia aukoti visą savo laiką, mažai valgyti ir gyventi ankštam kambarėly.

Doktorantas klausia:

- O vėliau?

- O vėliau įprantama.

Mano draugai savo dukrai pažadėjo naują iPad, jeigu jos nepaliks antriems metams ir perkels iš trečios į ketvirtą klasę. Pamenu, man vaikystėje tėvai už analogiškus pasiekimus žadėdavo neduoti į kailį.

Moteris skundžiasi psichologui:

- Neseniai sužinojau, kad mano vyras turi meilužę. Nežinau, ar jam pasakyti tai?

- O kam? – atsako psichologas. – Jis tikriausiai ir pats tai jau žino...

Mes buvome pasiruošę gerai praleisti vasarą, bet vasara praleido mus.

- Močiute, aš – gėjus.

- Ar tai reiškia, kad nevalgai mėsos?

- Ne, tai reiškia, kad aš miegu su vyrais.

- Tai ačiū Dievui. Nes mėsą valgyti būtina.

- Statistika teigia, kad kas antra moteris neištikima savo vyru.

- Kas man iš tos statistikos?! Man reikia adresų, vardų, telefono numerių!

Ateina Raudonkepuraitė pas senelę ir klausia:

- Senele, kodėl tavo tokios didelės ausys?

- Kad tave geriau girdėčiau.

- O kodėl tavo tokios didelės akys?

- Kad tave geriau matyčiau.

- Senele, o kodėl tavo tokios didelės lūpos?

- Ausys, akys, lūpos! Į save geriau pasižiūrėk!

Gražuolė atsirado!

- Kaip sunku rasti meilę!

- Čia dar nieko. Tu dar darbo nebando ieškoti...

- Nuo ko tiksliai mirė jūsų pacientas?

- Nuo senatvės.

- Bet gi jį sunkvežimis partrenkė...

- Teisingai. Būtų jaunesnis, būtų spėjęs pasitraukti.

Kas vakarą po žinių įsijungiu siaubo filmą, kad nors kiek nurimčiau.

- Jei tave įžeidinėja, menkina ar skriaudžia, griebk kastuvą ir trenk per snukį!

- Bet, tėti, aš juk mergaitė.

- Na gerai, griebk rožinį kastuvą...

Paauglystėje svajoji, kaip vieną dieną sutiksi ypatingą žmogų. Kai artėja 30 supranti, kad ypatingų – pilna, užtai trūksta normalių.

Branda ateina kai supranti, kad joks žmogus nėra svarbesnis už miegą.

Vyrai, kuriems per keturiasdešimt – baikite lakstyti paskui dvidešimtmetes. Jums reikalinga patyrusi moteris, žinanti pirmuosius insulto požymius.

- Ar tau kartas būna, kad apima tingumas?

- Mane kartais apima aktyvumas, o tingumas pas mane pastovus.

Šiandien gavėje mačiau kaip vyras kalbėjosi su savo šunimi. Buvo akivaizdu, kad jis mano, kad šuo jį supranta. Grįžusi namo papasakojau katinui. Ilgai abu juokėmės.

Meldžiau Dievo, kad duotų man gerą vyrą. Ir Dievas davė man gerą vyrą. O mano vyras nesimeldė, todėl ką gavo, tą jau gavo.

- Vyno nupirkau.

- Šaunu. O kokia proga?

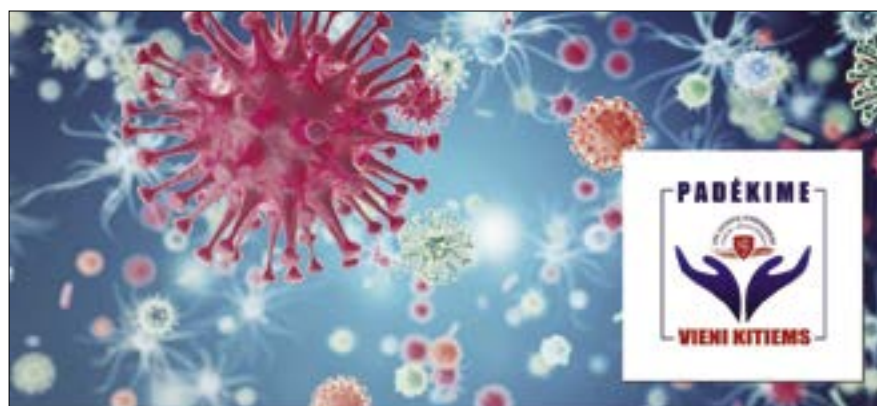
- Neatsimenu? Mes su tavimi juk alkoholikai.

LITHUANIAN
WORLD CENTER
PASAULIO LIETUVIŲ CENTRAS

TURITE
NEBEREIKALINGA
AUTOMOBILĮ?
NEŽINOTE, KUR
JĮ DĖTI?
PAAUKOKITE
PASAULIO
LIETUVIŲ
CENTRUI!

INFORMACIJA TEL.:
630-257-8787

<https://careasy.org/nonprofit/lithuanian-world-center>



Svarbu! Pagalba JAV gyvenantiems ar laikinai esantiems lietuviams.

Internetiniame puslapyje <https://covid19.javlb.org> rasite įvairią naudingą informaciją susijusią su Covid-19 pandemija, nuorodas į svarbiausias LT ir JAV vyriausybinis puslapius.

Savanoriai ir profesionalai, norintys ir galintys padėti, svetainėje rasite registracijos formas. Ieškantys pagalbos svetainėje gali užsiregistruoti ir bus su jumis susisiekti. Veikia psichologines pagalbos telefonai.

Vienas iš svetainės tikslų yra atsakyti į svarbius iškilusius klausimus. Puslapyje taip pat yra įkurtas fondas, padėsiantis labiausiai stokojančioms pagalbos lietuviams JAV. Prisidėk ir tu.



Gerbiami Medikai,
Kreipiuosi į Jus, mūsų visuomenės sergėtojus. Šiame sunkiame laikotarpyje atsiskleidžia mūsų tikroji visuomenės pusė - bendrystė. Gyvenimas paruošė mums visiems didžiulį iššūkį, kuris reikalauja daug kantrybės, atsakingumo, supratingumo bei didelio fizinio ir psichologinio pasirengimo.

