

№31 (1198)

08.14.2020 -
08.20.2020

Aidas

Čikagos
AMERICAN LITHUANIAN NEWSPAPER

ŽOLINĖ – BRANDOS IR SANTARVĖS ŠVENTĖ

14 psl.



KAS ĮVYKO BALTARUSIJOJE IR
KUR TAI VEDA?

8 PSL



MOKSLININKAI IŠBANDĖ 14
KAUKIŲ EFEKTYVUMĄ

16 PSL



10 KLASIKA TAPUSIŲ KNYGŲ,
KURIAS TURI PERSKAITYTI
KIEKVIENAS VAIKAS

22 PSL

SVEIKATOS DRAUDIMAI!!!

**VAIDOS ČAPLINSKIENĖS
DRAUDIMO AGENTŪRA**

Pasaulio Lietuvių Centre Lemonte
Tel. 630-257-0600



PARDUOTUVĖS, IŠPARDAVIMAI
 CONTINENTAL TOYOTA7
 95TH PRODUCE40

MEDICINA
 SOUTH CALIFORNIA ROAD TO RECOVERY13
 DR. VADIMAS DECHTIARIS13
 PREMIER DENTAL CENTER13
 ORBERA20
 SANA MEDICAL CENTER21
 GILVYDIS VEIN CLINIC21
 DR. ELENA LEVITIN35

STOMATOLOGIJA
 DR. SIMONA ŽILIUŠĖ11
DANTŲ TAISSIMO LABORATORIJA38

NEKILNOJAMASIS TURAS
 KĘSTAS VILEIKIS17
 BLUE BIRD19
 INDRĖ SKEBERDIS29
 LOLITA RASIMAVIČIŪTĖ29
 LINAS REALTY29
 AURELIA VAICEKONIENĖ35

FINANSAI/ADVOKATAI
 DARIUS AUDICKAS3
 ROBERTAS BLINSTRUBAS3
 MICHAEL P. DOMAN5
 ANDRIUS ŠPOKAS7
 RALPH W. BRISCOE9
 ROBERT A. KEZELIS17
 ILONA DOVIDAITIENĖ19, 29
 KRISTINA WAYNE19
 ANDRIUS RAMONAS19
 LAURA LAPYTĖ27

DRAUDIMAS
 VAIDA ČAPLINSKIENĖ3
 AMERICAN FAMILY
 INSURANCE17
 IEVA MARKEVIČIŪTĖ17
 JAV INSURANCE20
 BIRUTĖ PAULAUŠKAITĖ29

PASLAUGOS
 BOB AUTO19
 ŠILDYMAS/VĒDINIMAS/SAN-TECHNIKA19
 ATLANTIC EXPRESS25
 KLAUSAU28
 DMB SERVICES CORP.29
 GROŽIO SALONAI,
 KIRPYKLOS, SPA37

DARBO PASIŪLYMAI
 KOLOS27
 ARKA TRANSPORT27
 CDL VAIRUOTOJAI, OWNER OPERATORS37-39

Karšta tema

Žinia apie rusišką vakciną nuo koronaviruso pasaulyje sutikta skeptiškai

Rusijai antradienį paskelbus, kad ji sukūrė pirmąją vakciną, suteikiančią „tvary imunitetą“ nuo naujojo koronaviruso, ši žinia sulaukė skeptiškos reakcijos dėl abejonių preparato veiksmingumu, pasaulyje augant nerimui dėl antros susirgimų bangos.

Prezidentas Vladimiras Putinas sakė, kad skiepai yra saugūs ir buvo išbandyti su viena iš jo dukterų. Naujoji vakcina buvo pavadinta „Sputnik“ – pagal buvusios Sovietų Sąjungos paleistą pirmąjį dirbtinį Žemės palydovą.

„Žinau, kad ji veikia gana efektyviai, formuoja tvary imunitetą“, – sakė V. Putinas apie Gamalėjos nacionaliniame epidemiologijos ir mikrobiologijos tyrimų centre bendradarbiaujant su Gynybos ministerija sukurtą preparatą.

Jis pridūrė, kad viena iš jo dukrų buvo paskiepyta nuo COVID-19. Kuri dukra, jis nepatiksino. Teigiama, kad Putino dukra pasiskiepėjusi jautė šiek tiek didesnę temperatūrą, tačiau dabar jaučiasi gerai.

Vis dėlto Rusijos sveikatos apsaugos ministerija nurodė, kad vakcinas klinikiniai bandymai dar nebaigti, o paskutinė tyrimų fazė, kurioje dalyvaus per 2 tūkst. žmonių, prasidės tik trečiadienį.

Vakarų mokslininkai anksčiau reiškė susirūpinimą dėl vakcinų kūrimo spartos Rusijoje ir darė prielaidą, kad rusų tyrėjai nesilaiko nustatytų gairių.

Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) atstovas Ženevoje Tarikas Jašarevičius sakė, kad ši Jungtinių Tautų institucija palaiko „glaudžius kontaktus“ su Rusijos sveikatos apsaugos pareigūnais, tačiau kol kas jai dar anksti reikšti savo poziciją dėl šių skiepijimų.

SUKURTA VOGTŲ DUOMENŲ PAGRINDU?

Dar liepos mėnesį BBC pranešė, kad Rusijos šnipai yra nusitaikę į organizacijas, bandančias sukurti koronaviruso vakciną Jungtinėje Karalystėje (JK), JAV

ir Kanadoje, įspėjo saugumo tarnybos. JK nacionalinis kibernetinio saugumo centras (NCSC) teigė, kad įsilaužėliai „beveik neabejotinai“ veikė kaip „Rusijos žvalgybos tarnybų dalis“.

Jie nepatiksino, kurios organizacijos tapo šnipų taikiniu ir ar kokia nors informacija buvo pavogta. Tačiau patikino, kad vakcinas tyrimų įsilaužėliai nepaveikė.

Rusija atsakomybės už tai neprisiėmė.

DAUGIAU KAIP MILIJARDAS DOZIŲ

Rusija viliasi masinę vakcinas gamybą pradėti rugsėjį ir ketina iškart pradėti skiepyti medicinos darbuotojus.

Vakcinas projektą finansuojančio Rusijos tiesioginių investicijų fondo vadovas Kirilas Dmitrijevas sakė, kad skleidžiamos abejonės dėl preparato yra dalis „koordinuotų ir kruopščiai surežisuotų žiniasklaidos atakų“, kuriomis siekiama „diskredituoti“ šalį.

Anot jo, iš 20 šalių sulaukta „preliminarių užsakymų daugiau nei milijardui šios vakcinas dozių“.

ATMETA EKSPERTŲ SUSIRŪPINIMĄ VAKCINOS SAUGUMU

Rusija trečiadienį pranešė, kad kai kuriems medicams per dvi savaites jau bus prieinama COVID-19 vakcina. Šalies pareigūnai atmetė ekspertų susirūpinimą dėl per greito vakcinas patvirtinimo bei saugumo ir įvardijo abejones kaip „nepagrįstas“.

Prezidentas Vladimiras Putinas antradienį pareiškė, kad Rusija tapo pirmąja COVID-19 vakciną sukūrusia valstybe, klininius bandymus pradėjus mažiau nei prieš du mėnesius. Paskutiniai vakcinas tyrimai nėra atlikti, sėkmingi buvo tik maždaug 10 proc. klininių bandymų, tad mokslininkai išreiškė nerimą dėl to, kad valstybėje prestižas labiau vertinamas nei saugumas.

„Atrodo, kad mūsų kolegės iš užsienio supranta, kad Rusijos sukurtas medikamentas turi specifinių

privalumų, todėl jie siekia išreikšti nuomonę, kuri, mūsų galva, yra visiškai nepagrįsta“, – trečiadienį teigė sveikatos ministras Michailas Muraško.

Jis tvirtino, kad Maskvos Gamalėjos instituto sukurta vakcina netrukus bus prieinama žmonėms, taip pat ir medicams.

„Pirmoji koronaviruso vakcinas siunta bus paruošta per ateinančias dvi savaites, šios vakcinas daugiau-siai bus skirtos medicams“, – tvirtino jis.

Gamalėjos instituto direktorius Aleksandras Ginzburgas pareiškė, kad klininių vakcinas bandymų ataskaitos bus paskelbtos, kai jas įvertins Rusijos ekspertai. Jis taip pat tvirtino, kad iki gruodžio arba sausio Rusija jau esą galės pagaminti 5 mln. vakcinas dozių per mėnesį.

NE PANACĖJA

Kaip anksčiau rašė CNN, Rusija nepateikė jokios mokslinės informacijos apie vakcinas bandymus, todėl nėra galimybės patikrinti jos saugumo ir efektyvumo. Baiminamasi, kad vakciną kūręs Maskvoje esantis Gamalėjos institutas galėjo „nukirsti svarbius kam-pus“ ją vystant.

Visame pasaulyje vykdoma dešimtys vakcinų bandymų, ir tik nedaugelis iš jų atlieka didelio masto veiksmingumo bandymus. Dauguma kūrėjų įspėjo, kad dar liko daug darbo, kol bus galima patvirtinti jų vakcinas. PSO sako, kad visame pasaulyje kuriamos 165 vakcinas nuo koronaviruso, o septynios iš jų jau yra pasiekusios trečiąją fazę.

Visgi PSO ekstremaliųjų situacijų vadovas Michaelas Ryanas įspėjo, kad vakcinas sukūrimas nereikš, kad COVID-19 grėsmė išnyks.

„Turime labai veiksmingus skiepus nuo poliomieli-to ir tymų, tačiau mums vis dar sunkiai sekasi elimi- nuoti šias ligas“, – sakė jis. ■

ŠIOS SAVAITĖS KLAUSIMAS:

AR JUMS SVARBU, KAS VYKSTA BALTARUSIJOJE?

Savo nuomonę kviečiame išsakyti mūsų interneto svetainėje aidas.us.

- Privalo rūpėti, kas dedasi pas Lietuvos kaimynus
- Šiek tiek domiuosi
- Man tas pats, kas ten vyksta

Praėjusios savaitės klausimas:

AR ASTRAVO AE KELIA GRĖSMĘ LIETUVAI?

Taip, žinoma **83%**

Kol kas ne, juk čia tik **17%** fizinis paleidimas

Kviečiame aplankyti mūsų interneto svetainę adresu **www.aidas.us**

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

Aidas Čikagos

ISSN 1553-5762
www.aidas.us

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

ETHNIC MEDIA UNITED
325 North Milwaukee Avenue,
Units E&F, Wheeling, IL 60090
Tel. 877 702 0220 /
Fax 866 710 0220
Tel. 630-598-0747
Klasifikuoti skelbimai, pa-
likite žinutę Classifieds —
leave a message (877)459-0909
REKLAMOS KLAUSIMAIS
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 redak-cijos nuomone.

All rights reserved. Newspaper "AIDAS" is not responsible for display advertise-ments, 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 expres-sed 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

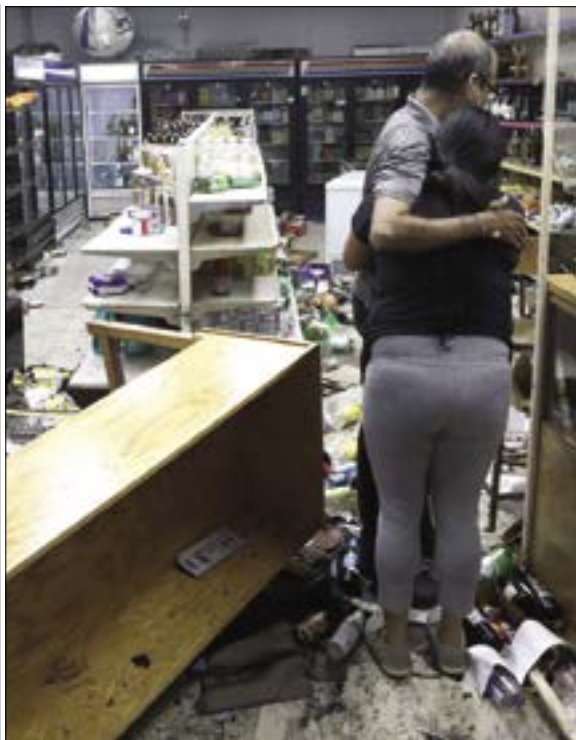
PALIKIMAI
PALIKIMŲ, TESTAMENTŲ IR KITŲ SU TURTO
PLANAVIMU SUSIJUSIŲ DOKUMENTŲ SUDARYMAS,
DAUGIAU NEI 1,700 KLIENTŲ

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



Yogi Dalas su dukromis nusiaubtoje parduotuvėje

Sekmadienį per miesto centrą nuvilnijus vandalizmo ir plėšikavimų bangai, parduotuvių savininkams kitą rytą teko tvarkyti į liekanas pavirtusį verslą ir skaičiuoti nuostolius, labai panašiai, kaip daugeliui iš jų tą teko daryti prieš dvejus mėnesius. Gegužę centras buvo nusiaubtas kilus protestams dėl George'o Floyd'o nužudymo Mineapolyje, o sekmadienio neramumai – praėjus vos kelioms valandoms po to, kai policijos pareigūnai pašovė 20-metį juodaodį Englvudo rajone.

Pasak policijos, buvo gautas pranešimas apie ginkluotą vyrą, o pareigūnams atvykus į įvykio vietą, įtariamasis ėmė šaudyti ir bandė pasprukti. Įtariamasis buvo pašautas į petį, šiuo metu gydomas Čikagos universitetinėje ligoninėje, o jo gyvybei pavojus negresia, sako policijos vadas Davidas Brownas.

Pirmadienį darbininkai lentomis užkalė išdaužytus „Dalal

Nusiaubtas centras

Per Čikagą nusirito dar viena vandalizmo ir plėšimų banga

Food & Liquor“ parduotuvės langus, o parduotuvės savininkas Yogi Dalas su dukromis viduje tvarkė nusiaubtas lentynas ir bandė telefonu deaktyvuoti pavogtus parduotuvės elektronikos prietaisus.

„Tai mano viso gyvenimo santaupos“, – sakė 33 metus šią parduotuvę turėjęs Dalas.

Prie parduotuvės kartkartėmis liūdnai sustodavo nuolatiniai klientai. Viena moteris prieš nueidama sudėjo maldai rankas.

State ir Hubbard sankryžoje esančios „7-Eleven“ tinklo parduotuvės savininkas Tomas Kalayilas kartu su policijos pareigūnais skaičiavo nuostolius. Tai antras kartas pastaraisiais mėnesiais, kai parduotuvė buvo nusiaubta – jau nekalbant apie nuostolius, patirtus dėl koronaviruso.

„Taikūs protestai yra sveikintini, tačiau visa šita buvo padaryta sąmoningai, – sakė Kalayilas. – Tai ne protestas, o nusikaltimas.“

Socialinius tinklus stebinti policijos grupė užfiksavo raginimus suformuoti automobilių koloną į Loop, kad būtų galima išplėsti parduotuves. Socialiniuose tinkluose taip pat netrūko melagingos informacijos, kad policijos pašautas asmuo buvo vos 15 metų neginkluotas praeivis.

„Tai nebuvo organizuotas protestas, o grynas nusikalstamumas. Tai smurtinis išpuolis prieš mūsų policijos pareigūnus ir mūsų miestą“, – pirmadienio spaudos konferencijoje sakė Brownas.

Iš viso buvo apiplėšta ir nusiaubta dešimtys parduotuvių taip vadinamoje „Magnificent Mile“ prekybos atkarpoje River North, Gold Coast, Loop, South Loop ir kituose rajonuose. Išsigandusi valytojų komanda užsibarikadavo „Nordstrom“ parduotuvėje, skelbiama pranešimuose. Buvo užfiksuoti keli žmonės plėšiantys parduotuves, kraunantys pavogtus daiktus ant šaligatvio, kur jų atvyko pasiimti automobiliai.

Kilus sujudimui ir prasidėjus plėšikavimams, į miesto centrą policija dislokavo 400 pareigūnų. Pasak policijos vadovo, 13 pareigūnų buvo sužeista, įskaitant du pašautus. Policija konfiskavo penkis šaunamuosius ginklus.

„Esu dėkingas už tai, kad pareigūnai atliko savo darbą nepaisant didžiulės grėsmės jiems“, – sakė Brownas.

„Labai skausminga matyti tokius dalykus, – spaudos konferencijoje sakė merė Lori Lightfoot – Tai išpuolis prieš mūsų miestą, kuris griauna viešąją tvarką bei gimdo nerimą ir nesaugumo jausmą tarp gyventojų.“

Pasak Lightfoot ir Browno už nedrausmingą elgesį, išpuolius prieš pareigūnus, vandalizmą ir vagystes buvo suimta per 100 žmonių. Jie paragino Kuko apygardos prokurorus iškeikti šioms žmonėms baudžiamąsias bylas ir parodyti, kad už tokį elgesį laukia skaudžios pasekmės.

Juvelyro Paulo Youngo parduotuvė buvo pilna žmonių, padedančių tvarkyti išplėštas patalpas, įskaitant ilgametį klientą Enrico Mirabelli. Jis buvo pakeliui į darbą kai pamatė, kad Youngo parduotuvei reikia pagalbos.

„Labai sunku į tai žiūrėti. Aš tik viliojosi, kad nusikaltėliai sulauks užtarnautų pasekmių, – sakė jis, rinkdamas vitrinos stiklo šukes. – Kokia gėdinga diena Čikagai!“

Tuo tarpu „Black Lives Matter“ Čikagos aktyvistai išplatino pareiškimą, kad juodaodžių gyvybės yra svarbesnės nei „centre įsikūrusios korporacijos, siurbiančios Papildomo mokesčių finansavimo (Tax Increment Financing, T.I.F.) pinigų“ ir išnaudojančios juodaodžių ir rudaodžių čikagiečių darbo jėgą.

„Šios korporacijos mūsų bendruomenės „apiplėšė“ labiau, nei gali sugebėti keli protestuotojai, tačiau mūsų merės pyktis kažkodėl yra nukreiptas pastarųjų adresu, – sakome aktyvistų pareiškime. – Mes liksime gatvėse iki bus įgyvendinti mūsų reikalavimai.“ ■

Griežčiau

Kaukės, baudos, kiti dalykai

Dėvėti kaukę ar laikytis kokių nors kitų nustatytų visuomenės saugumo gairių reikalaujančio darbuotojo užpuolimas nuo šiol teisėsaugos pareigūnų bus traktuojamas kaip užpuolimas sunkinančiomis aplinkybėmis (angl. aggravated battery). Taip numatoma naujame įstatyme, kurį Ilinojaus gubernatorius pasirašė penktadienį.

Senato įstatymo projektas 471 išplečia užpuolimo sunkinančiomis aplinkybėmis sąvoką ir į ją įtraukia išpuolius prieš prekybininkus, kurių pareigos reikalauja prižiūrėti saugumo gairių laikymąsi nepaprastosios padėties aplinkybėmis bei dar šešis mėnesius po nepaprastosios padėties paskelbimo.

Į saugumo gaires, kurių laikymąsi darbuotojams gali tekti užtikrinti, patenka ir visoje valstijoje galiojantis reikalavimas viešose vietose dėvėti kaukes ar laikytis saugaus atstumo.

Pasak gubernatoriaus, dauguma šių darbuotojų „yra atsiderę priešakinėse kovos su COVID linijose, mat jie privalo užtikrinti, kad klientai laikytųsi visų galiojančių reikalavimų“, todėl mes privalome irgi rūpintis jų saugumu.

Įstatymas taip pat 60-čia dienų pratęsia apmokamas nedarbingumo atostogas teisėtvarkos pareigūnams, ugniagesiams, paramedikams ir kitiems darbuotojams, kurių sveikimo procesui pamaišė COVID-19. Tai galioja taip pat ir visiems darbuotojams, dirbantiems valstijos Socialinių paslaugų departamento valdomose patalpose, psichikos sveikatos ar vystymosi

sutrikimų įstaigose. Pailgintas apmokamų nedarbingumo atostogų terminas galioja visiems sužeidimams, patirtiems nuo kovo 9 dienos iki pat šių metų pabaigos.

„Būtinieji darbuotojai rizikuoja savo gyvybėmis, kad apsaugotų mus, tad ir mes privalome geriau jais pasirūpinti“, – sako Senato daugumos lyderė Kimberly Lightford, pagrindinė šio įstatymo rėmėja.

„Walmart“ ir „Sam's Club“ taip pat pradėjo reikalauti dėvėti kaukes savo parduotuvių tinkluose. Anksčiau šį reikalavimą iškėlė „Starbucks“, „Costco“ ir „Apple“. Šios parduotuvės reikalauja dėvėti kaukes net ir tose valstijose, kuriose veido apsauga nėra privaloma.

Iš karto įsigaliojusį naująjį įstatymą gubernatorius Pritzkeris pasirašė tą pačią dieną, kai jis paskelbė, jog Ilinojaus visuomenės sveikatos departamentas paskelbs keletą nepaprastosios padėties nurodymų, suteikiančių daugiau lankstumo vietos teisėtvarkos ir sveikatos priežiūros agentūroms daugiau lankstumo užtikrinant, kad yra laikomasi tokių reikalavimų, kaip kaukių dėvėjimas ar žmonių skaičiaus ribojimas.

Šie nurodymai galios verslui, mokykloms ir vaikų priežiūros įstaigoms. Pasak Pritzkerio, taip siekiama, kad „griežtą ir nelankščią“ dabartinę sistemą (kai už taisyklių nesilaikymą gresia licencijos praradimas) pakeisti sistema, paremta įspėjimais ir baudomis.



Gubernatorius J.B. Pritzkeris

Už pirmą pažeidimą verslai gaus rašytinį įspėjimą. Užfiksavus antrą pažeidimą bus reikalaujama visiems ar daliai klientų palikti patalpas, kad būtų laikomasi saugumo reikalavimų. Ir toliau taisyklių nesilaikančioms įstaigoms už trečią pažeidimą grės baudos nuo \$75 iki \$2,500.

Nors dauguma verslų reikalauja klientų dėvėti kaukes, vis dar yra to nedarančių „kurioms reikia apie tai priminti, dar kartą priminti, o tada jau paskirti baudą už Ilinojaus valstijos reikalavimų nesilaikymą“.

Pasak Pritzkerio, šiam įsakui įsigaliojti taip pat reikės abipartinio Administracinių taisyklių komiteto patvirtinimo. Įsakas bus svarstomas artimiausiam komiteto posėdyje. ■



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

Bideno pasirinkimas – Kamala Harris. Ką tai reiškia?

Antradienio vakarą JAV Demokratų partijos kandidatas į prezidentus Joe Bidenas pasirinko savo rinkimų partnerę ir kandidatę į viceprezidentės postą. Ja tapo Kamala Harris.

Ši kandidatė nuo pat pradžių buvo laikoma viena realiausių pretendencijų, kuri galėtų sulaukti tokio pasiūlymo. Jos gyvenimo aprašyme – darbas JAV Senate, Kalifornijos generalinės prokurorės, taip pat San Francisko apygardos advokatės pareigos.

Jos motina yra iš Indijos, o tėvas iš Jamaikos. Politikė turi daug patirties bendraujant su nacionaline žiniasklaida, atsižvelgiant į tai, kad ji kandidatavo į prezidentus ir buvo laikoma viena iš geriausių šansų turinčių kandidačių Demokratų partijos pirminiuose prezidento rinkimuose. Harris sulaukė daugybės demokratų pagyrimų už tai, kad pastaruoju metu vykstančiose masinėse demonstracijose po George'o Floyd mirties, ji aiškiai pasisakė už policijos reformas.

Sėkmės atveju Bideno pasirinkta viceprezidentė galėtų būti stipriausia kandidatė šiuolaikinės Amerikos istorijoje. Ši juodaodė amerikietė gali būti vertinama kaip potenciali kandidatė į prezidentus kituose rinkimus ir, ko gero, pati reikšmingiausia politinė žaidėja, bandanti padėti Bidenui valdyti krizę ištikusią šalį.

Jungtinėms Valstijoms išgyvenant koronaviruso pandemiją, blogiausią ekonominę krizę po Didžiosios depresijos bei milžiniškus protestus dėl rasinės diskriminacijos ir policijos pareigūnų veiksmų, kuriuos išprovokavo amerikiečio juodaodžio George'o Floyd nužudymas Mineapolyje, naujam viceprezidentui šios pareigos bus dar sunkesnės.

„Joe Bideno viceprezidentas greičiausiai bus pats galinčiausias viceprezidentas istorijoje, nes tendencija krypta link galingesnių viceprezidentų. Joe Bidenas žino, kokia yra viceprezidento, turinčio didelę atsakomybę, vertė“, – „The Atlantic“ liepos pabaigoje pasakojo Danas Pfeifferis, buvęs Baracko Obamos vyresnysis patarėjas ir „Pod Save America“ bendražygis.

APGALVOTAS SPRENDIMAS

Dar šių metų kovo mėnesį JAV Demokratų partijos kandidatas Bidenas pareiškė, kad pergalės atveju į savo viceprezidento postą siūlys moterį. Tiesa, šalį apėmus protestams prieš rasizmą, kandidačių sąrašas buvo apgalvotai susiaurintas.

„Akivaizdu, kad tai atliepiantis realias sprendimas. Kadangi Bidenas jau anksčiau buvo paskelbęs, kad būsimoji viceprezidentė bus moteris, iškilo papildoma aplinkybė, kad dėl rasinių nesutarimų jiems buvo aktualu parodyti, kad jis įgalintų rasines mažumas ir priimtų istorinį sprendimą į viceprezidentės pasirinkdamas kandidatę juodaodę“, – mano Rytų Europos studijų centro (RESC) vadovas Linas Kojala.

Anot politologo, Bidenas puikiai supranta, kad jo rinkėjai yra ir juodaodžiai. Birželio mėnesį paskelbtoje „Washington Post/Ipsos“ apklausoje paaiškėjo, kad 92 proc. registruotų juodaodžių rinkėjų planuoja balsuoti už Bidaną artėjančiuose rinkimuose lapkričio mėnesį. Tik, pasak Kojalos, nėra taip akivaizdu, kiek iš tikrųjų jam pavyks mobilizuoti rinkėjų, t. y. kiek realiai jų ateis į rinkimus, tiesa, kuo daugiau, tuo, be abejo, Bidenui būtų geriau.

„Šis pasirinkimas gali būti labai svarbus ir šiuo aspektu – kad būtų matoma, kad jis ne tik žodžiais, ne tik savo politiniais praeities darbais, bet ir pasirinkimais atliepia dalies savo elektorato lūkesčius“, – sako Kojala.

POTENCIALI PARTIJOS VĒLIAVNEŠĖ

Potencialaus demokratų kandidato sprendimas buvo paskelbtas 2020-iesiems būdingu stiliumi – per socialinius tinklus. Šis momentas itin svarbus Bidenui, siekiančiam sutelkti plačią rinkėjų koaliciją, kad pašalintų Trumpą iš Baltųjų rūmų. Harris gali atrodyti patrauklesnė jaunesniems rinkėjams ir moterims, ypač tarp priemiesčių gyventojų, kurių vis daugiau nusivilia dabartiniu prezidentu, nors 2016 metais padėjo jam ateiti į postą.

Buvusi Kalifornijos generalinė prokurorė taip pat yra pirmasis indų kilmės žmogus, pelnęs prezidentinės kampanijos partnerio vaidmenį. Ji įkūnija įvairovę, laikimą labai svarbia užtikrinti didesniai demokratų kampanijos palaikymui, juo lab metais, kai Amerikai iš naujo persvarsto rasinius santykius.

Ji yra trečioji kurios nors didžiosios JAV partijos partijos prezidento rinkimų kampanijos partnerė pasirinkta moteris. Pirmoji 1984 metais buvo demokratė Geraldine Ferraro, o antroji – 2008 metų kampanijoje dalyvavusi respublikonė Sarah Palin. Tuo metu Hillary Clinton buvo pirmoji kandidatė į prezidento postą, bet 2016 metais pralaimėjo Trumpui. Imigrantų šeimoje gimusi 55 metų Kalifornijos senatorė Harris jau pateko į istoriją kaip pirmoji tamsiaodė moteris, pasirinkta kurios nors didžiosios JAV partijos kandidatė į viceprezidento postą.

Harris sakė, kad jaučiasi pagerbta Bideno pasirinkimo ir kad „darys viską, ko reikia“, kad padėtų jam laimėti.

„@JoeBiden gali suvienyti Amerikos žmones, nes jis visą gyvenimą praleido už mus kovodamas. Ir kaip prezidentas jis kurs Ameriką, atitinkančią mūsų idealus“, – ji rašė savo „Twitter“ žinutėje.

Harris pasirinkimas kampanijos partnerė yra itin svarbus pasiekimas jos politinėje karjeroje. Jeigu Bidenas laimėtų rinkimus, ši telegeniška, ryžtinga kalifornietė beveik neabejotinai galėtų tapti 2024 arba 2028 metų demokratų prezidentinės kampanijos lydere.

Pergalės atveju Bidenas taptų seniausiu į JAV prezidento postą išrinktu žmogumi, todėl daugelis spėlioja, kad jis dirbtų tik vieną ketverių metų kadenciją ir stengtųsi išugdyti patikimą įpėdinį. Dėl šios priežasties Harris potencialiai tenka nepaprastai reikšmingas Demokratų partijos vėliavnešės vaidmuo.

Bidenas tikriausiai neabejoja, kad Harris politiniai gebėjimai ir vadovavimo patirtis padėtų imtis darbo nuo pat pirmosios kadencijos dienos ir kad ji prireikus galėtų pakeisti jį prezidento poste.

Tuo metu Trumpas paniekinamai pakomentavo Bideno prabėsimą, sakydamas esąs „nustebintas“ jo pasirinkimo, nes, anot prezidento, Harris pasirodymas per demokratų pirminių rinkimų kampaniją buvo blankokas.

„Ji labai prastai pasirodė per pirminius rinkimus, – žurnalistams Baltuosiuose rūmuose sakė Trumpas. – Ir tai yra tarsi apklausa.“

Prezidentas taip pat užsipuolė Harris už jos aktyvų vaidmenį per posėdžius, kurių metu buvo svarstoma teisėjo Bretto Kavanaugh kandidatūra į Aukščiausiąjį Teismą. Trumpas vadino ją „nemaloniausiu, siaubingiausiu, nepagarbiausiu žmogumi JAV Senate“.

Tačiau Harris, pasirinkta iš beveik tuzino kitų moterų, pretendavusių tapti Bideno kampanijos partnerėmis, pademonstravo esanti pajėgi atremti tokius smūgius, o toks bruožas yra svarbus bet kuriam veikėjui, tapusiam dabartinio prezidento aštrios kritikos taikiniu.



„ATKURTI AMERIKĄ“

Bidenas ir Harris trečiądienį paskelbė pradėdantys savo bendrą kampaniją perimti Baltuosius rūmus, o naujai iškepta kandidatė į viceprezidento postą pareiškė, kad amerikiečiai „šaukiasi lyderystės“, kad būtų įveikta trylėpė krizė – pandemija, rasinis neteisingumas ir ekonomikos nuosmukis.