Ne kiekvienas gali atlaikyti tokį staigų pokyčių metą. Darbas ir asmeninis gyvenimas sukelia daugeliui didelę minčių vortinę ir problemų gausą, tad viskas staiga nepastebimai perauga į fizinį išsekimą darbe ir namų aplinkoje, o ką kalbėti apie psichologinę būklę, jausmus ir norą gyventi pozityvų, pilnavertį gyvenimą. Nors šis laikotarpis mums, tautiečiams, tikras išbandymas, tačiau tikėjimas ir palaikymas visada išliks su Jumis.

Neskačiuodami darbo valandų, rizikuodami savo bei artimųjų sveikata, dedate maksimalias pastangas, kad apsaugotumėte mus nuo šio baisaus likimo, nors tai reikalauja daug jėgų ir stiprybės. Kreipdamasi į Jus noriu padėkoti už visa tai, ką darote dėl mūsų visuomenės ateities ir gerovės. Jūsų pastangos, geraširdiškumas ir nuoširdžiai teikiama pagalba padeda išsaugoti mums brangiausią turtą - sveikata. O kas gi gali būti brangiau?

Žavimės Jumis, plūšančiais gydytojais, slaugytojais, medikais ir likusiu personalu, savo pareigas tinkamai atliekančiais pareigūnais ir kitais piliečiais, besilaikančiais griežtų reikalavimų, mat taip išvien dirbdami prisidedate prie COVID-19 situacijos gerinimo. Džiaugiamės, kad kovojate dėl pacientų gyvybių, padėdami kitiems aukojate laiką ar net rizikuojate užsikrėsti patys. Kasdien įkvepiate vienas kitam naujų jėgų, kad susitvarkytumėte su šiuo likimo išbandymu, augančiu su kiekviena sutikta aūra ir išlydėtu saulėtekio.

Mes, tautiečiai, tam ir esame, kad padėtumėte vienas kitam šią sunkią valandą, išlietume pagalbos ranką tiems, kuriems to labiausiai reikia. Viskas, ką galime padaryti Jūsų labui, yra palaikyti, paskatinti, padėkoti ir likti namuose. Tikiuosi, kad šis laiškas pasieks Jūsų širdis ir suteiks valios bei išvermės tolimesniam atkakliam triūsui ir šiek tiek nuramins.

Su didžiausia pagarba tariame didelį "ačiū" Jums, mūsų visuomenės sergėtojais.

"Kelias"

Kartais gyvenimo kelias margas ir kupinas spalvų, o kartais jis juodas ir niūrus; kartais viskas greit sudūta spragtelėjus likimo pirštams, o kartais virsta tarsi svajonių pasaka iš knygu. Sykį nukritau. Kritau taip skaudžiai, jog mano veidas tapo tikra sraunia upės vaga, ir nors neturėjau jėgų pakilti ir eiti toliau, tačiau keistas balsas galvoje man kuždejo „nepasiduok...". Jis mane kamavo tarsi sena, užstrigusi plokštelė, o žudantis skausmas nepakeliamai draskė mane ten, kažkur giliai viduje. Krenta lašas po lašo. Minutės slenka, ir vos nedidelis žingsnis akiria mane nuo anapus. Tamsa... Aplink vien niūri tamsa... Staiga pajutau šilumą, malonų prisilietimą, kažką tvirto ir patikimo, į ką būtų galima atsisielti. Jausmas nepakartojamas: nespėjau net mirkelti, o gyvenimas ir vėl tapo margas, ir vėl gražus, prisipildė žaismingų šypsenų ir ryškiausių spalvų, o žaizdos, dengusios mano kojas, išnyko kone nepastebimai.

Išsiryšė: Paramos „rokėlis" medikams organizatorė Viekšnių gimnazijos psichologė Inesa Girčiienė
Išėja įgyvendinti padėjo Viekšnių gimnazijos 1a klasės mokinė:
teksto autorė Viktorija Kestytė, teksto redaktorė Agnė Dradauskaitė, dizainerė Greta Balvočiūtė

KLASIFIKUOTI SKELBIMAI

Savo skelbimus nemokamai talpinkite interneto svetainėje www.aidas.us („Skelbimai“). VIP skelbimai yra mokami.

SUPER PASIŪLYMAS! NEMOKAMAS VIP SKELBIMAS aidas.us (apie \$15) su apmokėtu skelbimu laikraštyje!

BENDROSIO SKELBIMŲ TALPINIMO TAISYKLĖS:

- Skelbimo kaina viename laikraščio numeryje: \$0.50 už žodį.
- Telefono numerį skaičiuokite kaip vieną žodį.
- Juodai paryškinti ar DIDŽIOSIOMIS raidėmis parašyti žodžiai: \$0.60 už žodį.
- Norint skelbimą publikuoti keliuose numeriuose, gautą sumą padauginkite iš leidinių skaičiaus.
- Skelbimai, gauti po trečiadienio 12 v.p.p., bus spausdinami kitos savaitės „Aido“ numeryje.
- Sumokėti už skelbimą galite kredito, debeto kortele, čekiu ar money – order išrašytu „Ethnic Media“ vardu.

Užpildę siųskite kuponą (kartu su čekiu ar money – order) adresu:
325 North Milwaukee Avenue, Units E&F, Wheeling, IL 60090
 Arba faksu: (866)710-0220, arba elektroniniu paštu: aidas@aidas.us
 arba padiktuokite tekstą paskambinę telefonu: (877)459-0909

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> SIŪLO DARBA | <input type="checkbox"/> PARDUODU VERSLĄ |
| <input type="checkbox"/> IEŠKAU DARBO | <input type="checkbox"/> VERSLO PASIŪLYMAI |
| <input type="checkbox"/> PASLAUGOS | <input type="checkbox"/> PERKU – PARDUODU |
| <input type="checkbox"/> NAMŲ REMONTAS | <input type="checkbox"/> PARDUODU AUTO |
| <input type="checkbox"/> PAMOKOS – MOKYMAS | <input type="checkbox"/> PAŽINTYS |
| <input type="checkbox"/> NUOMA – IŠNUOMOJU | <input type="checkbox"/> ĮVAIRŪS |
| <input type="checkbox"/> IEŠKAU KAMBARIOKO | <input type="checkbox"/> NEKILNOJAMO TURTO PARDAVIMAS |

**Pažymėkite
tinkamą
skyrių**

Skelbimo tekstas:

(pritrūkus vietos, pridėkite papildomą lapą)

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

2 Skelbimas juodai išryškintomis raidėmis – 60 cnt. už žodį.
 Žodžių skaičius X \$0.60 X Leidinių skaičius = Skelbimo kaina \$

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

4 Skelbimas JUODAI IŠRYŠKINTOMIS DIDŽIOSIOMIS raidėmis -70 cnt. už žodį.
 Žodžių skaičius X \$0.70 X Leidinių skaičius = Skelbimo kaina \$

! **DĖMESIO! Skelbimai rusiškame laikraštyje „7days“**
 Už papildomą mokesį (50 cnt. už žodį) Jūsų skelbimas bus išspausdintas ir „7days“ laikraštyje rusų kalba.