Pirmąkart pasirodę kartu kaip prezidento rinkimų kampanijos partneriai vienoje Delavaro valstijos vidurinėje mokykloje, uždarytoje dėl koronaviruso epidemijos, Bidenas ir Harris negausiam žurnalistų ir darbuotojų būriui pažadėjo užbaigti Donaldą Trumpą prezidentavimą ir „atkurti šią šalį“.

Ji kalbėjo, kad šalis yra priėjusi kryžkeleį, ir demonstravo savo nusiteikimą veikti ryžtingai, sakydama, kad Trumpas „tiesiog netinkamas šiam darbui“ ir kad jo vadovavimas „sužlugdė“ valstybę.

„Amerika šaukiasi lyderystės, tačiau turime prezidentą, labiau besirūpinantį savimi, o ne žmonėmis, kurie jį išrinko“, – teigė Harris.

Šis prisistatymas vyko neįprastoje kamerinėje aplinkoje, labai besiskiriančioje nuo įprastų kampanijos renginių su tūkstančiais dalyvių. Vis dėlto K. Harris atrodė telegeniška ir pasitikinti savimi, pirmąkart pasisakydama kaip kandidatė į viceprezidentus.

„Byla prieš Donaldą Trumpą ir Mike'ą Pence'ą yra aiški kaip diena“, – sakė buvusi Kalifornijos generalinė prokurorė, smerkusi dabartinio valstybės vadovo „vadovavimo nesėkmės“ stengiantis suvaldyti daug žmonių gyvybių nusinešusią koronaviruso pandemiją, taip pat atgaivinti ekonomiką, patyrusią skaudų smūgį dėl karantino priemonių.

Harris taip pat stengėsi pabrėžti šalį apėmusį pasipiktinimą policijos smurtu ir rasine nelygybe.

„Suvedame moralines sąskaitas su rasizmu ir sistemingu neteisingumu, išvedusiu naują sąžinės koaliciją į mūsų šalies gatves reikalauti pokyčių“, – kalbėjo ji.

Bidenui, kuris, kaip rodo dauguma nacionalinių apklausų, pagal populiarumą lenkia Trumpą, kol kas yra įgijęs pranašumą tokiose lemiamose valstijose kaip Florida ir Viskonsinas, nors savo kampaniją vedė daugiausiai būdamas užsidaręs savo namuose Vilmingtono, Delavero valstijoje, jo pasirinktos kampanijos partnerės pareiškimai buvo itin svarbūs, stengiantis sutelkti plačią rinkėjų koaliciją prieš Trumpą.

Bidenas kalbėjo, kodėl pasirinko Harris savo partnerė, ir pabrėžė, kad ji yra ryžtinga ir patyrusi įstatymų leidėja, „pasiruošusi dirbti savo darbą nuo pat pirmosios dienos“. ■

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



REKLAMA

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!

HOT SUMMER
SAVINGS

2020 Toyota Camry Gas



0% APR For
60 Mos.

OR **\$1000** 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

2020 Toyota Highlander Gas



1.9% APR For
60 Mos.

OR **\$1500** Customer Cash

2020 Toyota RAV4 Gas



1.9% APR For
60 Mos.

OR **\$1500** Customer Cash

CONTINENTAL TOYOTA

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

Camry: 0% APR with approved credit through TFS on 2020 Camry gas models In lieu of available Toyota Customer Cash. Ex: \$16.57 per \$1000 financed with \$0 down for 60 months. | \$1000 Toyota Customer Cash is in lieu of special financing available through TFS. Plus \$300 doc fee. Expires 08.31.20. Highlander: 1.9% APR with approved credit through TFS on 2020 Highlander gas models In lieu of available Toyota Customer Cash. Ex: \$17.48 per \$1000 financed with \$0 down for 60 months. | \$1500 Toyota Customer Cash is in lieu of special financing available through TFS. Plus \$300 doc fee. Expires 08.31.20. RAV4: 1.9% APR with approved credit through TFS on 2020 RAV4 gas models In lieu of available Toyota Customer Cash. Ex: \$17.48 per \$1000 financed with \$0 down for 60 months. | \$1500 Toyota Customer Cash is in lieu of special financing available through TFS. Plus \$300 doc fee. Expires 08.31.20.

"Čikagos Aidas" №31 [1198] 08.14.2120 – 08.20.2020

7

Sekmadienį Baltarusijoje vyko prezidento rinkimai. Jau prieš juos opozicijos kandidatai buvo sulaikomi, žmonės patyrė represijas ir buvo aišku, kad ilgametis prezidentas Aliaksandras Lukašenka lengvai savo kėdės neužleis. Pasipiktinę akivaizdžiai suklustotais rezultatais sekmadienio vakarą į miestų gatves išėjo dešimtys tūkstančių baltarusių, juos pareigūnai sutiko jėga. Trumpai primename įvykius šalyje.

PRIEŠISTORĖ

Baltarusijos prezidento rinkimai turėjo vykti rugpjūčio pabaigoje, tačiau buvo paankstinti ir perkelti į 9 dieną. Analitikai mano, kad tokiu būdu A. Lukašenkos režimas tikėjosi sumažinti piliečių nepasitenkinimą, – šiuo metu įprastai baltarusiai atostogauja, todėl tikėtasi, kad jų mažiau ateis prie balsadėžių.

Baltarusijos centrinė rinkimų komisija leido potencialiems kandidatams registruotis dalyvauti rinkimuose, tai panoro padaryti kelios dešimtys opozicionierių, žinomų tinklaraštininkų, žurnalistų, verslininkų ir pareigūnų.

Parašų rinkimas už kandidatus tapo savotiška pilietinio pasipriešinimo norma. Baltarusių pyktį sukėlė A. Lukašenkos neveiknumas COVID-19 pandemijos metu – šalyje nebuvo įvestas karantinas, nesiimta papildinto atsargumo priemonių, trūko būtinausių apsaugos reikmenų ir kita. Todėl prie kandidatų palapinių driekėsi tūkstantinės eilės.

Režimas į tai reagavo atsisakydamas registruoti būrį kandidatų, kitus suimdamas už tariamus įstatymų pažeidimus. Dalis kandidatų pabėgo į užsienį.

Rimčiausią iššūkį netikėtai A. Lukašenkai sugebėjo mesti susivienijęs 3 moterų – Sviatlanos Cichanouskajos, Veranikos Capkalos ir Maryjos Kalesnikavos – štabas. Opozicinio judėjimo lydere tapo vietoj suimto vyro į rinkiminę kovą stojusi buvusi namų šeimininkė S. Cichanouskaja.

Dar prieš rinkimus baltarusiai A. Lukašenką pašaipiai vadino „3 procentų Saša“ (dėl paskelbto reitingo, kad jį palaiko vos 3 proc. visuomenės) ir ragino dalyvauti rinkimuose politika nusivylusius žmones. Pati S. Cichanouskaja pareiškė, kad laimėjusi rinkimus prezidento posto neužims, o surengs dar vienus laisvus ir demokratinius rinkimus.

Sekmadienį vykę rinkimai, kaip ir tikėjosi analitikai, nebuvo laisvi ir demokratiniai.

PROTESTAI

Sekmadienį atvėrus rinkimų apylinkių duris, Baltarusijos pareigūnai paskelbė, kad išankstinio balsavimo metu savo pilietinę pareigą atliko jau virš 40 proc. rinkėjų. Analitikai teigia, kad iš tiesų šis skaičius gali būti 3 kartus mažesnis, o visi kiti balsalapiai jau suklustoti.



Balta juostelė ant rankos žymi paramą Cichanouskajai

Stambiu planu

Kas įvyko Baltarusijoje ir kur tai veda?

Rinkėjai, palaikantys S. Cichanouskają, ryšėjo baltas apyrankes, į balsadėžes metė keturiskart perlenktus balsalapius ir taip stengėsi parodyti, koks didelis yra opozicijos palaikymas.

Minsko skelbtos „oficialios apklausos“ rodė triuškinančią A. Lukašenkos pergalę, tačiau nepriklausomos apklausos iš rinkimų apylinkių užsienyje rodė priešingą rezultatą – rinkimus laimėti turėtų S. Cichanouskaja. Kai prie kelių dešimčių apylinkių Baltarusijoje susirinkę žmonės ėmė reikalauti tikrųjų rezultatų, stebėtojai juos paviešino – visose apylinkėse pergalę turėtų švęsti S. Cichanouskaja.

Šie ir kiti akivaizdūs rinkimų klastojimo atvejai bei pažeidimai dar labiau pakurstė baltarusių pyktį, todėl sekmadienio vakarą keliose dešimtyse šalies miestų kilo protestai, į juos susirinko dešimtys tūkstančių žmonių. Tikrąjį protestų mastą suvokti sunku, nes šalies operatoriai blokavo interneto ryšį, o antradienio vakarą Minske jis iš viso buvo išjungtas. Nors kai kurios susirašinėjimo programėlės sugebėjo draudimus apeiti, protestai vyko decentralizuotai.

Tačiau į Minską sutrauktos gausios saugumo ir kariuomenės pajėgos nesibodėjo nedelsdamos naudoti jėgą. Jau sekmadienį pranešta apie šimtus sužeistų žmonių, brutalius suėmimus, pareigūnai naudojo vandens patrankas, kurtinančias ir akinančias granatas, skydus. Protestuotojai gatvėse statė barikadas, pervaziuotas pareigūnų žuvo vienas žmogus, pranešė žiniasklaida. Keliose miestuose buvo pranešta, kad pareigūnai sudėjo ginklus, veikiausiai taip nutiko dėl to, kad protestuotojų gretos pasirodė gausesnės. Vis dėlto jėgos struktūros į opozicijos pusę neperėjo.

Pirmadienio vakarą protestai vėl tęsėsi, jų metu nuo pareigūnų rankų žuvo mažiausiai vienas žmogus, Minske sutelkiamos gausios kariuomenės pajėgos, pareigūnai jėgą naudojo prieš žurnalistus, interneto ryšys vėl buvo trikdomas. Veranika Capkala ragino tarptautinę bendruomenę pripažinti S. Cichanouskają išrinktąja prezidente.

Antradienį netikėtai pranešta, kad S. Cichanouskaja su vaikais ir keliais štabo nariais yra Lietuvoje. „Čia Lietuvos pasirinkimas aiškus – nestovėti šalia, bet labai aiškiai, praktiniu sprendimu parodyti, kad nesutinkama su prezidento rinkimų rezultatais“, – sakė Vilniaus universiteto Tarptautinių santykių ir politikos mokslų (VU TSPMI) docentas Mažvydas Jastramskis.

Vakarą prieš tai ji buvo 7 valandoms dingusi – su ja negalėjo susisiekti jos štabo nariai, Lietuvos pareigūnai. Paaiškėjo, kad moteris „lankėsi centrinėje rinkimų komisijoje“. Ekspertų nuomone, jai veikiausiai buvo prigrasinta, galbūt, susidoro- ti su kalėjime laikomu jos sutuoktiniu.

Kol kas ji pranešimų neišplatino. „Pasikalbėjau su S. Cichanouskaja. Ji yra geros nuotaikos. Artimiausiu metu ji pasisakys“, – trečiadienį nurodė užsienio reikalų ministras Linas Linkevičius.

Antradienį pasirodė S. Cichanouskajos vaizdo įrašai, kuriuose, skaitydama iš lapų, ji ragina baltarusius nebeprotestuoti. Vis dėlto vakare į Baltarusijos miestų gatves vėl išėjo tūkstančiai žmonių, keliose gamylose prasidėjo streikai, tačiau jie nebuvo visuotiniai. Ekspertų nuomone, didelio masto streikai galėtų persverti galios svarstykles. Šįkart OMON ir kitų pareigūnų veiksmai buvo dar žiauresni – pranešta apie antrą žuvusį žmogų, augo sužeistųjų ir suimtųjų skaičiai.

Pats A. Lukašenka per pasisakymus nė žodžiu neužsiminė apie protestus. Valstybinė televizija per žinias rodė reportažus apie patiekalų su grybais gaminimą.

„Kartais atrodo, kad tokie autoritariniai režimai yra nepajudinami, bet jų pagrindai visuomenėje yra gana trapūs ir



Sviatlana Cichanouskaja

rinkimai tą parodo. (...) Yra šansas, nors ir nedidelis, kad greitai reikės bendrauti su visai kitokia Baltarusija, nei ji yra šiandien priėmusi Lukašenkos režimą“, – sakė M. Jastramskis.

Protestus Baltarusiai ketina tęsti, tačiau jie ir toliau yra decentralizuoti.

„Atrodo, protestuotojai neturi aiškaus plano. (...) Kai nėra plano, protestai dažnai nuslopsta. Kol kas nėra plano pergalėi. Kita vertus, nė viena revoliucija nevyko pagal planą“, – „Radio Free Europe/Radio Liberty“ sakė baltarusių politikos analitikas Artsiomus Šraibmanas.

RUSIJOS VAIDMUO

Pirmasis užsienio lyderis, pasveikinęs A. Lukašenką su pergalė, buvo Kinijos prezidentas Xi Jinpingas. Po jo ėjo Vladimiro Putino, Rusijos patriarcho Kirilo, Tadžikijos, Azerbaidžano, Uzbekijos ir kitų vadovų sveikinimo pranešimai.

Neatsitiktinai „paskutinį Europos diktatorių“ pirmiausia sveikino autoritarai – jie su nerimu žvelgia į neramumus šalyje, todėl paskubėjo pareikšti, kad visuomenė palaiko Minsko režimą ir pasitiki ilgamečiu prezidentu, o rinkimų rezultatai yra tikri.

Vakarų valstybių, taip pat ir Lietuvos, vadovai reiškė susirūpinimą dėl smurto, ES lyderiai vėl prakalbo apie asmenines sankcijas, o L. Linkevičius nurodo, kad jei tai nebus padaryta – Lietuva įves savo sankcijas. Baltarusių opozicionieriai ragina vakarus tikrąją rinkimų nugalėtoją pripažinti S. Cichanouskają – elgtis panašiai kaip Venesuelos atveju, kur šalies prezidentu buvo pripažintas opozicionierius Juanas Guaido. Tačiau tai nebuvo padaryta.

Rusijos Tolimuosiuose Rytuose, kur taip pat vyksta protestai, žmonės skandavo „Baltarusija, mes su tavimi“, tačiau V. Putinas savo pranešime nė neužsiminė apie protestus.

„Maskva, kaip ir daugelis kitų, mano, kad Lukašenkos valdžia tęsis dar daug metų. Tačiau Maskva tam neskiria per didelio dėmesio, nes dar stengiasi įvertinti situaciją“, – RFE/RL sakė Karališkojo jungtinių pajėgų instituto Londone ekspertas Markas Galeotti.

Anot jo, Rusijos tarnybos aktyviai bendrauja su baltarusių kolegomis ir stengiasi įvertinti situaciją – ar jėgos struktūros nežada pereiti į protestuotojų pusę. Tokiu atveju Maskva suskubtų veikti. ■

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





Mobilus koronaviruso patikros punktas



Vilniaus miestas



Asmik Grigorian koncerte „Midsummer Vilnius“ Valdovų rūmuose

Pastarąjį pusmetį Lietuvos vardas užsienio šalių interneto portaluose buvo paminėtas daugiau nei 43 tūkst. kartų, o socialinių tinklų įrašuose – daugiau nei 200 tūkst. kartų. Apie šalį daugiausiai buvo kalbama minint valdymo (vidaus ir užsienio politika), turizmo, investicijų ir imigracijos sritis. Daugiausia Lietuvos paminėjimų užfiksuota Jungtinės Karalystės, Vokietijos ir Rusijos interneto naujienų portaluose.

Kaip rodo Vyriausybės kanceliarijos Lietuvos įvaizdžio grupės atlikta 13 tikslinių užsienio šalių (Latvija, Estija, Vokietija, Prancūzija, Jungtinė Karalystė, Danija, Švedija, Norvegija, Italija, Izraelis, Rusija, Lenkija, Baltarusija) naujienų portalų pranešimų ir socialinių tinklų įrašų analizė, užsienio žiniasklaidos antrojo šių metų ketvircio pranešimuose pastebimas teigiamas šalies vertinimas, dominavo neutralus arba teigiamas tonas.

„Antrasis šių metų ketvirtis pasižymėjo bendro pranešimų srauto ir Lietuvos paminėjimų juose sumažėjimu, tačiau aktyvi šalies viešojo sektoriaus institucijų ir Vilniaus miesto turizmo ir verslo plėtros agentūros „GO Vilnius“ komunikacija COVID-19 akivaizdoje leido mūsų šaliai būti matomai ne tik kontekstiniuose pranešimuose, bet ir tapti pagrindiniu objektu naujienų pranešimuose. Matome kokybinius pokyčius – pastebimai išaugęs šalies paminėjimų skaičius įtakinguose ir didelės auditorijas turinčiuose naujienų portaluose. Tai pozityvi tendencija, nes didina skaitmeninį matomumą ir bendrą šalies žinomumą“, – pažymi Lietuvos įvaizdžio grupės vadovas Marius Gurskas.

Atliktas tyrimas rodo, kad daugiausiai Lietuvos paminėjimų užfiksuota Jungtinės Karalystės (9 926 paminėjimai), Vokietijos (9 140 paminėjimų), Rusijos (7 378 paminėjimai) ir Latvijos (6 398 paminėjimai) internetinių naujienų portalų pranešimuose.

Naujienų apie Lietuvą sklaidos vertinimas apėmė septynias šalies įvaizdžio dimensijas: valdymą (užsienio ir vidaus politika), turizmą, eksportą, investicijas ir imigraciją, kultūrą

Kalba kiti

Kas buvo kalbama apie Lietuvą pasaulio žiniasklaidoje pastarąjį pusmetį?

ir paveldą, gyventojus, sportą. Šį pusmetį didžiausio susidomėjimo sulaukė valdymo (46,44 proc. visų žinių), turizmo (16,27 proc.) bei investicijų ir imigracijos (14,64 proc.) sritys.

Lyginant pirmąjį ir antrąjį šių metų ketvirtį, užfiksuotas bendras Lietuvos paminėjimų skaičiaus sumažėjimas internetiniuose portaluose (26,21 proc.) ir socialiniuose tinkluose (4,86 proc.).

Pozityvių naujienų sraute dominuoja kultūros temos ir šalies institucijų inicijuotos kampanijos

Kultūros tematika – viena pozityviausiai vertinamų dimensijų visą šį pusmetį. Lietuvos kultūra ir šalies menininkų laimėjimai, pastebimi pasaulio žiniasklaidos, garsina mūsų šalies vardą. Pastarąjį pusmetį matomiausi buvo Lietuvos fotografų, kino bei teatro atstovų, muzikų, šokėjų darbai ir jų laimėjimai. Užsienio žiniasklaidos pranešimuose skambėjo operos solistės Asmik Grigorian, teatro režisierius Oskaro Koršunovo, avangardinio kino krikštaitė Jono Meko vardai. Vis dažniau užsienio žiniasklaidos pranešimuose Lietuva pristatoma kaip išskirtinė vieta kino filmams kurti. Šią žinią padeda skleisti mūsų šalyje filmuoti plataus atgarsio sulaukę serialai: „Stranger Things“, „Černobilis“. Šį pusmetį ir toliau sklido Lietuvos atstovų pergalės Venecijos bienalėje atgarsis. Kalbėta apie Lietuvos nepriklausomybės 30-mečio bei Vilniaus Gaono 300-ųjų metinių minėjimus. Pastebimą teigiamo pobūdžio pranešimų skaičių sugeneravo ir šių metų mūsų šalies atstovai „Eurovizijos“ dainų konkurse grupė „The Roop“ ir jų pergalės alternatyviuose „Eurovizijos“ konkursuose.

Kultūros naujienos dominavo Rusijos, Jungtinės Karalystės, Prancūzijos, Latvijos ir Vokietijos naujienų žiniasklaidos portaluose.

Iniciatyvi Lietuvos institucijų ir šalies sostinės komunikacija ir įgyvendintos kampanijos COVID-19 akivaizdoje sugeneravo daugiau reikšmingų teigiamą toną turinčių pranešimų. Nors šį pusmetį didelė pranešimų dalis buvo susijusi su COVID-19 tema, vis tik neliko nepastebėtos ir socialinės, kultūrinės šalies iniciatyvos, reaguojant į pandemijos iššūkius. Bene daugiausiai pasaulio žiniasklaida domėjosi Baltijos šalių „kelionių burbulu“, kuris sugeneravo daugiau nei 1 400 pranešimų ir potencialiai pasiekė 5 mlrd. auditoriją. Taip pat didelio atgarsio sulaukė Vilniaus miesto iniciatyvos – viešųjų erdvių atvėrimas kavinėms bei restoranams, kinas po atviru dangumi, kaukių mados savaitė ir kita. Pastebėtos ir įvairios savanorystės iniciatyvos, technologijų panaudojimas gaminant apsaugos priemones, Vilties moneta, įamžinusi

bendrybę ir solidarumą pandemijos akivaizdoje, kampanija „Ačiū, Lietuva!“ ir kitos iniciatyvos.

Prie teigiamų naujienų srauto generavimo aktyviai šį pusmetį prisidėjo ir turizmo skatinimo agentūros „Keliauk Lietuvoje“ inicijuota kampanija „Discover colours you never knew existed“, tarptautinis virtualus renginys „Fintech Week Lithuania“ (organizatoriai MITA, Ekonomikos ir inovacijų ministerija, Finansų ministerija, „ROCKIT“, „FintechLithuania“ ir „FintechHubLT“ asociacijos), pirmą kartą Lietuvoje organizuoti „fintech“ sektoriaus apdovanojimai. Neliko nepastebėti ir inovatyvūs sprendimai viešajame sektoriuje – „GovTech Lab“ iniciatyva.

Palankumo indeksas: Lietuvos įvaizdis užsienio žiniasklaidoje – teigiamas

Vertinant užsienio šalių naujienų portalų informacinius pranešimus, užfiksuotas teigiamas Lietuvos įvaizdžio įvertinimas, kuris buvo atliekamas taikant Palankumo indekso ir tono vidurkio matavimo metodologiją. Vertinimas pagal pasirinktą metodologiją buvo atliktas įvertinus tik reikšmingus ir išskirtinius Lietuvos paminėjimus užsienio žiniasklaidoje antrąjį šių metų ketvirtį – tai sudarė 21 proc. (715) visų analizuotų pranešimų.

„Nors dominavo neutralaus tono pranešimai (jie sudarė 44,1 proc. reikšmingų Lietuvos paminėjimų), didžiausią poveikį Lietuvos žinomumo formavimui turėjo, t. y. didžiausiai auditorijai buvo skirti teigiami pranešimai apie šalį (34,69 proc. reikšmingų paminėjimų), kurie labiausiai ir lėmė teigiamą įvaizdžio įvertinimą užsienio žiniasklaidoje. Teigiamais pranešimais potencialiai pasiektas skaitytojų skaičius buvo 1,7 karto didesnis nei neutraliais pranešimais pasiektų skaitytojų skaičius, o neigiamų pranešimų potencialiai pasiektą auditoriją pranoko beveik 4 kartus. Neigiami pranešimai sudarė mažiausią reikšmingų Lietuvos paminėjimų dalį – 21,21 proc.“ – pažymi Lietuvos įvaizdžio grupės patarėja Jūratė Jazbutytė

Didžioji dalis neigiamą toną turinčių naujienų pranešimų užsienio žiniasklaidoje šį pusmetį buvo susiję su COVID-19 viruso padariniais. Taip pat buvo minimos Lietuvos piliečių nusikalstama veikla užsienio šalyse, aptariami klausimai, susiję su Holokausto atmintimi, Vilniuje planuotas teroro išpuolis, pareigūno S. Žymanto nužudymas, demografinės Lietuvos problemos, „Grigeo Klaipėda“ tarša Kuršių mariose. Svarbu pažymėti, kad neigiamo tono naujienos sudarė tik 9,77 proc. visų šio pusmečio žinių apie Lietuvą, buvo fragmentiškos ir neturėjo didelės įtakos šalies įvaizdžiui užsienyje. ■

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

Kaip prižiūrėti pirmuosius mažylio dantukus? Ar tikrai labai svarbu daug dėmesio skirti pieninių dantukų sveikatai – juk jie vis tiek iškris ir juos pakeis nuolatiniai?

Dažnai klaidingai manoma, kad išdygus pirmiems dantims, jais atidžiai rūpintis nereikia, kadangi jie – laikini ir galų gale vis tiek iškris. Tačiau pieninių dantų priežiūra tokia pat svarbi, kaip ir nuolatinų. Pavyzdžiui, per anksti iškritę pieniniai dantys gali sukelti ortodontinių problemų, pakenkti toje vietoje dygsiančių dantukų būklei, taisyklingam jų išsidėstymui burnoje, sukandimui.

Svarbu įsidėmėti, kad pieninių dantukų negydomas gali pažeisti nuolatinų dantų užuomazgas, o tai sukels brangiai kainuojančių problemų ateityje. Gydomo metu vaikas skausmo nejaučia, nes, kaip ir gydant nuolatinius dantis, pieniniams taikoma vietinis nuskausminimas.

Taisyklinga dantukų priežiūra svarbi ne tik gerai burnos būklei, bet ir virškinimo sistemai – maistas turi būti kokybiškai sukramytas. Jei kyla ūmi infekcija, ši gali išplisti į kitas galvos sritis. Žinoma, pieninių dantų sveikata taip pat labai svarbi taisyklingam žandikaulio augimui, sąkandžio formavimuisi bei taisyklingai artikuliacijai, kalbos formavimuisi.

Taigi, svarbu pradėti dantukus prižiūrėti vos prasikalus pirmajam. Iš pradžių su specialiu antpirščiu,

drėgna marle, vėliau šepetuku ir dantų pasta be fluoro. Kaip ir nuolatinius, pieninius dantis valyti reikėtų du kartus per dieną – ryte bei vakare, kartu pamasazuojant danteną, jeigu dantys dar tik pradeda dygti.

Tėvai vaiką pas odontologą pirmą kartą nuvesti turėtų jam dar nesulaukus vienerių, o tada profilaktiškai lankytis pagal gydytojo rekomendacijas, kadangi eduoonis ne visada pastebimas plika akimi. Pieniniai dantukai taip pat pažeidžiami lengviau nei nuolatiniai, todėl sugenda greičiau.

Tėvai dažnai mini, kad vaikui nepatinka valytis dantis arba jis nori tai daryti pats. Kai kurie tėvai dantis valo tik kartą per dieną, manydami, kad užtenka juos išvalyti vakare. Visgi dantis vaikui turi valyti suaugęs žmogus ir būtinai du kartus per dieną, juk tai užtruks tik kelias minutes, o nuo to priklausys burnos sveikata ateityje. Na, o jei vaikas nenoriai leidžiasi valyti dantis, reikia ieškoti, kaip jį sudominti. Galbūt padėtų dantų valymo dainelės ar animaciniai filmukai, įvairūs žaidimai. Taip pat būtina rodyti gerą pavyzdį, kai visi šeimos nariai valosi dantis ir tai yra natūralus kasdienis procesas.

Vizitui pas gydytoją rekomenduojama pasiruošti ir nusiteikti iš anksto, kad vaikas nejaustų baimės. Jeigu vaikui sakysite „nebijok, tau neskaudės, tau

nieko nedarys“, žinoma, nuteiksite jį neigiamai. Vaikas girdi priešingai, jam atrodo, kad tikrai gali būti kažkas baisaus ir skausmingo. Vaikui net ir dantų apžiūra veidrodėliu jau yra „darymas“. Rekomenduojama prieš vizitą pas odontologą pasakoti, kad vaikas galės susipažinti su gydytoju, apžiūrėti kabinetą, pasimokyti, kaip reikia valyti dantukus, o gydytojas veidrodėliu apžiūrės dantis, suskaičiuos, kiek jų yra. Namie galite pasitreniruoti: pasimokykite plačiai išsižioti, pašvietę patys suskaičiuokite dantukus. Vaikas tada žinos, ko tikėtis atėjus pas odontologą. Ypač svarbu, kad į pirmąjį vizitą vaikas ateitų, kol dar nieko neskauda.

Konsultacija su odontologu, kruopšti priežiūra, tinkama mityba ir valymas – kelias į sveikų nuolatinų dantų dygimą. Ilgametę patirtį sukaupę mūsų specialistai visada pasirėngę pakonsultuojanti tėvelius bet kokiais klausimais bei efektyviai išspręš visus burnos bei dantų sveikatos problemas. ■

Adresas:

**9055 S Roberts Road,
Hickory Hills, IL 60457**

Telefonas:

708-598-4055

www.signaturedentalcare.net

Energijos suteikiantys 5 lengvi užkandžiai

Būna dieny, kai norisi kalnus nuversti, tačiau jėgų kaip nėra, taip nėra. Kartais norint gauti daugiau energijos, kuri leistų aktyviai praleisti laisvalaikį ir padidinti fizinę ištvermę, reikia vos vieno tinkamo užkandžio. Tinkama mityba ypač svarbi, siekiant fizinės ištvermės, o deramai parinkti užkandžiai gali suteikti daugiau jėgų dalyvaujant įvairiuose maratonuose, varžybose ar kituose sporto renginiuose. Maisto ekspertė Vilma Juodkaziė, skatinanti visuomenę sveikiau ir aktyviau gyventi, įvardijo net 5 jėgas padedančius atgauti užkandžius, kurie bus ir naudingi, ir skanūs.

JOGURTAS SU DRIBSNAIS

Jogurtas, apibarstytas grūdų dribsniais, yra nepamainomas angliavandenių ir baltymų derinys, kuris suteiks jūsų kūnui reikiamos energijos. Geriausia, jei pasirinksite iš pilno grūdo pagamintus dribsnius, o jogurtą naudosite tokį, kuriame yra kuo mažiau cukraus. Jei jaučiate, kad norite šį užkandį pasaldinti, naudokite natūralius saldikius, pavyzdžiui, medų.

MIGDOLAI

Vienas paprasčiausių būdų greitai atgauti jėgas – turėti su savimi maišelį migdolų. Šis užkandis nereikalauja

papildomo pasiruošimo, o energijos suteiks tiek pat, kiek jos galima gauti iš mėsos.

„Migdoluose gausu baltymų, kurie svarbūs sportuojantiems žmonėms, taip pat juose esantis manganas ir varis padeda žmogaus kūno ląstelėms pagaminti daugiau energijos, o B2 vitaminas paskirsto ją po visą kūną“, – sako V. Juodkaziė.

KIETAI VIRTI KIAUŠINIAI

Maisto ekspertės teigimu, kiaušinis yra puikus baltymų, riebalų ir amino rūgščių derinys. Kadangi ne visada yra galimybių išsivirti kiaušinių, viską pasidarykite namuose ir įsimeskite energiją suteikiančių užkandžių į kuprinę, kad galėtumėte jėgas atgauti bet kada, kai to prisireikia.

DARŽOVĖS IR HUMUSAS

Šis riebalų ir skaidulų derinys suteiks jums energijos visai likusiai dienos daliai. Humusas yra labai sveikas užkandis, tačiau turi ir nemažai kalorijų, todėl pritrūkus energijos, valgykite tik ¼ puodelio.

Vilma Juodkaziė pataria prie humuso rinktis tokias daržoves, kurios neleis dehidratuoti – agurkus, ridikėlius, pomidorus ar paprikas.