5 Žodžių skaičius X \$0.50 X Leidinių skaičius = Skelbimo kaina \$

Sudėkite sumas punktuose nuo 1 iki 5:

1 + **2** + **3** + **4** + **5** = BENDRA SUMA \$

Apmokėjimas: čekis money-order kredito/debeto kortelė

Jūsų vardas _____
 ir pavardė: _____
 (tik redakcijai) _____

Proginiai sveikinimai (gimtadienio, jubiliejaus, vestuvių) įrėminti (tekstas + foto) – nuo \$10, priklausomai nuo sveikinimo dydžio.
 Mirties pranešimai, užuojautos (tekstas + foto), skelbiami NEMOKAMAI

! Neapmokėti skelbimai spausdinami nebus

NEMOKAMAI!* Skelbimai interneto svetainėje www.aidas.us
 *publikuojami tik svetainėje www.aidas.us

877 459 0909 • Classified • Skelbimai • 877 459 0909 •

SIŪLO DARBA



Highland parke ieškome rusiškai kalbančios auklės, ateinančios ar viešnagės. Skambinkite Jane 847 302 7642

CDL vairuotojo local darbu su konteineriais Čikagoje. Tel. 708-769-3399

Reikalingi CDL vairuotojai dirbti su referais. Apmokėjimas - 30 % nuo gross. Tel. 773-895-6454

Reikalingi langų valymo darbuotojai. Mes treniruojamės. Geras atlyginimas. 773 964 2626 ir 847 275 5619

Priimtume vairuotoja turinti CDL. Tel.: 630-303-8961

Biuro asistentas/-ė ieškome žmogaus, gebančio susirodoti su keletu užduočių vienu metu bei turinčiu neprikaištingus bendravimo įgūdžius. Kandidatas/-ė turės visokeriopai padėti vadovams bei atlikti įvairaus biuro užduotis, suteikti informaciją klientams telefonu, paštu, elektroniniu paštu. Kandidatas/-ė turi būti reprezentatyvus, mandagus, dėmesingas/-a detalėms. Biuro asistentas turi laisvai naudotis kompiuteriu bei MS Office programomis, taip pat laisvai bendrauti tiek žodžiu, tiek raštu. Biuro asistento pareigos: Skambučių priėmimas ir bendravimas telefonu; Įmonės vidinės komunikacijos užtikrinimas ir tobulinimas; Dokumentų ir kitų duomenų suvedimas į įmonės sistemas ir savalaikis jų apdorojimas; Atlikti pagrindines biuro asistento pareigas. Reikalavimai: Neprikaištingi kompiuterinio raštingumo įgūdžiai (ypač – rašymas); Dėmesingumas detalėms; Privaloma anglų kalba, o lietuvių, lenkų, rusų ar rumunų kalbų mokėjimas – privalumas; Inicijatyvumas ir pozityvus nusiteikimas; Komunikabilumas ir šiltas bendravimas; Savimotyvacija dirbti savarankiškai; Galiojantis vairuotojo pažymėjimas. Siųskite reziumė: jovita@atlanticexpresscorp.com

Transporto kompanija Hegelmann Group atidaro padalinį Čikagoje ir kviečia prisijungti prie komandos: Verslo plėtros vadybininką (-ę) turintį (-čią) darbo patirties ekspedijavime CDL-A vairuotojus. Daugiau info: <https://hegelmann.lt/careers>. Kreiptis: karjera@hegelmann.com

Reikalingas kirpėjas vyrų salone Palatine. Tel. 224-280-9700

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

Plinai darbo savaitei reikalingas mechnikas automobilių ardymui. 708-907-3005

Reikalingi CDL-A vairuotojai ir Owner Operatoriai patikimai kompanijai. Skambinkite 630-869-0877 arba drive@jrvlogistics.com.

Autoservisui Orland Parke reikalingi mechanikai. Labai geras atlyginimas. Tel. 708-940-0164.

Reikalingi savarankiški kontraktoriai nusavintų namų preservation darbams. Kreiptis i info@city-suburban.com su trumpu patirties ir atliekamų darbų aprašymu.

Reikalingas CDL-B vairuotojas išvežioti dumpsterius po Čikagą ir apylinkes. Geras vandinis atlyginimas. Skambinti 708-724-4000.

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

Namų priežiūros kompanijai reikalingi darbuotojai pastoviam darbui prie statybų ar krovimo darbų. Skambinti arba rašyti žinutę: (708) 906-3040.

Full time dental assistant needed in Plainfield. We are modern and friendly high quality Dental office. We are a fully computerized office with digital radiography. If you are organized, self motivated and love working with people this may be the job for you. Experience not necessary, we will train. Please email your resume to jessicafcpdc@gmail.com

Kompanijai reikalingi vairuotojai išvežioti laikraščius penktadieniais. Turėti didelį automobilį. Tel. (847)272-9222

Reikalingas Parts Counter Person. Darbas automobilių detalių sandėlyje. Skambinti tel. (630)303-8961

Stabili statybų įmonė priims į komandą darbuotojus. Uždarbis priklauso nuo patirties. Skambinkite tel. (847)461-9161

Kompanijai reikalingas REKLAMOS AGENTAS. Reikalavimai: anglų kalba, organizuotumas, geri bendravimo įgūdžiai, draugiškumas, automobilis. Rusų bei lietuvių kalbų mokėjimas – privalumas. Tel. (847)272-9222

PATIKIMA TRANSPORTO KOMPANIJA IEŠKO CDL A VAIRUOTOJŲ. MOKAME \$0.60 CENTŲ UŽ VISAS MYLIAS. Tel. 224-775-0361

Draudimo agentūra, esanti Hickory Hills, IL, ieško darbuotojos (-jo) pilnai darbo dienai. Patirtis pageidautina, bet nebūtina. Reikalinga gera anglų kalba, rusų būtų privalumas. Skambinti tel. (708)433-7777

Transporto kompanijai reikalingas dispečeris su patirtimi. Tel. (708)-974-4545 ext. 406

Naujiena! Nuo šiol savo skelbimus nemokamai talpinkite interneto svetainėje www.aidas.us („Skelbimai“).
VIP skelbimai yra mokami.