OBULYS SU ŽEMĖS RIEŠUTŲ SVIESTU

Namų ar biuro šaldytuve visuomet turėkite stiklainį žemės riešutų sviesto, kuris gali praversti, kai pritrūksta energijos. Jėgas atgauti padedančiam užkandžiui papildomai tereikia vieno obuolio, kurį bet kada galite įsimesti į kišenę ar kuprinę.

„Kai jaučiate, kad trūksta energijos, supjaustykite obuolį griežinėliais ir sumaišykite su šaukštu žemės riešutų sviesto. Baltymai suteiks ilgalaikės energijos, o natūraliai iš obuolių gaunamą cukrų kūnas degins lėčiau nei iš parduotuvėje įsigytų užkandžių. O jei neturite obuolio, puikiai vietoj jo galite rinktis bananą“, – sako V. Juodkaziė. ■

Įspėjamieji ženklai

Ar jūsų organizmui trūksta vitaminų arba mineralų?



Vitaminai ir mineralai yra labai svarbūs kiekvienam žmogui: būtent jie užtikrina, kad jaustumėtės gerai, turėtumėte pakankamai energijos ir džiaugtumėtės stipriu imunitetu. Tačiau dėl greito gyvenimo būdo ne visada pavalgome sveikai ar pakankamai.

Kaip sužinoti, kad jums trūksta maistinių medžiagų? Mitybos ekspertė Jenny Tschiesche sako, kad yra šeši įspėjamieji požymiai, kad jūsų organizmui trūksta vitaminų arba mineralų.

IŠLINKĖ NAGAI RODO, KAD JUMS TRŪKSTA GELEŽIES

„Išlinkę nagai yra minkšti ir ploni, o jų forma primena išlinkusį šaukštą, – sako ekspertė. – Galite pastebėti, kad turite vieną ar du tokius nagus, o kartais jie tokie pasidaro visi.“

Ji priduria, kad tokius nagų pakitimus gali lemti įvairios priežastys, tačiau dažniausia jų yra geležies nepakankamumo sukelta anemija, kuomet kraujyje sumažėja raudonųjų kraujo kūnelių lygis.

„Toku atveju, galite pastebėti ir kitus simptomus, įskaitant nuovargį, išblyškusią odą, dusulį ir silpnumą jausmą“, – sako mitybos specialistė, kuri pataria įtarus anemiją kreiptis į šeimos gydytoją.

KRAUJUOJANČIOS DANTENOS RODO, KAD JUMS TRŪKSTA VITAMINŲ C IR K

J. Tschiesche sako, kad vitamino C trūkumas gali pasireikšti kraujuojančiomis dantenomis, nes ši svarbi medžiaga padeda audiniams regeneruotis bei skatina žaizdų gijimo procesą.

Tuo tarpu vitaminas K padeda kraujui krešėti, o nukritęs jo lygis taip pat yra siejamas su dantenų kraujavimu.

„Jeigu jums trūksta vitamino C, taip pat galite jaustis nusilpęs ir irzlus, o kuo didesnis abiejų šių vitaminų trūkumas, tuo didesnę kraujavimą pastebėsite laikui bėgant“, – sako specialistė.

Norėdami padidinti vitaminų C ir K lygius organizme, įtraukite į savo mitybą tamsiai žalios spalvos lapines daržoves, ypač lapinius kopūstus, bei reguliariai valgykite citrusinius vaisius, kivius ir brokolius.

KAULŲ SKAUSMAI RODO, KAD JUMS TRŪKSTA VITAMINO D

Kaulų skausmas yra siejamas su dideliu vitamino D trūkumu, o šios medžiagos trūksta kur kas dažniau nei galėtume manyti. Pavyzdžiui, Jungtinėje Karalystėje vitamino D trūksta penktadaliui suaugusiųjų ir tiek pat vaikų, sako J. Tschiesche.

Laimei, šio vitamino atsargas papildyti gana lengva. „Pagrindiniai vitamino D šaltiniai yra saulės šviesa, riebi žuvis, kiaušiniai ir vitaminais papildyti pusryčių dribsniai bei maisto papildai“, – sako mitybos ekspertė.

MĖŠLUNGIS RODO, KAD JUMS TRŪKSTA MAGNIO, KALCIO, KALIO IR NATRIO

Mitybos ekspertė atskleidžia, kad magnis, kalcis ir kalis palaiko reikiamą raumenų masės augimą, o šių elementų trūkumas gali lemti pėdų, blauzdų ir užpakalinės kojų dalies maudimą bei tirpimą.

„Dehidratacija taip pat gali turėti įtakos kojų mėšlungiui, todėl labai svarbu vartoti pakankamai skysčių ir atstatyti organizme elektrolitus, ypač natrij, po sporto ar daug prakaituojant“, – sako J. Tschiesche.

Ypač aktyviems žmonėms gydytojai gali rekomenduoti papildomai vartoti magnio papildus. Tai padės užtikrinti, kad pasportavus cukraus lygis kraujyje pasiektų raumenis ir padėtų sumažinti natūraliai kylančius uždegiminius procesus.

BURNOS ŽAIZDELĖS RODO, KAD JUMS TRŪKSTA B GRUPĖS VITAMINŲ

Ekspertės teigimu, tokios žaizdelės paprastai atsiranda lūpų kamučiuose ir paprastai rodo, jog jums trūksta B grupės vitaminų, įskaitant vitaminą B3, folio rūgštį (vitaminą B9), bei vitaminą B12.

„Vitaminas B3, dar žinomas kaip niacinas, vaidina svarbų vaidmenį odos sveikatoje, išskiria hormonus, padeda suskaidyti maistą ir stiprina nervų sistemą. Net mažas šio vitamino trūkumas yra siejamas su burnos opomis“, – sako J. Tschiesche.

„Tiek folio rūgštis, tiek vitaminas B12 taip pat yra labai svarbūs kraujo ląstelių gamybos procese, ir jų trūkumas gali padidinti burnos žaizdelių riziką“, – pridūrė ji.

B grupės vitaminai randami pilno grūdo javų produktuose, ankštinėse daržovėse (tokiose kaip avinžirniai ir lęšiai), tamsiai žalios spalvos lapinėse daržovėse ir įvairiuose vaisiuose.

SKONIO PRARADIMAS RODO, KAD JUMS TRŪKSTA VITAMINO B12, CINKO IR FOLIO RŪGŠTIES

Mitybos specialistė atskleidė, kad vitamino B12 trūkumas klinikiniuose tyrimuose buvo susietas ir su folio rūgšties trūkumu, o tai reiškia, kad jeigu jums trūksta vienos iš šių medžiagų, greičiausiai trūks ir kitos.

Vitamino B12 trūkumas gali turėti įtakos skonio pojūčio signalo siuntimui į smegenis, o folio rūgšties trūkumas yra siejamas su šio pojūčio praradimu ir liežuvio spalvos pakitimais.

Tuo tarpu cinkas organizme palaiko kelis svarbius procesus, o jo trūkumas gali lemti apetito ir skonio pojūčio pakitimus. Cinko trūkumas taip pat yra siejamas su nuotaikos pablogėjimu ir irzlumu, ant nagų atsirandančiomis baltomis dėmelėmis ir imuniteto nusilpimu.

Vitamino B12 dažnai pastebimas tarp asmenų, kurie laikosi griežtos veganiškos dietos, kadangi šis vitaminas daugiausiai randamas gyvulinės kilmės baltymų šaltiniuose. ■

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



**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 (rusakalbiamis) / 844-867-7326 (anglakalbiamis).

Greitoji pagalba. Skambinkite visą parą!

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

El.paštas: - scrr7057@gmail.com, Internetinė svetainė: - socialroadtorecovery.com

Premier Dental Center Kastytis Zymantas, DDS

CT scan
NEMOKAMAI
su implantų
konsultacija

- Dantys per vieną dieną
- Protinių dantų traukimas su bendrąja nejautra (sedation)
- Implantai nuo \$1,100
- Karūnėlės nuo \$699
- Įvairios kaulo priauginimo operacijos
- Lazeriu gydoma paradantozė
- Botox \$9 unit, Restylane

PIGIAU
NEBŪNA!

Naujiems pacientams apžiūra, valymas, nuotraukos

TIK \$19.99!

(kaina neturintiems draudimo)

NEMOKAMOS KONSULTACIJOS!

(630)355-3339

kalbame lietuviškai

309 W.Ogden Ave.

Naperville, IL 60563

www.drkaz.com

Žolinė – brandos ir santarvės šventė

Žolinė dviejų švenčių: krikščioniškosios – Švč. Mergelės Marijos ėmimo į dangų – ir pagoniškosios – pirmojo vasaros derliaus gėrybių šventinimo – simbiozė. Pastaroji šventė neabejotinai yra gilesnė, atėjusi iš senovės, iš bendrystės su gamta, tikėjimo jos galiomis ir pastangų atsidėkoti už tai, ką ji subrandino per vasarą. Derliaus šventinimo paprotys byloja apie andainykštės žemės dievybės, Lietuvoje kitados žinomą Žemynos vardu, pagerbimą.

Pasak etnologo, gamtos tyrinėtojo Liberto Klimkos, Žolinė yra dosniosios vasaros šventė, vasarojaus nuėmimo šventė. „Lietuviui javai buvo maisto pagrindas, todėl ši šventė jam tokia svarbi. Dar daug darbų kaimiečiui likdavo po Žolinės – linarovis, bulviakasis, bet didelis dalykas, kad grūdai jau po stogu, kad duonos turės. Grūdus, kurie puokštėje pašventinti, supildavo į aruodus, arba, kaip sako žemaičiai, kad per žiemą pelės jų nesugriaužtų, o suberti į dirvą pavasarį sėkmingai sudygtų.

Pietų Lietuvoje per Žolinę būdavo įprasta į bažnyčią nešti pašventinimui ir išaugintas daržoves – morkas, ropes, kopūstus. Iškiliją šventę dzūkai vadindavo paprastai – Kopūstine. Atėjus krikščionybei, pirmojo derliaus gėrybės šventinti buvo nešamos į bažnyčią, dėkojama Dievui. Neabejotinai savo padėką dosniajai gamtai pagonys taip pat kažkokiais būdais išreikšdavo, bet buvusias tradicijas, atėjusias iš gelmių, galima tik nuspėti, istoriografinių šaltinių nėra“, – sakė etnologas.

Kaip pastebi L.Klimka, daugybė tautinių tradicijų atėjo iš senosios baltų religijos. Kažkada ir Žolinė buvo atnašavimas dievams už derlių, už visas malones. Vėliau tai neteko pirmykščio sakralumo. Nebesakoma, kad aukojama dievams, nors veiksmai susieti su protėvių pagerbimu.

Žolynų puokščių nešimas į bažnyčią labai prasmingas. Į puokštę surenkama visa, ką žmogus augina. Puokštė papuošiama gėlėmis. Gydomųjų galių turinčiomis laukų gėlėmis kartu su darželyje augančiais žiedais. Kaip sako etnologai, idant puokštelė iš javų nebūtų bespalvė. Būta ir kiekvienam kraštui būdingų bruožų. Štai žemaičiai į puokštę dėdavo piktdagį. Ši žolė turėjo įdomią prasmę – pašventinus puokštę, dyglį iš puokštės išimdavo ir pasodindavo lauke šaknimis į viršų. Kodėl? „Ogi tam, kad usnys iš dirvos pranyktų. Mitologai tame mato dviejų dievybių – perkūno ir velino (velnio, velniuko) kovos atgarsių. Lietuvių mitologijoje perkūnas yra vasaros valdovas, o velinas – žiemos valdovas. Velinas turi galią užrakinti žemę ir neišleisti žolės. Tas piktdagio sodinimas šaknimis į viršų reiškia pasipriešinimą piktajai jėgai. Po lygiadienio ir įvyksta ta kova tarp perkūno ir velino. Požymis – pirmosios šalnos. Yra tokia patarlė – po žolynaitės pasirodo ir šalnaitės“, – aiškina L.Klimka.

Po Žolinės diena šuoliais trumpėja. Kaip sakydavo žmonės, „po švento Roko, su vakariene nebėra strioko“. Po šios dienos į valstiečių trobas vėl sugrįždavo dirbtinis apšvietimas – deglas, balana, žibalinė lempa.

Pašventinti augalai lietuviui būdavo labai svarbūs. Sudžiūvusios žolytės buvo laikomos už šventųjų paveikslų arba krikštasuolėje ant lentynėlės. Gaudus paprotys, daugiau paplitęs Žemaitijoje, šventintų žolynų dėjimas į mirusiojo pagalvėlę. Dažniausiai žolynai būdavo naudojami namų smilkymui prieš audrą ar sunkiai susirgus šeimos nariui. Net apsirusius gyvulius tvarte smilkydavo per Žolinę pašventintais žolynais.



Žolinė visais laikais būdavo giminės suėjimai. Kaip teigia etnologas L.Klimka, bendruomeniškumas šiai šventei suteikia išliekamąją vertę. Iš tolimiausių apylinkių į atlaidus sugužėdavo giminės, o po mišių gražioj vietoj ar tai kieno sodyboje susėda visi, pasitėsia staltiesę, ir, išsidėlioję tai, ką dosnioni vasara kam davė, vaišindavosi, pasakojosi, kaip sekėsi vasarą pergyventi. Giminės visus savo reikalus būdavo aptaria ir kartu sprendžia, kuo ir kam padėti. Būdavo sakoma, kas su gimine per Žolinę nesueina, tas visus metus vargs ir kentės.

Kaip jau minėta, Žolinės šventė dar vadinta ne tik Kopūstine, bet ir javapjūtės pabaigtuvėmis, ir bičkopio, ir medasukio, duonos, medaus ir pieno šventė.

Vasaros laikas augina, nokina, brandina, o Žolinės šventė visą derlių sukviečia į gražią šventę, vakarop lengvai pakvimpančią rudeniu. ■

Ketvirtoji valdžia

Almanachas „Žurnalistika“ 2020 (I)



Lietuvos žurnalistų sąjunga ir Nacionalinė žurnalistų kūrėjų asociacija išleido almanachą „Žurnalistika“. Kadangi šiais metais šalyje minimas atkurtos Lietuvos valstybės 30-metis, almanache daug vietos skirta šiai sukakčiai, vertinamas žiniasklaidos vaidmuo ir įtaka valstybės atkūrimo procese; apie pirmojo necenzūrinio spaudos įstatymo gimimą pasakoja Domas Šniukas, recenziją apie šiemet išėjusią Vilniaus universiteto profesoriaus Andriaus Vaišnio monografiją „Žurnalistikos potvynis. Lietuvos žiniasklaidos sistemos kaita 1986-1990“ pateikia Vytauto Didžiojo universiteto profesorė Kristina Juraitė.

Naujienu agentūra ELTA šiemet mini 100 metų sukaktį. Apie dieną naktį agentūroje taukšėjusius teletaipus, ELTOS steigėją ir pirmąjį agentūros direktorių Juozą Eretą rašo žurnalistas Vytautas Žeimantas. Pasak ELTOS vyriausiosios redaktorės Eleonoros Budzinauskienės, dabar ELTOS fotobanke yra daugiau kaip pusantro milijono archyvinių nuotraukų iš Lietuvos ir pasaulio.