SUPER PASIŪLYMAS! NEMOKAMAS VIP SKELBIMAS (apie \$15) su apmokėtu skelbimu laikraštyje!

Skelbimo kaina viename laikraščio numeryje : **\$50 cnt. už žodį.** Telefono numerį skaičiuokite kaip vieną žodį. Juodai paryškinti ar DIDŽIOSIOMIS raidėmis parašyti žodžiai - \$60 cnt. už žodį. Norint skelbimą publikuoti keliuose nume-

riuose, gautą sumą padauginkite iš leidinių skaičiaus. Priimame kredito/debito korteles. Sumokėti už skelbimą galite čekiu ar money – order išrašytu „Ethnic Media“ vardu. Užpildę kuponą (kartu su čekiu ar money – order) siųskite adresu: **325 North Milwaukee Avenue, Units E&F, Wheeling, IL 60090**
Arba faksu: (866)-710-0220
arba elektroniniu paštu: aidas@aidas.us
arba padiktuokite tekstą paskambinę: (877) 459 0909
Skelbimai, gauti po trečiadienio 12 v.p.p., bus spausdinami kitos savaitės „Aido“ numeryje.

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

International Day Care Center vaikučių vis daugėja, todėl ieškome dar vienos nuostabios, energingos, atsakingos ir vaikučius mylinčios asistentės ar mokytojos. Yra tam tikri reikalavimai. Reikalingas legalumas. Kreiptis: internationaldaycenter@gmail.com

Reikalingi rangovai su patirtimi namų renovavimo darbams. Kreipkitės tel. (630)660-7861.

Nekilnojamojo turto ir paskolų kompanija įdarbina agents ir loan originators. Puikus uždarbio galimybės, lankstus darbo grafikas, efektyvi pagalba ir bendradarbiavimas. Kreiptis tel. (630)202-6867, (630)696-7746.

Reikalingas CDL vairuotojas su patirtimi vietiniams ir Midwest reisams, iki 200-250 mylių nuo Čikagos. \$20/hr, Monday-Friday. Penktadieniai ir savaitgaliai namie. Volvo vilkikas, 10 bėgių, dry van kroviniai, parkavimas Woodridge. Skambinti (708)247-2472

Modern and friendly high quality Dental office in Barrington seeks part time or full time dental assistant. We are a fully computerized office with digital radiography. If you are organized, self motivated and love working with people this may be the job for you. Experience not necessary, we will train. Email resume to barringtondentalwellnesscenter@gmail.com. 847-842-2410

Reikalingas pagalbininkas statybose. Tel. (708)630-1048, Artūras

Reikalingas darbuotojas saidingo darbams. Tel: (630)677-2040

Užimtam salonui Orland Park reikalinga manikiūrininkė pilnai darbo savaitei. Tel. (773)307-4742

Turizmo kompanijai reikalingi patyrę turizmo agentai. Būtinios anglų kalbos žinios, pageidautina mokėti lietuvių ir ukrainiečių kalbas. Skambinti tel. (847)350-9545

Draudimo kompanija siūlo darbą naujiems agentams. Skambinti tel. (847)668-2066, Robertas

IEŠKO DARBO 

Moteris senelių priežiūros. 630-673-3666

PASLAUGOS 

Elektros darbai. Phone 7739884303

Siūlome poilsį Dominikos Respublikoje, Meksikoje, Jamaikoje ir Karibų salose; upiniai ir jūriniai kruizai, kelionės ir aviabilietai po visą pasaulį. Mūsų kainos žemesnės nei internete. Tel. (847)809-0910

DĖMESIO! Vidaus ir lauko dažymo darbai, naujos statybos, dažymas purškimo būdu (spray painting), darome viską, kas susiję su dažymu - mes specialistai! Tel. (847)385-8011

DMB SERVICES- remonto darbai. Dažytojai, dailidės, elektrikai. Įrengiame rūsius, virtuves, klojame parketą, laminatą, restauruojame senus namus. Geriausi specialistai Čikagoje! Tel. (847)385-8011

Pečių ir kondencionieriu remontas, keitimas. Phone 630 9151267

Safety dokumentacijos, logbooks tvarkymas nedidelėms transporto kompanijoms. Dokumentų paruošimas 'New Entrant' ar DOT Safety inspekcijoms. Skambinti (630)901-2100

Atėjo laikas pilietybei, pasibaigė žalos kortos galiojimo laikas. Yra galimybė sutaupyti iki 50% valstybinio mokesčio, jeigu turite mažas pajamas. Skambinkite. Profesionalus visų migracinių dokumentų pildymas. Tel. (708)808-0073

Komercinės ir verslo paskolos. Verslo planai, veiklos ir strategijos mokymai. Konsultacijos apie komercinį ir pramoninį nekilnojamąjį turtą. Oksana Sevic, MBA. Finansai ir tarpautinis verslas. Tel. (630)697-2572. Bluebird Realty, Inc.

PAMOKOS 

Gaukite Heating & Air Conditioning arba Electrician licenciją tik per 3 mėnesius. Nedidelis mokestis už mokymus, galima atsiskaityti dalimis bei kredite kortele. Mokykla yra West Chicago/Batavia. Tel. (630)202-4932 (rusų k.), (630)232-3250 (anglų k.), www.westchicagohvac.com

PERKU / PARDUODU 

Norite parduoti savo verslą? Parašykite į sellbusinesstoday@gmail.com.