„Karantino sąlygomis kaip aidas iš kito, buvusio, pasaulio atrodo vasario mėnesį tarptautinėje konferencijoje Taline išsakytos kolegų iš įvairių šalių mintys apie žurnalistikos dabartį ir ateitį. Apie klasikinės žurnalistikos išlikimą, žurnalistų saugumą ir perspektyvas. Virusas atsitraukia, o žurnalistikos stiprinimo aktualijos išlieka, jos niekur nedingo“, – rašo vyriausioji almanacho redaktorė Jolanta Beniušytė, vasario 10 d. su Lietuvos žurnalistų sąjungos pirmininku Dainiumi Radzevičiumi dalyvavę Taline vykusioje tarptautinėje žurnalistų konferencijoje. J. Beniušytės straipsnis „Europos žurnalistika – koks kelialapis į šviesią ateitį?“ – apie šią konferenciją.



Juliaus Vėtros feljetoną „Intelektu ugdytas COVID-19 sąlygomis“ iliustravo dailininkas Kazys Kęstutis Šiaulytis. Tai sugrąžinta humoro rubrika.

Almanacho viršelyje – Vitalija. Išėjusio menininko Tado Kazakevičiaus žmona. Nuotrauka iš serijos „Tarp Dviejų Krantų“, kuri pelnė prizinę vietą 2020 m. Pasaulio spaudos fotografijos konkurso (World Press Photo) portretinių fotografijų kategorijoje. ■

Loreta Nikolenkienė, Lietuvos žurnalistų sąjungos narė

Užpildykite 2020 m. surašymo formą šiandien.

Per 2020 m. surašymą bus suskaičiuoti visi JAV gyventojai. Dalyvaukite gyventojų surašyme jau šiandien, kad nurodytumėte, kur ateinančius dešimt metų galėtų keliauti kasmet skiriami milijardai dolerių, skirti ligoninėms, skubios pagalbos tarnyboms ir švietimui. **Dalyvaukite gyventojų surašyme internetu arba paštu. Daugiau sužinosite svetainėje 2020census.gov/lt.**

2020CENSUS.GOV/lt

Apmokėjo JAV gyventojų surašymo biuras.

Shape
your future
START HERE >

United States®
Census
2020

Svajonių komandoje

Jasikevičius – geriausių pastarojo dvidešimtmečio Europos krepšininkų penketuke

Šarūnas Jasikevičius – vienas geriausių pastarojo dvidešimtmečio Europos krepšininkų. Tokios nuomonės laikosi FIBA apklausoje balsą atidavę krepšinio aistruoliai.

FIBA surengė apklausą, kurioje buvo renkamas geriausias pastarųjų 20 metų startinis penketas, sudarytas tik iš europiečių krepšininkų.

Savo pavardę tarp penkių žaidėjų išvydo ir Š. Jasikevičius, sulaukęs daugiausiai balsų iš visų įžaidėjų.

Kartu su juo penketuke rikiuojasi Vassilis Spanoulis, Dimitris Diamantidis, Dirkas Nowitzkis bei Pau Gasolis.

Iš viso FIBA balsavime buvo galima rinktis iš 80 krepšininkų.

Šarūnas Jasikevičius atstovaudamas Lietuvos rinktinei 2003-aisiais tapo Europos čempionu, o 2000-ųjų olimpinėje žaidynėse iškovojo bronzą.

Per savo karjerą Š. Jasikevičiui taip pat pavyko nuskinti keturis Eurolygos titulus. ■



Artūras Jomantas, Valdemaras Chomičius ir Steponas Babrauskas

Iš krepšinio – į politinę aikštelę

Žinomi LKL krepšininkai dalyvaus Seimo rinkimuose

Rudenį vyksiančiuose Lietuvos Respublikos Seimo rinkimuose pažįstamų pavardžių ras ir krepšinio mėgėjai – savo laimę politinėje arenoje su partija „Lietuva – visų“ bandys ne vienas žinomas LKL krepšininkas.

Kaip buvo pranešama jau anksčiau, nauja partija įkurta nebuvo, o „Lietuva – visų“ atsirado Emigrantų partijai pakeitus pavadinimą, jai šiuo metu vadovauja krepšinio treneris, verslininkas Tomas Pačėsas.

Pranešama, kad paskui jį į Seimą patekti bandys ir keli žinomi LKL krepšininkai, tarp kurių – Artūras Jomantas, Steponas

Babrauskas, taip pat – legendinis Lietuvos krepšininkas, praėjusiam sezone dirbęs Alytaus „Dzūkijos“ treneriu Valdemaras Chomičius.

Teigiama, kad pirmieji du krepšininkai laimė bandys vienamandatėse apygardose Vilniuje, tuo tarpu V. Chomičius Kaune iššūkį Centro-Žaliakalnio apygardoje mes Tėvynės Sąjungos – Lietuvos krikščionių demokratų partijos lyderiui Gabrieliui Landsbergiui. A. Jomantas praėjusį sezoną rungtyniavo Alytaus „Dzūkijoje“, tuo tarpu S. Babrauskas žaidė Italijoje. ■



Daugiau žalos nei naudos?

Mokslininkai išbandė 14 kaukių efektyvumą

„Mes naudojame juodą dėžutę, lazerį ir kamerą“, – CNN sakė vienas iš tyrimo autorių Martinas Fisheris. „Lazerio spindulys išplečiamas vertikaliai, kad sudarytų ploną šviesos ruožą, kuriuo mes šviečiame pro dėžutės kairėje ir dešinėje pusėje esančius plyšius.“

Dėžutės priekyje yra skylė, per kurią žmogus turėtų kalbėti. Telefono kamera yra įtaisyta dėžutės gale ir įrašinėja šviesą, kurią visomis kryptimis išsklaido kvėpavimo takų lašeliai – kai žmogus kalba, jie kerta lazerio spindulį.

Paprastas kompiuterio algoritmas tuomet apskaičiuoja, kiek lašelių išsiskiria.

KAI KURIOS KAUKĖS NETURI JOKIOS NAUDOS

Sveikatos priežiūros specialistai praleido mėnesių mėnesius akcentuodami, kad kaukės yra vienas iš efektyviausių pandemijos valdymo ginklų. Dauguma šalių turi tam tikrus reikalavimus kaukių dėvėjimui.

Tačiau analizuodami kaukių efektyvumą, mokslininkai pastebėjo, kad kai kurios kaukės yra bevertės.

Tyrėjai išbandė 14 dažniausiai naudojamų kaukių, įskaitant ir geriausiai vertinamas N95 kaukes, dažniausiai naudojamas sveikatos apsaugos darbuotojų. Pirmiausia testas buvo atliekamas nedėvint kaukės, o vėliau su. Kiekvieną kaukę mokslininkai išbandė 10 kartų.

Veiksmingiausia kaukė buvo N95. Trijų sluoksnių chirurginės bei medvilnės kaukės, kurias nemažai žmonių pasidaro patys namuose, taip pat pasirodė neblogai.

Kaklo movos, kurias dažnai naudoja bėgikai, pasirodė esančios mažiausiai veiksmingos. Tiesą sakant, paaiškėjo, kad šios kaukės netgi padidino išskiriamų lašelių kiekį, nes medžiaga didesnius lašelius suskaido į mažesnius, nesunkiai pasklindančius ore.

Sulankstytos skarelės ir megztos kaukės taip pat pasirodė prastai ir nesuteikė pakankamos apsaugos.

„Mes nepaprastai nustebome, kai išsiaiškinome, kad dalelių kiekis dėvint kaklo movą, iš tikrųjų viršijo kiekį, išsiskiriantį kaukės nedėvint. Norime pabrėžti, kad tikrai skatiname žmones dėvėti kaukes, tačiau norime, kad jie dėvėtų tas, kurios tikrai veiksmingos“, – CNN sakė M. Fisheris.

Nors kaukės efektyvumo patikrinimo metodas yra gana paprastas, mokslininkai ragina jo nebandyti namuose, nebent yra puikiai susipažinę su lazerio technologijos saugiu naudojimu. Netinkamai naudojant lazerį galima sukelti negrįžtamą žalą regėjimui.

Visgi, mokslininkai tikisi, kad ir kitos kompanijos, tyrimų centrai prisidės testuojant, kurios kaukės yra veiksmingiausios. Tai padės žmonėms geriau suprasti, kokius produktus rinktis, kad apsauga būtų pati geriausia. ■

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



Kokias didžiausias atakas pasaulis patyrė šiemet?

Šiemet pasaulį purto ne tik koronaviruso pandemija ar masiniai nesutarimai, bet ir pavojingos programišių atakos. Jų taikinyje ir didžiausios pasaulio bendrovės – „Twitter“, „Garmin“, „Zoom“ – ir net valstybių vyriausybės bei nepelno siekiančios organizacijos. Kas leido programišiams sėkmingai įgyvendinti savo tikslus ir kokią įtaką pasauliui turėjo didžiausios šių metų kibernetinės atakos.

Jau kurį laiką matoma aiški tendencija, kad užpuolikų atakos persikelia į kibernetinę erdvę ir jų metu kėsiniama ne tiesiai į pinigus bankuose ar saugyklose, bet į privačią informaciją ir duomenis. Kai programišiai turi prieigą prie tokių duomenų, tuomet gali tiesiog reikalauti piniginių išpirkos arba pinigų išgauti kitais neteisėtais būdais, pavyzdžiui, neteisėtai naudojant kito asmens atvaizdą ar asmeninę informaciją. Todėl labai svarbu pažinti tokių atakų tendencijas, kad nuo kibernetinių grėsmių galėtume apsisaugoti ir patys – kai kurios atakos buvo „sėkmingos“ tik todėl, kad atsakingi žmonės nesilaikė saugumo reikalavimų“, – sako technologijų ekspertė Agnė Adomaitytė ir plačiau pasakoja apie didžiausias šių metų kibernetinius išpuolius.

„GARMIN“ ATAKA: ANT KORTOS – 10 MLN. JAV DOLERIŲ

Naujausia didelio masto programišių ataka buvo surengta prieš keletą savaičių, kėsinianti į JAV bendrovę „Garmin“. Kompanija yra viena stambiausių palydovinės navigacijos įrangos gamintojų pasaulyje, tad dėl atakos neveikė daugelis „Garmin“ teikiamų paslaugų, o navigacijos įrenginių naudotojai negalėjo atsisiųsti programų atnaujinimų.

„Kompanija socialiniame tinkle „Twitter“ liepos 23 d. pranešė apie sutrikusį bendrovės klientų aptarnavimo centrų darbą bei programos „Garmin Connect“ problemas. Pastaroji leidžia rinkti duomenimis apie vartotojų treniruotes ir kitą sportinę veiklą, kuria užsiimant naudojamas bendrovės sukurtas išmanusis laikrodis ar kiti nešiojami įrenginiai. Tad pasikėsinimo metu grėsmė galėjo iškilti ne tik kompanijai, bet ir jos produktus naudojančių vartotojų duomenims“, – sako A. Adomaitytė.

Nors bendrovė pripažino, kad tapo kibernetinės atakos taikiniu, taip pat oficialiai pranešė, kad vartotojai nenukentėjo ir jų duomenys buvo saugūs, o „Garmin“ produktų funkcionalumai nesutriko. Kompanijos teigimu, tai padaryti pavyko todėl, kad į grėsmes buvo sureaguota laiku, o naudotos apsaugos priemonės buvo tinkamos.

„Išpuolio prieš „Garmin“ metu naudotas programišių grupuotės „Evil Corp“ sukurtas virusas „WastedLocker“. Bendrovė oficialiai neskelbia, jog atgauti sistemų valdymą galėjo tik sumokėję išpirką programišiams. Vis tik būtent tokie bendrovės darbuotojų pranešimai pasirodė socialinėje erdvėje. Portalas „BleepingComputer“ skelbė, kad programišiai už priegios grąžinimą pareikalavo 10 mln. JAV dolerių išpirkos. Kompanijos atstovai patikino, kad pakomentuoti kalbų apie išpirkos sumokėjimą negali, tačiau užtikrino, kad jokių finansinių nuostolių dėl patirtos kibernetinės atakos nepatirs“, – pasakoja A. Adomaitytė.

„TWITTER“ PASKYRŲ NULAUŽIMAS IR PASKLEISTA MASINĖ ŽINUTĖ APIE KRIPTOVAIUTAS

Šių metų liepos 15 d. socialinį tinkle „Twitter“ apskriejo žinutės, kad vieni garsiausių šios platformos ir viso pasaulio žmonių padovanos dvigubai daugiau „Bitcoin“ kriptovaliutų, nei jų bus pervesta į nurodytą sąskaita. Tiesa, greitai paaiškėjo, kad žinutės yra kibernetinės atakos dalis.



„Visi toliau nurodytu adresu atsiųsti bitkoinai bus grąžinti dvigubai. Jei atsiųsite 1000 JAV dolerių, aš grąžinsiu 2000 JAV dolerių. Darau tai tik 30 minučių“, – štai tokia žinutė neva pasidalino milijardierius ir „Microsoft“ įkūrėjas Billas Gatesas, „Amazon“ generalinis direktorius Jeff Bezos, reperis Kanye West ir net demokratų kandidatas į JAV prezidentus Joe Bidenas. Nepaisant to, kad žinutės buvo visiškai neįtikėtinos ir kėlė tiek įtarimų, atsirado žmonių, kurie pervėdė virtualius pinigus į nurodytas sąskaitas.

„Panašu, kad kai kurie „Twitter“ vartotojai „užkibo“ už šios apgaulės ir į nurodytas sąskaitas iš tiesų pervėdė pinigų, tikėdamiesi atgauti dvigubai didesnę sumą. Per kelias valandas nuo žinučių paskelbimo, apgaulingose sąskaitose jau atsirado maždaug 100 000 JAV dolerių vertės bitkoinų. Tai dar kartą parodo, kad net sunkiai įtikimi programišių scenarijai suveikia ir gali sukelti daug žalos interneto vartotojams“, – sako A. Adomaitytė.

Netikėta, kad galimai šį nusikaltimą atliko ne elitinės programišių grupuotės, o paprastas paauglys iš Floridos. Panašu, kad šis vaikas telefoninio skambučio metu įtikino „Twitter“ darbuotoją, kad ir pats dirba šioje kompanijoje ir taip sugebėjo gauti reikalingą prieigą prie socialinio tinklo valdymo.

„Tai ir buvo esminis žingsnis, galiausiai suteikęs 17 metų paaugliui prieigą prie daugybės „Twitter“ paskyrų. G. Clark apeidavo dviejų veiksnių autentifikavimą ir pasiekdavo vidinį „Twitter“ administravimo įrankį, kuris jau leido visiškai lengvai perimti bet kurią paskyrą. Neįtikėtina, kad šioje situacijoje esminės priegios programišiams nereikėjo vogti ar reikalauti, tereikėjo tik paprašyti. Panašiu principu veikia ir apgaulės programėlės (angl. rogue apps), kur reikalingą prieigą programišiams suteikia pats vartotojas“, – pasakoja A. Adomaitytė.

„ZOOM“ SĖKMĖ PATRAUKĖ PROGRAMIŠIŲ AKĮ

Karantino metu „Zoom“ patyrė neįtikėtiną populiarumo šuolį. Praėjusių metų pabaigoje programa sulaukdavo iki 10 milijonų vartotojų kasdien, o dabar šis skaičius išaugo iki 300 milijonų, teigė Ericas S. Youngas, „Zoom“ kompanijos vadovas ir įkūrėjas. Jo teigimu, būtent tai ir sukėlė programos saugumo problemas – „Zoom“ buvo sukurta ir pritaikyta verslo poreikiams patenkinti, o karantino metu ją pradėjus naudoti viso pasaulio mokykloms ar pramogų atstovams, iškilė techninių nesklaidumų, apie kuriuos kompanija net negalėjo pagalvoti.

„Karantino metu, balandžio mėnesį, pasaulį apskriejo žinia, kad pavogti 500 000 „Zoom“ vartotojų paskyrų prisijungimų. Dar daugiau, jais iš karto pradėta prekiauti juodojoje rinkoje už juokingą sumą – kai kurie jų buvo parduoti už mažiau nei vieną JAV dolerio centą, o kartais net ir atiduoti nemokamai“, – prisimena A. Adomaitytė.

Tuo pat metu „Zoom“ sulaukė kaltinimų dėl duomenų nutekinimo ir netinkamo vartotojų pokalbių kambarių šifravimo,

kuris buvo nepakankamas, kad programišiai negalėtų pavogti šios informacijos. Sulauksi stiprios kritikos, kompanija ėmėsi spręsti saugumo problemas, tobulindama programą.

„Buvo išleista naujoji programos versija „Zoom 5.0“, kurioje naudojamas naujas informacijos šifravimo standartas, skambučių informaciją koduojantis išmaniau ir taip paverčiantis ją atsparesne vagystėms ir kitoms atakoms. Pasaulinio lygio ekspertai teigė, kad toks sprendimas buvo neįtikėtina reikšmingas technologine prasme. Tai tas pats, lyg telefonų gamintojai peršoktų dvi išmaniojo telefono kartas ir po, pavyzdžiui, „iPhone 8“ iš karto pristatytų „iPhone 11“, – pasakoja A. Adomaitytė.

Be šifravimo standarto atnaujinimo, „Zoom“ vartotojams suteikė galimybę pasirinkti, per kuriuos regionus duomenims keliauti nebus leidžiama. Taip pat kiek atnaujinti ir programos saugumo funkcionalumai. Visus saugumo ir privatumo nustatymus vartotojai dabar ras vienoje vietoje, o skambučiai ir virtualūs susitikimų kambariai bus automatiškai apsaugoti slaptažodžiu.

IŠPUOLIAI RENGiami IR PRIEŠ VALSTYBES

Neeilinės COVID-19 krizės metu atakų aukomis tako ne tik žinomi prekės ženklai, bet net ir valstybės – jų vyriausybės, tarptautinės ar nepelno siekiančios organizacijos, kovojančios su koronavirusu.

Kovo viduryje Čekijoje buvo sutrikdyta Brno universitetinės ligoninės, turinčios didžiausius šalyje pajėgumus tirti koronavirusą, veikla. Ligoninė buvo priversta atšaukti operacijas ir perkelti kai kuriuos ligonius į kitas įstaigas. O gegužės pradžioje JAV ir Didžioji Britanija išplatino bendrą perspėjimą, kad suintensyvėjo su valstybėmis siejamų kibernetinių nusikaltėlių grupuočių veikla. Abi valstybės tyrė užfiksuotus incidentus, kurių metu bandyta įsilaužti į sveikatos apsaugos institucijas ir perimti su COVID-19 virusu susijusią informaciją.

„Kovoti ne tik su pandemijos, bet ir šių atakų padariniais ėmėsi verslo bendruomenė. Pavyzdžiui, „Microsoft“ nepelno siekiančioms organizacijoms suteikė nemokamą prieigą prie skaitmeninio įrankio, įspėjančio apie tokio tipo atakas, rengė nuotolinius skaitmeninio švietimo kursus“, – pasakoja A. Adomaitytė.

Kibernetinė ataka prieš valstybę įvyko ir praėjusį mėnesį – Izraelio kibernetinio saugumo direktorato vadovas Yigalal Unna pranešė, kad ataka buvo nutaikyta į Izraelio vandens tinklus.

„Tai turbūt pirmasis atvejis, kai kibernetine ataka bandyta dideliu mastu paveikti ne verslo procesus, viešąją erdvę, o kasdienį civilinį gyvenimą. Išpuoliu bandyta pakeisti vandens ir jo valymo metu naudojamų cheminių elementų santykį, todėl sėkmės atveju galėjo būti ne tik sutrikdyta vandens tiekimo veikla, bet ir kilti grėsmė žmonių sveikatai ar net gyvybei“, – pasakoja A. Adomaitytė. ■

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

SERVISAS 7D/24 VAL





Albina Van Maer
Broker/Owner
Bluebird Realty, Inc.

Nemokamos paslaugos pirkėjams

Gyvenamo nekilnojamojo turto pardavimas ir nuoma
Investicijos ir nekilnojamojo 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

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 pompas
- 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 sutuoktiniams gyvenant JAV)
- JAV skyrybų ir santuokų įforminimas Lietuvoje

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

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

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
- Priešvedybines sutartis

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, Suite 300
(630) 780-1044
Čikagos ofisas: Naperville, IL 60563
(312) 523-2027
www.kjwaynelaw.com

10 YEARS ANNIVERSARY 2009 - 2019

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

KOMPAINIŲ STEIGIMAS
MOKESČIŲ MOKĖTOJO NR. KOMPANIJOMS (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

Dental Insurance

Get the dental care you deserve with dental insurance from Physicians Mutual Insurance Company. It can help cover the services you're most likely to use -



- ◆ Preventive care starts right away
- ◆ Helps cover over 350 services
- ◆ Go to any dentist you want - but save more with one in our network
- ◆ No deductible, no annual maximum

Call now to get this **FREE** Information Kit!

1-866-761-0694
dental50plus.com/7days



Product not available in all states. Includes the Participating Providers and Preventive Benefits Rider. Acceptance guaranteed for one insurance policy/certificate of this type. Contact us for complete details about this insurance selection. This specific offer is not available in CO, NY, call 1-888-799-4433 or respond for similar offer. Certificate C2504 (ID: C250E; RA: C250G) Insurance Policy P50 (GA: P50GA; NY: P50NY; OK: P50OK; TN: P50TN). Rider with 8435/8439 6/54-0/20



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 gultis į lignonę - namo galite eiti netrukus po procedūros

NUO KO PRADĖTI?

Susitarkite dėl konsultacijos, kurios metu aptarsime jūsų KMI, procedūros tinkamumą jums bei jūsų lūkesčius. Susisiekiate 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

Puikus aptarnavimas



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



Vilma

INSURANCE AND FINANCIAL

ĮVAIRIŲ RŪŠIŲ DRAUDIMAI



Virginija

Notarinės paslaugos - NEMOKAMAI



708-433-7777

Medicinos centrai



28-erių metų darbo Amerikoje patirtis



Gydytojas podiatras **ANATOLIJUS SPICAS**

Vaikų ir suaugusiųjų pėdų ir kulkšnių ligų gydymo specialistas

- ✓ VAIKŲ IR SUAUGUSIŲJŲ PLOKŠČIAPĖDYSTĖ
- ✓ KARPŲ ŠALINIMAS
- ✓ INDIVIDUALŪS VIDPADŽIAI AVALYNEI
- ✓ TRAUMOS, IŠNIRIMAI, LŪŽIAI
- ✓ KULNO SKAUSMAI
- ✓ LAUGUSIŲ NAGŲ IR NUOSPAUDŲ ŠALINIMAS

✓ UNIKALIOS MINIMALIAI INVAZINĖS PROCEDŪROS

- BURSŲ (*BUNIONS*) ŠALINIMAS
- KOJŲ PIRŠTŲ DEFORMACIJŲ (*HAMMER TOE*) TAISYMAS
- UŽKULNIŲ PENTINŲ (*HEEL SPUR*) ŠALINIMAS
- ČIURNOS TUNELINIO NERVO (*TARSAL TUNNEL SYNDROME*)
- IR NEUROMOS GYDYMAS
- PLOKŠČIAPĖDYSTĖS KOREKCIJA MINIMALIAI INVAZINIŲ METODŲ HYPROCURE VAIKAMS IR SUAUGUSIEMS



Prieš Po

Į darbą grįžti galite jau kitą dieną!

Procedūros atliekamos klinikoje (be matomų randų) su vietine nejautra. Greita rehabilitacija.

• RENTGENAS • DIAGNOSTIKA ULTRAGARSU • FIZIOTERAPIJA

847-465-9311 505 N. WOLF RD., WHEELING

Priimame visus svarbiausius medicinos draudimus ir MediCare

Free consultation



Prieš

Po

Specialus pasiūlymas nagų grybelio gydymui lazerio pagalba

3 lazerio procedūros tik **\$425**

GRAŽESNĖ NAGŲ IŠVAIZDA SU KERYFLEX

KERYflex

Jei jus vargina kulno skausmai, plokščiapėdytė, pėdų kauliukai, iškrepti pirštai, kelių, dubens ar stuburo skausmai, jie savaime nepranyks.



Prieš



Po

ŠIAS PROBLEMAS IŠSPRĘSTI GALI PAPRASTA PROCEDŪRA

HYPROCURE

www.advancedfootcareil.com

Gilvydis Vein Clinic

GENEVA • SYCAMORE



SKAMBINKITE 815-981-4742

SKAMBINKITE IR REGISTRUOKITĖS

Nereikia siuntimo. Priimame daugumą draudimų ir Medicare.

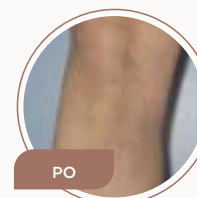
SVARBIAUSIA – JŪS

Šią vasarą pasirūpinkite savo sveikata

Po sudėtingų pastarųjų mėnesių pasirūpinti savimi yra tiesiog būtina. Atėjusi vasara ir daugiau veiklos lauke yra puiki proga skirti dėmesio venų sveikatai. Jei jums nerimą kelia įsisenėję ar nauji varikozės ir kraujagyslių voratinklio simptomai, įskaitant skausmą ir nuovargį, nedvejodami apsilankykite Givvydis Vein Clinic.



PRIEŠ



PO



Rimas Gilvydis, MD
Kalbame lietuviškai

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



10 klasika tapusių knygų, kurias turi perskaityti kiekvienas vaikas

Vasara – puikus metas skaityti, o ypač prisiminti klasika tapusias knygas, kuriomis mėgavosi jau ne viena vaikų karta. „Vilniaus galerija“, remdamasi užsienio spauda ir įvairių portalų įvertinimais, sudarė vaikiškų leidinių, kuriuos verta perskaityti kiekvienam vaikui, sąrašą. Skaitykite kartu su vaikais!

10. Roaldas Dahlis, „Čarlis ir šokolado fabrikas“. Ko gero, tai viena tų Roaldo Dahlio knygų, kuri itin sužadina vaikišką vaizduotę. Gal pati knygos istorija po kelerių metų ir išblės-ta, bet kiekvienas skaitytojas be didelio vargo tikrai prisimins pakvaišusį Vilį Vonką, keisčiausius saldinius ir, žinoma, šokolado karalystę! Iš neturtingos šeimos kilęs Čarlis, dievinantis šokoladą, netikėtai laimi bilietą į stebuklingą šokolado fabriką, kur ir prasideda berniuko bei kitų bilietus laimė-jusių vaikų nuotyčiai. Tai ir pamokoma, ir be galo smagi, ir labai vaizdinga knyga.

9. Aleksanderis A. Milnas, „Pūkuotuko pasaulis“. Tai – lengva, jauniausiems skaitytojams patraukli istorija, kurią jau gebantys skaityti vaikai su malonumu sudoros patys, o mažesnieji mielai pasiklausys skaitomos artimųjų. Visiems puikiai žinomas meškiukas Mikė Pūkuotukas knygoje patiria įvairiausių nuotykių, draugauja su miško žvėrimis, pažįs-ta gamtą ir moko vaikus gerumo bei paprastumo.

8. J. K. Rowling, „Hario Poterio“ knygų serija. J. K. Rowling sukurtos legendinės Hario Poterio istorijos tikriausiai nė ne-reikia pristatyti – kone visi pasaulio vaikai yra girdėję apie šį burtininką ir paslaptingą magijos pasaulį, kuriame jis gyve-na. Kodėl vaikams verta perskaityti šią knygą? Visų pirma, patraukia kalba parašytas kūrinys, kuriame nestinga įtam-pos ir nuotykių, gali padėti pamilti knygas. Antra, spalvingų ir išsiskiriančių veikėjų kupina knyga moko tolerancijos, fan-tazijos, draugystės, žmogiškų vertybių.

7. E. B. White, „Šarlotės voratinklis“. „Jei būčiau paprašy-ta sudėti vieną knygą į kosmoso kapsulę, kuri siunčiama į to-limą galaktiką, pasiųščiau E. B. White šedevrą apie draugystę, praradimą, nuolankumą ir mirtingumą“, – apie knygą atsilie-pia Amerikos literatūros kritikė Maureen Corrigan. Iš tiesų, „Šarlotės voratinklis“ yra knyga, kurią vienabalsiai reko-menduoja žymiausi pasaulio rašytojai, kritikai ir literatūros

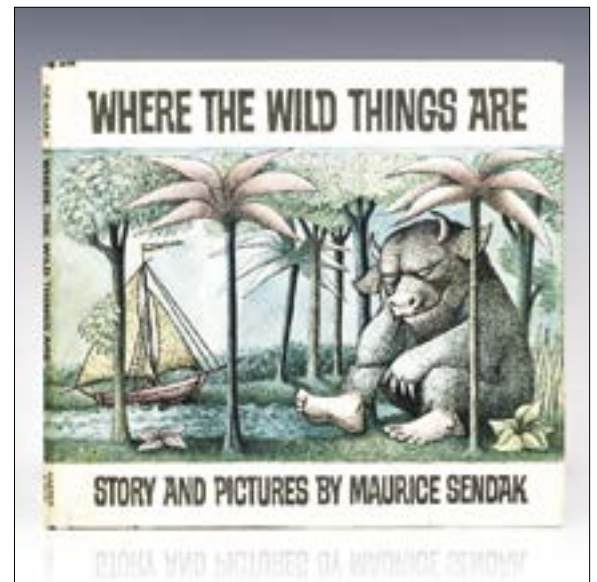
apžvalgininkai. Istorija pasakoja apie narsios mergaitės Fernės išgelbėtą paršelį, netikėtai šilumą ir draugystę atradusį vo-riukės Šarlotės draugijoje. Tai graži, jautri ir daugybę gyve-nimo pamokų pažerianti knyga, rekomenduojama vaikams nuo 7 metų.

6. Philipas Pullmanas, „Šiaurės pašvaistė“. Pirmoji trilo-gijos dalis nukels skaitytojus į paslaptingą ir magijos kupiną pasaulį, kuriame dedasi keisti dalykai. Čia gyvena šarvuotos meškos, žmogaus sielos turi paslaptingą pavidalą ir egzis-tuoja mistiškos būtybės. Tokiame pasaulyje gyvena vienuo-likmetė Laira, kuri, dingus jos draugui, išsiruošia į nuotykių ir sunkumų pilną kelionę. 1995 metais Philipo Pullmano išleis-ta knyga yra originalus, stiprus ir vaizdingas kūrinys, vadina-mas viena svarbiausių XX a. vaikų literatūros klasikos istori-jų. Rekomenduojama vyresniems vaikams nuo 11–12 metų.

5. Astrida Lindgren, „Pepė Ilgakojinė“. Tikriausiai šis sąrašas neįsivaizduojamas ir be rašytojos Astridos Lindgren knygu, o ypač be žymiosios raudonplaukės Pepės – žaismingos ir ne-nuspėjamos mergaitės, išsiskiriančios savo požiūriu ir nebi-jančios pakovoti už savo tiesas. Pakvaišę nuotyčiai, draugystė ir nerūpestinga vaikystė – visa tai ir dar daugiau skaitytojai ras knygelėje „Pepė Ilgakojinė“, kuri rekomenduojama vai-kams nuo 7–8 metų.

4. Antoine de Saint-Exupery, „Mažasis princas“. 1943 metais išleista knyga jau išversta į daugiau nei į 250 kalbų ir yra vienas geriausių visų laikų parduodamų leidinių. Šią ale-gorinę pasaką verta perskaityti tiek vaikams, tiek suaugusie-siems – išminties kupina knyga padės suvokti, kokie dalykai gyvenime svarbiausi, kaip elgtis su draugais ir kaip mylėti su-pantį pasaulį. Verta pasigrožėti ir paties St. Exupery kurtomis iliustracijomis. Perskaičius kūrinį galima pasižiūrėti ne vieną istorijos įkvėptą kino juostą bei animacinį filmą.