REMONTAS IR PRIEŽIŪRA 

STACIONARIŲ IR NEŠIOJAMŲŲ KOMPIUTERIŲ (IR NUOTOLINIŲ BŪDU), AUTOMOBILIŲ ELEKTROS REMONTAS. TEL. 630-487-8967

WE ARE HIRING

• TRUCK DRIVER
• BUSINESS DEVELOPMENT
• MANAGER - TRANSPORTATION
SEND YOUR CV TO - karjera@hegelmann.com
www.hegelmann.it/en/careers

NUOMA 

Išnuomojamas 1 miegamojo, 1 vonios butas pirmame aukšte Woodridge. Papildomai mokėti už elektra. Kaina \$1100/men. Skambinti tel.: 708 369 5343

Išsinuomokite 2 ne savaitgalio paras, 3-į gaukite nemokamai! Nuomojami nuostabūs atostogų namai Union Pier, Michigan. Namas su šildomu vidaus baseinu ir privačiais teniso kortais, pora blokų nuo privataus Mičigano ežero plažo. Netoliese yra Warren Dunes State parkas, stebinantis smėlio kopomis bei pasivaikščiojimo takais. Ši vila puikiai tiks atšvęsti Jūsų šventes arba tiesiog pabėgti nuo kasdienybės ir pailsėti prie jausmų židinio su karšto vyno taure bei pažaisti biliardą ar pasikaitinti pirtyje. Patogu išsinuomotui keletui šeimų, yra 4 erdvūs miegamieji, 4 vonios, gali apsigyventi iki 16 žmonių. Greitas susisiekimas - tik 1,5 val. nuo Čikagos. Likę laisvi savaitgaliai: Kovo 30, Gegužės 4. Likę laisva vasarai (\$849/para): Birželio 22-29, Liepos 6-20, Rugsjūčio 10-19 ir 24-30. Rezervacija tel. 630-202-6867

Nuomojami erdvūs atostogų namai Union Pier, Mičigane. Namas su šildomu vidaus baseinu, netoli Mičigano ežero paplūdimio. Aktyvaus poilsio mėgėjams yra privatus teniso kortai. Patogu išsinuomotui keletui šeimų, yra 4 erdvūs miegamieji ir 4 vonios. Patogus susisiekimas - tik 1.5 val. nuo Čikagos. Ši vila puikiai tiks atšvęsti Jūsų šventes arba tiesiog pabėgti nuo kasdienybės ir pailsėti. Kaina nuo \$669 už naktį. Rezervacija tel. (630)202-6867

Greitas patikimas servisas 

ŠILDYMAS / ŠALDYMAS

Instaliavimas, Servisas, Remontas

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

NEW SMILE CENTER
Dantų gydytoja
LINA POŠKUS
11739 Southwest Hwy,
Palos Heights
708 299 5499
9201 Broadway Ave.,
Brookfield
708-387-2020



Naujų, rezidencinių, komercinių pastatų
UART INTERJERAS
PAINTING - EKSTERJERAS
• Virtuvių, rūsių ir vonių remontas
• Paruošimo, dažymo darbai
• Plytelių klojimas
• Parketas, laiminuotos grindys
• Epoksidinės garazo grindys
• Deckų plovimas, atnaujinimas
708-638-1048, Artūras
FFA sertifikuotas • Priimame imdės korteles

REMONTAS IR PRIEŽIŪRA
STACIONARIŲ IR NEŠIOJAMŲŲ KOMPIUTERIŲ (IR NUOTOLINIŲ BŪDU), AUTOMOBILIŲ ELEKTROS REMONTAS. TEL. 630-487-8967

Greitas patikimas servisas
ŠILDYMAS / ŠALDYMAS
Instaliavimas, Servisas, Remontas
Palos Hills, IL
Linas tel.: **(773) 616-2847**



Išnuomuojuame 1 kambarį su visais patogumais, baldais nuosavame name Oak Lawn asmenims be žalingų įpročių. Atskiras įėjimas. Tel: 630-670-8336.

WILLOWBROOK. \$1300 Viskas atnaujinta. Naujos virtuvės spintelės, nauja buitine technika, nauja vonia. 773-983-4461

AURORA

Aurora. 2 miegamųjų, 2 vonių taunhausas su dviviečiu garažu. Neipervilio mokykla. Nuoma \$1,450 už mėnesį. Skambinkite arba rašykite tel. 630-234-2642, Albina Van Maer, Bluebird Realty

CHICAGO RIDGE

WILLOW SPRINGS. Išnuomojamas 2 miegamųjų, 1 vonios pilnai atnaujintas butas. Naujos virtuvės spintelės, SS buitine technika, granitiniai stalviršiai, pilnai atnaujinta vonia. Naujos spintelės granitinis stalviršis. Antras aukštas. Yra balkonas. Labai rami vieta, geras susisiekimas su La Grange ir 294 greitkelio. Komplekse yra baseinas. Papildomai mokate tik elektrą. Kaina \$1300. Skambinti 773-983-4461

Downers Grove. Išnuomojamas 2 miegamųjų, 1 vonios butas pirmame aukšte. Nauji langai, medinės grindys, atnaujinta vonia. Kaina \$1100. Regina, (773)983-4461

CLARENDON HILLS

Išnuomojamos ofiso patalpos ant Ogden Ave, prestižiniam Clarendon Hills rajone! Ypatingai gerai prižiūrėtos, naujesnės statybos patalpos - 525 sf pirmame aukšte už \$984/mėn. ir 567 sf antrame aukšte už \$874/mėn. Puikus susisiekimas, šalia greitkelių, Oakbrook prekybos centro, 30 min iki oro uostų bei Čikagos downtown. Galimybė įsirengti draudimo, buhalterijos, transportacijos, architekto, inžinieriaus, advokato, medicinos, terapeuto ofisą bei daugelį

kitų. Priklauso automobilių stovėjimo aikštelė, lauko iškaba. Kreiptis į Rasa Mitkus 630-202-6867

DOWNERS GROVE

LISLE. Four lakes komplekse išnuomojamas 1 miegamojo, 1 vonios butas. Nuomininkas moka tik elektrą. Komplekse yra baseinas ir slidineji trasos. Kaina \$1,050. 773-983-4461

Downers Grove. Išnuomojamas arba išsimokėtinai parduodamas plytinis namas su pilnai įrengtu pusrūsiu ir dideliu kiemu. 5 minutės nuo centro ir traukinių stoties. Downers Grove mokyklos. \$1,800/mėn. Albina Van Maer, Bluebird Realty, Inc (630)234-2642, bluebirdrealtor@gmail.com

LEMONT

Išnuomojamas namas Lemonte. 3 miegamieji, 1 vonia, gražus kiemas, garažas 2 automobiliams. Kaina \$1,500. Skambinti Artūriui Strokoviui, Elite Realty Experts, tel. 630-965-6608

MARQUETTE PARK

Išnuomojamas 2 miegamųjų butas antrame aukšte Marquette Parke. Skambinti tel. 773-220-7840

NAPERVILLE

NAPERVILLE. Išnuomojamas 2 miegamųjų, 1 vonios butas primame aukšte. Yra vienos mašinos vieta garaže. Bute yra apyauja buitine technika, naujai perdažytas. Nuomininkas moka tik elektrą. Kaina \$1,043, skambinti 773-983-4461

PALOS HILLS

Palos Hills. Išnuomojamas 1 miegamojo kondominiumas su balkonu ir pilnai įrengta virtuve. \$950 plius elektra. Galima įsikraustyti iš karto. Skambinkite arba rašykite tel. 630-234-2642, Albina Van Maer, Bluebird Realty

WESTMONT

Westmont. Išnuomojamas 2 miegamųjų, 1 vonios butas trečiame aukšte. Papildomai mokate tik už elektrą. \$1095. Skambinti Reginai, (773)983-4461

WILLOWBROOK

WOODRIDGE. Išnuomojamas 2 miegamųjų, 2 vonių, labai erdvus butas pirmame aukšte. Butas pilnai atnaujintas. Naujos virtuvės spintelės, granitiniai stalviršiai, laminato grindys visame bute. Atnaujintos vonios. Centrinis AC. Prašoma kaina \$1400 skambinti 773-983-4461

DOWNERS GROVE. Labai geroje vietoje išnuomojamas 2 miegamųjų, 2 vonių butas, primame aukšte. Laminato grindys. Komplekse yra baseinas. Papildomai mokate tik už elektrą. Kaina \$1350. tel. 773-983-4461

NEKILNOJAMASIS TURTAS

Parduodami ir išnuomojami namai DuPage, Kane, Will, Kendall, Cook apygardose. Išperkamosios nuomos galimybės. Investicinis nekilnojamas turtas. Pagalba su paskolomis nekilnojajam turtui. Julia Melehan, tel. (630)272-7472, juliamelehan.bluebirdrealtor@gmail.com, Bluebird Realty, Inc.

Parduodami ir išnuomojami namai, taunhausai, kondominiumai. Willowbrook, Downers Grove, Lemont, Woodridge, Naperville, Palos Hills, Homer Glen. Investicinis nekilnojamas turtas ir nuosavybės valdymas. Pagalba su paskolomis. Edmundas Astrauskas, tel. (708)949-1859, Bluebird Realty, Inc.

Parduodami ir nuomojami namai DuPage, Kane, Will, Kendall, Cook apygardose. Išperkamosios nuomos galimybės. Investicinis nekilnojamas turtas. Pagalba su paskolomis nekilnojajam turtui. Ruzilia Slotabec, tel. (773)632-8475, Bluebird Realty, Inc.

ADDISON

BANKO NUSAVINTAS TAUNHAUSAS, 3 MIEGAMIEJI, 2.5 VONIOS, PILNAI ĮRENGTAS PUSRŪSIS SU IŠĖJIMU Į KIEMĄ, 2 MAŠINŲ GARAZAS. KAINA \$195,000, SKAMBINTI KĘSTUI 847-401-4797, „Z TEAM“

CRYSTAL LAKE

PARDUODAMAS 3 MIEGAMŲJŲ, 2 VONIŲ NAMAS, GRANITINIAI STALVIRŠIAI, „STAINLESS STEEL“ BUITINĖ TECHNIKA, NAMAS TURI DVIGUBĄ ŽEMĖS SKLYPĄ, DIDŽIULĮ DEKĄ. KAINA \$129,900, SKAMBINTI KĘSTUI 847-401-4797, „Z TEAM“

PARDUODAMAS RANČOS STILIAUS NAMAS, 3 MIEGAMIEJI, 1 VONIA, ŽIDINYS, „SUNROOM“, NAMAS RANDASI ŠALIA EŽERO. KAINA \$209,000, SKAMBINTI KĘSTUI 847-401-4797, „Z TEAM“

DARIEN

Tinley Park. Parduodamas 4 miegamųjų, 3 vonių erdvus namas su įrengtu rūsiu. Name yra medinės grindys. Lauke jaukus dekas. Didelis kiemas. 2-vietis garažas. Prašoma kaina \$234,999. Skambinti Reginai, (773)983-4461 REM

Palos Hills. Parduodamas 2 miegamųjų, 2 vonių erdvus butas primame aukšte. Butas visiškai atnaujintas. Naujos virtuvinės spintelės, granitiniai stalviršiai, SS buitine technika. Pilnai suremontuotos vonios. Yra vienvietis garažas. Prašoma kaina \$149,900. Skambinti Reginai, (773)983-4461 REM

DES PLAINES

Des Plaines. 2 miegamųjų, 1 vonios butas mūriniame name Des Plaines centre. Pėsčiomis galima nueiti iki prekybos vietų, restoranų, Metra stotelės. Pastatas moderniai įrengtas, su liftu ir šildomu garažu. Butas puikiai išplanuotas, atviro erdvės, šviesus, su dideliu

D Group Business services, Ltd
Paslaugos jūsų bizniui:

- Kompanijų atidarymas
- Mokesčių skaičiavimas:
- 1099, w-2, IL Ifta, NY, KY, NM, 2290
- Numerių atnaujinimas, IRP
- Biznio taksų apskaičiavimas,
- Asmeninių taksų apskaičiavimas

Tel: 630-400-2848 Daiva Jukniene

Heating & Air-Conditioning license
Electrician license
at West Chicago Professional Center

Minimalus mokestis už mokymus!!!
 Mūsų internetinė svetainė: www.westchicagohvac.com
 Gaukite licencijas per 3 mėnesius ir pradėkite savo verslą arba gaukite gerai apmokamą HVAC arba profesionalaus elektriko darbą. Yra galimybė apmokėti kreditinėmis kortelėmis. Už mokymus taip pat galima mokėti dalimis. Mokykla yra West Chicago/Batavia.

NAUJIENA! DIDŽIULĖS NUOLAIDOS!
 Visiems mokymams, vykstantiems naujoje patogioje vietoje Čikagoje. Vos 3 mylių atstumu nuo Chicago Downtown! Prie 55 greitkelio! Paskubėkite! SALE ends soon!

Rusų kalba: **630-202-4932** English: **630-232-3250**
 Mokykla patvirtinta Ilinojaus valstijos aukštesniojo mokslo departamentu

PSICHOLOGINĖS KONSULTACIJOS

- Depresija, nerimas, panikos atakos
- Psichologinės traumos, smurtas šeimoje
- Konfliktai, pykčio valdymas
- Lėtinis stresas, psichosomatiniai sutrikimai

Priimami BCBS PPO, Cigna, Magellan Health Services draudimai

Tel. (630)686-3165
Laima Zavistauskas MS, LCPC
 Daugiau informacijos ieškokite Google:
 Laima Zavistauskas Psychology Today

DUMPSTER RENTAL
Residential and Commercial

A CITY SUBURBAN

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

balkonu. Naujai perdažytas, atnaujinta virtuvė, visur medinės šildomos grindys. Bute yra skalbyklė ir džiovyklė. \$212,900. Albina Van Maer, Bluebird Realty, Inc. Tel. (630)234-2642, bluebirdrealtor@gmail.com

DOWNERS GROVE

PARDUODAMAS PILNAI SUREMONTUOTAS 3 MIEGAMŲJŲ, 1.5 VONIOS TAUNHAUSAS. ERDVUS PRIEŠKAMBARIS SU SIENINĖMIS SPINTOMIS, NAUJI LANGAI, DURYS, ŠILDYMO SISTEMA, KONDICIONIERIUS, PILNAI ATNAUJINTA VONIA, NAUJAI ĮRENGTA VIRTUVĖ SU GRANITINIAIS STALVIRŠIAIS, „STAINLESS STEEL“ BUITINĖ TECHNIKA, ĮRENGTAS BEISMANTAS. KAINA \$169,000, SKAMBINTI KĖSTUI 847-401-4797, „Z TEAM“

ROMEUVILLE. Parduodamas 2 miegamųjų, 2 vonių, su vienos mašinos garažu, townhouses per vieną aukštą. Townhouses turi aukštas lubas, laminato grindis, lauke yra dekas. Viduje yra skalbykla, džiovyklė. Į asociaciją įeina clubhouse ir baseinas. Tik \$35 į mėnesį asociacijos mokesčiai. Prašoma kaina \$144,900 Skambinti Reginai 773-983-4461 REM

Downers Grove. 3 miegamųjų, 2.5 vonios dviaukštis namas su garažu dviems automobiliams. Prabangus rajonas, puikios mokyklos, arti prekybos centrų ir greitkelių. 2017 metais atliktas namo remontas. Medžio grindys, marmuras pagrindinėje vonioje, 3D plytelės, nauja virtuvė su granitiniais stalviršiais ir baru. Didelis, profesionaliai sutvarkytas kiemas. \$359,000. Albina Van Maer, Bluebird Realty, Inc. Tel. (630)234-2642, bluebirdrealtor@gmail.com

Oakbrook Terrace. Parduodamas 3 miegamųjų, 1 vonios namas. Name yra medinės grindys ir židiny, įrengtas rūsys. Yra patio. Didelis, apaugęs medžiais kiemas. Prie namo yra 2-vietis garažas. Prašoma kaina \$256,500. Skambinti Reginai, REM, (773)983-4461

Romeoville. Parduodamas 3 miegamųjų, 2 vonių vieno aukšto namas. Name yra medinės grindys, 2-vietis garažas. Yra dekas, tvora aptvertas kiemas. Prašoma kaina: \$167,000. Skambinti Reginai, (773)983-4461 REM

HILLSIDE

BANKO NUSAVINTAS RANČOS STILIAUS NAMAS HILLSIDE: 3 MIEGAMIEJI, 1 VONIA, DIDELIS BEISMANTAS, 2 MAŠINŲ GARAŽAS. KAINA \$122,500, SKAMBINTI KĖSTUI 847-401-4797, „Z TEAM“

LA GRANGE

Parduodamas 4 miegamųjų namas La Grange su 6 mašinų garažu. Kaina \$209,000. Kreiptis Super Buy Realty, 773-297-2012

LEMONT

Puiki, moderniai atnaujinta 5 miegamųjų, 3 vonių plytinė 'ranch' Lemonte. Statyta 1996 metais, ramioje gatvėje, su patogiu susisiekimu, arti Lemonto Pasaulio Lietuvių Centro, greitkelių, parkų, mokyklų bei parduotuvių. Natūralios šviesos pripildytas interjeras, jaukus valgomoji, privatus ofiso kambarys, kietmedžio grindys bei stoglangiai. Gurmaniška balta virtuvė, granito stalviršiai, stainless steel įranga, pusryčių kambarys su stiklinėmis durimis į deka. Šeimyniniame kambaryje malkomis kūrenamas akmens židiny. Jaukus master miegamasis su prabangia vonia. Erdvus, pilnai įrengtas žemėnysis namo aukštas su miegamaisiais, baru, vonia bei išėjimu į terasą. Nuostabus namas, kuriuo ilgai galėsite džiaugtis! Kaina \$568,000, dėl daugiau info kreipkitės į Rasa Mitkus 630-202-6867

Profesionali kirpėja
VILMA

- Kirpimai
- Dažymai
- Cheminiai sušukavimai
- Proginės sukuosenos
- ILGALAKIS PLAUKŲ PRISOTINIMAS KEROTINAI

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

Plainfield. Parduodamas labai erdvus taunhausas su 3 miegamaisiais, 2.1 vonios ir loftu. Medinės grindys, SS buitine technika virtuvėje. Yra židiny, 2-vietis garažas. Labai rami vieta. Mažas asociacijos mokesčiai. Prašoma kaina \$219,900. Skambinti Reginai, (773)983-4461 REM

LYONS

DOWNERS GROVE. Parduodamas vieno miegamojo, vienos vonios butas antrame aukšte. Iš buto vaizdas į Doerhoefer parką. Virtuveje yra baltos spintelės. Yra vienos mašinos garažas. Į asociaciją įeina viskas išskyrus elektrą. Prašoma kaina \$109,500. Skambinti Reginai 773-983-4461

PLAINFIELD

Lyons. Parduodamas 3 miegamųjų, 1.1 vonios plytinis namas. Namas yra restauruotas. Naujos virtuvės spintelės, granitiniai stalviršiai, SS virtuvės prietaisai. Visur yra medinės grindys. Prie namo yra 2.5 mašinos garažas. Prašoma kaina \$159,900. Skambinti Reginai, (773)983-4461 REM

WILLOWBROOK

Willowbrook. Geros būklės kondominiumas su balkonu antrame aukšte. Ažuolinės spintelės ir keraminės plytelės virtuvėje, erdvi ir šviesi svetainė su valgomoju. Laminato grindys, miegamajame atnaujinta kiliminė danga. Didelis miegamasis su drabužine. Itin maži nuosavybės mokesčiai. Į komunalinius mokesčius jau įskaičiuota: vanduo, dujos, šildymas, baseinas, sporto salė, klubas. Ne nuomai! \$102,000. Albina Van Maer, Bluebird Realty, Inc. Tel. (630)234-2642, bluebirdrealtor@gmail.com

KIRPĖJA INETA

- Vyriški, moteriški kirpimai
- Plaukų dažymas
- Proginės sukuosenos
- Cheminiai sušukavimai

(630)210-2442
10035 S. Roberts Rd.
Palos Hills, 60465

Willowbrook. Parduodamas 2 miegamųjų, 1 vonios butas antrame aukšte. Bute sudėtos laminato grindys. Gali pirkti investuotojai, butą galima nuomoti. Kaina \$104,900. Skambinti Reginai, REM, (773)983-4461

Boonville. Parduodamas 3 miegamųjų, 1.1 vonios erdvus namas. Pakeista virtuvė su kvarciniais stalviršiais, SS buitine technika. Yra židiny. Laminato grindys. Yra garažas 3 automobiliams. Jaukus kiemelis. Skambinti Reginai, (773)983-4461 REM

WONDER LAKE

Wonder Lake. Mielas ir jaukus namas vos du kvartalai nuo Wonder Lake. Jau šią vasarą mėgautės teise į pakrantę: jūsų laukia smėlio paplūdimiai, žaidimų aikštelė, vieta prieplaukoje (derinti su asociacija). Naujas stogas ir apdaila, langai, durys, santehnika, šildymo ir vėdinimo sistemos. Atnaujinta virtuvė, atsiverianti į svetainę ir atnaujintas mūrinis židiny. Baltos virtuvinės spintelės, granito stalviršiai, SS įranga ir plautuvė. Naujos grindys, skalbyklė ir džiovyklė, atnaujinta vonia. \$145,000. Albina Van Maer, Bluebird Realty, Inc. Tel. (630)234-2642, bluebirdrealtor@gmail.com

Wonder Lake. Žavingas namas, galima kelkis iš karto. Atviras išplanavimas, labai privatus pagrindinis miegamasis antrame aukšte. Atnaujintas stogas, apdaila, nauji langai, didelis galinis dekas ir aptvertas kiemas. Naujos modernios virtuvinės spintelės, nauja įranga, skalbyklė ir džiovyklė. Naujai perdažyta, atnaujintos vidaus ir lauko durys. Visiškai atnaujinta vonia, elegantiškai nauji laiptai valgomojame. Graži vieta, netoli ežero ir paplūdimio. \$139,000. Albina Van Maer, Bluebird Realty, Inc. Tel. (630)234-2642, bluebirdrealtor@gmail.com

Antanas Sereikis
Sertifikuotas, profesionalus inspektorius

GYVENAMŲJŲ NAMŲ, BUTŲ, KOTEDŽŲ BEI KOMERCINIŲ PASTATŲ ESAMOS BŪKLĖS PROFESIONALUS PATIKRINIMAS

Inspektorius būtinas tiek parduodant, tiek perkant nekilnojamąjį turtą!

630-802-7100

Judėjimo - atramos organų sistemos gydymas:

- Inversinė terapija
- Gydomasis masažas
- Infraraudonųjų spindulių sauna

Loreta Adlys
Tel. 630-747-1716
Hickory Hills

Neturi gyvybės draudimo? Nemirtingi būna tik kine!

Gyvybės ir sveikatos draudimas

Pensijų fondai

Paskambink!

Vilma Kava 847 224 6228

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 išsėmę, bet ir pagal norus
- Informacija apie naujus namus rinkoje KASDIEN
- Short Sale

NUOMA

REALTY EXECUTIVES

773-983-4461
regina.realtor@yahoo.com
1310 Plainfield Rd., Suite 2
Darien, IL 60551

Regina Kirilavskienė

95th

PRODUCE MARKET

WE ACCEPT:    

95th PRODUCE MARKET

7759 West 95th Street
Hickory Hills, IL 60457

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

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

STORE HOURS
Monday - Saturday
7 am - 9 pm
Sunday
7 am - 7 pm



Sale Dates: June 3rd Thru June 9th, 2020



California
Apricots
99¢
Lb.



Ripe
Bananas
39¢
Lb.



California
Romaine
2 / \$1⁵⁰
For



California
Grapefruit
79¢
Lb.



Southern
Peaches
69¢
Lb.



Old Warsaw
Ham
\$1⁶⁹
1/2 Lb.



Domestic
Feta
Cheese
\$2⁹⁹
Lb.



Marinated
Chicken
Shish-
Kabobs
4 / \$8
For



Beef
Ground
Chuck
\$4⁴⁹
Lb.



Fresh
Whole
Lamb
Shoulder
\$4²⁹
Lb.

LIMIT 3 PLEASE



Artemis Extra Virgin
Olive Oil
\$17⁹⁹
3 Liter



Ceresota
All Purpose
Flour
\$2⁹⁹
5 Lbs.



Papadopoulos
Petit-
Beurre
Biscuits
\$1⁹⁹
3 Pack



Ferrero
Nutella
Hazelnut
Spread
\$5⁹⁹
750 Gr.



Radenska
Mineral
Water
\$5⁹⁹
12 Pack-
250 ML.

LIMIT 2 PLEASE



Dean's
Whole
Milk
\$3⁴⁹
Gallon



Dean's
Cottage
Cheese
\$2⁹⁹
24 Oz.



Bandi
Kefir
\$4⁹⁹
59 Oz.



Fage
Total
Yogurt
\$2⁹⁹
500 Gr.

LIMIT 3 PLEASE



Apollo
Thin #4
Fillo
Dough
\$1⁹⁹
16 Oz.