3. Louisa May Alcott, „Mažosios moterys“. Istorijos centre – keturios seserys: Megė, Džo, Betė ir Eimi, gyvenančios nepa-siturinčioje šeimoje ir privalančios išmokti džiaugtis kasdie-niais dalykais. Šokiai, mažytės pramogos ir nuotyčiai, meilė, santykiai su mama bei tarpusavyje jas užaugina iki „mažų-jų moterų“. Mergaitės, o ypač veikeja Džo, gali tapti puikiu



Kur gyvena pabaisos“ pirmasis leidimas

pavyzdžiu, kaip siekti savo svajonių, rūpintis kitais ir atleisti. 1868 metais Louisos May Alcott išleistą knygą iškart pami-lo skaitytojai, populiarį ji išlieka ir iki šių dienų. Perskaičius knygą galima padiskutuoti apie moterų vaidmenis šiandien ir ankstesniais laikais, brolių-seserų-tėvų santykį ir mokėjimą džiaugtis mažais dalykais.

2. Lewis Carroll, „Alisa stebuklų šalyje“. Tai – pasakojimas apie jauną mergaitę, vardu Alisa, kuri per triušio urvą paten-ka į požeminį stebuklų pasaulį su fantastiškais būtybėmis. Šiandien apie anglų rašytojo Lewiso Carrollo vaizduotėje gi-musį kūrinį galima rasti įvairių interpretacijų, tačiau aišku yra viena – knyga jau daugiau nei 150 metų yra viena nuosta-biausių istorijų, įkvėpusių ne vieną literatūros kūrinį, pasiro-dymą, kino juostą ar animacinį filmą.

1. Maurice Sendakas, „Kur gyvena pabaisos“. „Kur gyve-na pabaisos“ – ne vieną apdovanojimą (pvz., Vaikų literatūros Nobelio vadinamą Hanso Christiano Anderseno premiją) su-sižlavęs kūrinys, kerintis tiek istorija, tiek turtingomis iliustra-cijomis. Šią knygą, dalyvaudami tradiciniuose Velykų skaity-muose vaikams, skaitė ir JAV prezidentas Barackas Obama su žmona Michelle Obama. Istorija sukasi apie berniuką Mak-są, kuris už savo elgesį pasiunčiamas miegoti be vakarienės. Netrukus kambaryje ima dėtis neįtikėtini dalykai, ir berni-ukas pradeda pažinti su įvairiausiomis būtybėmis. Visgi ilgai-niui jį aplanko ir namų bei šeimos ilgesys... ■



Galbūt jums visuomet knietėjo domėtis saviugda, tačiau neradote tam pakankamai laiko? Įsigykite, pasiskolinkite, pa-siimkite iš bibliotekos saviugdą knygų. Gal jums maloniausia narplioti detektyvines istorijas su intrigos prieskoniu? Pirmyn!

Trečiasis ir paskutinis žingsnis – susiraskite, su kuo padisku-tuoti apie tai, ką perskaitote. Tai nebūtinai turi būti prieš tai minėtas terapeutas. Tai gali būti geriausias draugas, mama ar mokytojas. Įvertinti tai, ką perskaitėte, svarbus žingsnis knygų terapijos kelyje. Taigi paverskite biblioterapiją nuotykiu, kuris keltų iššūkių ir skatintų kasdien įveikti po dar vieną puslapį. ■

Pagalba iš puslapių

Knygų terapija: kodėl verta išbandyti?

Tikriausiai daugelis sutiksime, kad knygos nukelia į kitą pa-saulį – į kitokią istoriją, kuri padeda atitrūkti nuo mūsų pa-čių rūpesčių, liūdesio ar negatyvo. Nors dažniausiai sako-ma, kad pabėgti nuo neigiamų minčių padeda sportas ar kita mėgstama veikla, vis dėlto į šį sąrašą vertėtų įtraukti ir knygų skaitymą. Biblioterapija – tai terapijos būdas, kuomet skaitant keliamos savęs pažinimo dilemos ir ieškoma giliau-sių bei prasmingiausių atsakymų.

Skaitymas padeda užsimiršti. Pasiimkite romaną, bulva-rinį leidinį ar verslo naujienų laikraštį. Nuoširdžiai gilinkimės į kiekvieną perskaitomą sakinį ar puslapį. Jei bent kelias mi-nutes save versite skaityti to nenorėdami, vis dėlto po kelių minučių „persilaušite“ ir galiausiai pavyks įsijausti bei susi-domėti. Nesvarbu, darysite tai vidurnaktį ar tiesiog važiuo-dami troleibusu. Tos akimirkos skaitant suteiks laisvės pojūtį. Tai bus pabėgimas nuo įtampos, nepadarytų darbų, nerimą keliančių minčių ir gal net skaudžios klaidos, padarytos ši-andien, vakar ar prieš kelerius metus.

Kuo knygų terapija skiriasi nuo paprasto skaitymo? Biblioterapija įprastai yra bendradarbiavimas su terapeutu ir knyga. Tačiau retas kuris eina pas terapeutą skaityti knygos, tad visa tai atlieka namuose vienas. Tokiais atvejais žmogus skaito individualiai rekomenduotą ar paties surastą knygą, viską apmąsto vienas, atlieka joje pateiktas užduotis.

Na, o koks yra įprastas skaitymas? Iš tiesų, įprastu galime laikyti bet kokią skaitymą, kuris nereikalauja gilintis į tekstą. Tačiau verta pripažinti, kad net ir pats lengviausias romanė-lis gali smegenyse sukelti įvairių procesų, kurie vis tiek leis mums geriau save pažinti.

Nuo ko pradėti, norint užsiimti biblioterapija? Svarbiausia pasiimti į rankas knygą, atsipalaiduoti ir paleisti visas prieš tai buvusias negandas, blogas mintis, negatyvą, pasakyti sau, kad dabar ramybės ir skaitymo metas. Antrasis etapas – žinoti, ką norite skaityti ir ko Jums šiuo metu labiausiai trūksta. Stebėkite save, netikėtai kylančias mintis, išmokite pastebėti ženklus, kurie parodytų kelių dominančios srities link.



Net 70 proc. žmonių pripažįsta, jog atostogų metu jiems sunkiai sekasi atsipalaiduoti ir netikrinti darbinio elektroninio pašto, rodo „LinkedIn Summer Vacation data“ tyrimo duomenys. Vis tik gebėjimas atsitraukti nuo kasdinių darbų ir kokybiškai pailsėti yra svarbus, norint ilgainiui išlaikyti aukštą produktyvumo lygį. Negalintiems atsipalaiduoti, tai padaryti padės išmaniosios miego, jogos, meditacijos ir net spalvinimo programėlės.

POILSIO TRŪKUMO KRIZĖ – ČIA PAT

Kasdien intensyviai dirbant, dažnam mūsų gali būti sunku, staiga atėjus atostogoms, imti ir „persijungti“ į gerokai ramesnį atostogų režimą. Tyrimai rodo, kad neretai sunkiai pamirštame darbo rūpesčius net ir atostogoms prasidėjus. Vis tik norint ilgainiui išlaikyti produktyvumą, kokybiškai pailsėti – privalu. Tai padaryti gali padėti savistaba – pastebėjimas, kai mintys nuklysta į darbus, bei supratimas, kad tinkamas poilsis mums būtinas. Šiandien gan gajus persidirbimas, tad poilsis turi tapti prioritetu, nes yra tiek pat svarbus kiek ir sveikas maistas ar grynas oras.

Vakarų pasaulyje šiandien neretai kalbama ir apie nemigos krizę, tad vis daugiau kalbama apie atsipalaidavimo ir miego svarbą bei tiesioginę jo įtaką darbui, sveikatai ir žmonių gyvenimams. Bestseleriais tampa knygos, kalbančios apie nemigą ir patarimus, kaip gerai pailsėti – tai rodo augančią šios temos svarbą pasaulyje. Žinoma žurnalistė Arianna Huffington bestselerių tapusioje savo knygoje „Miego revoliucija“ taip pat kalba apie nemigos krizę, kuri laukia žmonijos, jei nepakeisime savo požiūrio į miegą ir nepradėsime tinkamai ilsėtis.

Norint tinkamai atsipalaiduoti, verta į pagalbą pasitelkti ir išmaniąsias priemones. Šiuolaikinės technologijos padeda lengvai rasti informacijos apie streso bei nerimo valdymą, taip pat informacijos, kaip pagerinti miego kokybę, galėsite išbandyti ir įvairius kvėpavimo ir atsipalaidavimo pratimus. Be to, visą šią informaciją nuolat turėsite šalia savęs, tad ją greitai pasieksite, kada panorėję.

KOKYBIŠKAS MIEGAS – POILSIO PAGRINDAS

Atostogų metu svarbu susikurti ne tik gerą laisvalaikio planą, bet ir tinkamą poilsio režimą – juk svarbu ne tik atsipalaiduoti ir prasiblaškyti, bet ir tinkamai pailsėti bei atgauti jėgas. Todėl išmaniųjų programėlių kūrėjai aktyviai kuria naujus produktus, padedančius pagerinti būtent miego kokybę.

Nors įprastai ilsėtis einame tyloje, kai kuriems žmonėms užmigti padeda įvairūs garsai. Vienus migdo rami muzika ar balso įrašas, o kai kurie verčiau renkasi jūros ar medžių ošimą. Visus šiuos garsus susikurti padės itin lengvai naudojama ir paprasta programėlė „Noisli“. Ji turi platų skirtingų garsų pasirinkimą: nuo vėjo gūsių gausmo iki kavinės šurmulio. Pasirinkus norimą garsą, tereikės užsidėti ausines ar pasidėti telefoną šalia ir atsipalaiduoti.



Nesugebantiems pailsėti net per atostogas

Kaip pagaliau išsimiegoti ir atsipalaiduoti?

Dar viena populiariausių miego programėlių sąrašo lyderė – „Calm“, siūlanti ne tik įvairių garsų spektrą, bet ir užmigti padedančius „Pasakojimus prieš miegą“. Šie pasakojimai yra trumpi tekstai, kuriuos raminančiais balsais skaito įvairūs žmonės, tarp kurių ir įžymybės, pavyzdžiui, Holivudo aktorius Matthew McConaughey. Pasileidę jas, pasijausite taip, lyg kas nors šalia lovos sektų pasaką prieš miegą. Tiesa, tik kelios istorijos yra nemokamos – norint išgirsti daugiau, teks įsigyti programėlės prenumeratą, kuri kainuos 40,99 dolerių metams. Bet su ja gausite ir nemažai papildomo turinio: vaizdo ir garsinių pamokų, meditacijos patarimų.

Jei užmiegate lengvai, tačiau miegas būna neramus, anksti nubundate, verta paanalizuoti paties miego kokybę. Tai padaryti padės programėlės „Sleepzy“ ar „Sleep Cycle – Sleep Track“. Miego kokybę seka ir beveik visi išmanieji laikrodžiai bei apyrankės, tad miego analizei galima pasitelkti ir juos.

ATOKVĖPIUI – MEDITACIJA IR KVĖPAVIMO PRATIMAI

„The Journal of Positive Psychology“ atliko tyrimą, kuriame palygino poilsį atostogų metu ir aktyviai medituojant. Nustatyta, jog meditacija turi labai panašų poveikį žvalumui ir gerai savijautai, kaip ir diena, praleista atostogaujant, tad norintiems gerai pailsėti, išbandyti meditaciją – verta.

Norint išmokti pagrindinių meditacijos metodų nebūtina eiti į treniruotes – tereikia parsišūsti išmaniąją programėlę „Mindfulness with Petit BamBou“. Ji puikiai tiks pradedantiems ar net vaikams, nes joje naudojama ryški bei linksma animacija. Programėlė pirmiausia paaiškina, kaip veikia meditacija, o vėliau pateikia ir įvairių technikų.

Begalę teigiamų vartotojų atsiliepimų sulaukė ir turbūt populiariausia meditacijos programėlė pasaulyje – „Headspace“. Vienas iš platformos įkūrėjų – buvęs Tibeto vienuolis Andy Puddicombe'as, tad joje pateiktos žinios paremtos patirtimi. Čia galima rasti dėmesio sutelkimo, atsipalaidavimo ir kitų meditacijos formų pratimų. Programėlė seks jūsų progresą ir skatins nesustoti bei siekti užsibrėžtų tikslų.

Kai kurios meditacijos kryptys leidžia medituoti su muzika ar tam tikrais garsais. Indija garsėja meditacija ir joga, tad nenuostabu, jog daugelis pasirenka būtent šios šalies muziką. Jei ir jums ji nėra svetima, rekomenduojame „Sounds of India – Music for Yoga“. Įvairių melodijų pasirinkimą galima rasti ir „Aura“.

Meditaciją galima derinti ir atlikti kartu su kvėpavimo pratimais. Taip trumpos pertraukėlės nauda bus dar didesnė – galėsite ne tik atsipalaiduoti, bet ir suvaldyti stresą, nerimą ar net kovoti su panikos priepuoliais.

JOGA – GERESNIAM KŪNO IR DVASIOS POILSIUI

Puikiai žinoma, kad jogos treniruotės efektyviai mankština raumenis, gerina judesių koordinaciją, suteikia kūniui grakštumo, o kartu padeda atpalaiduoti protą. Toks naudų derinys itin pravartus atostogų metu, o su išmaniosiomis programėlėmis – dar ir nesunkiai pasiekiamas.

Skubantiems ir nenorintiems ilgų įsipareigojimų puikiai tiks programėlė „5 Minute Yoga“. Ji siūlo paprastas, tačiau veiksmingas jogos treniruotes, kurios niekada netrunka ilgiau nei penkias minutes, o jas atlikti galite bet kur – tiek viešbučio kambaryje, tiek paplūdimyje.

Tiek pradedantieji, tiek pažengusieji įvertins „Daily Yoga“ programėlę, kurioje taip pat galima rasti šimtus pratimų ir treniruočių planų. Čia virtualus treneris padės atlikti kiekvieną judesį, atkreipdamas dėmesį į svarbiausias detales. Programėlėje taip pat galėsite prisijungti prie pasaulinės jogos entuziastų bendruomenės, kurioje lengvai gausite motyvacijos kasdieniui mankštai arba rasite atsakymus į kylančius klausimus.

Jei norite susikurti tik jums skirtą ir puikiai tinkančią individualią treniruotę, galite parsišūsti „Yoga Studio“ programėlę. Ji siūlo virš 280 pratimų su informacija ir patarimais, todėl galėsite susikurti tokį sporto planą, kuri atitiks jūsų individualius poreikius ir galimybes. Programėlė turi patogų filtrą, tad galėsite greitai rasti jums tinkantį pratimą ar visą treniruotę pagal intensyvumą, trukmę ar jūsų fizinį pasirengimą.

NUOBODULŲ NUOVYS... SPALVINIMAS

Neįprastas būdas atsipalaiduoti ir kartu maloniai praleisti laiką – išbandyti spalvų terapiją. Spalvinimas tampa naująja meditacija, kurioje galite parodyti savo kūrybiškumą derindami spalvas. Vyrauja mitas, jog spalvinimas – tik vaikų užsiėmimas, tačiau iš tikrųjų tai puikus terapijos metodas, kuris ne tik populiarus, bet ir labai veiksmingas.

Dažnai žmonės baiminasi šios atsipalaidavimo priemonės, nes yra įsitikinę, kad nemoka piešti ir spalvinti. Vis tik su išmaniosiomis technologijomis jokie pasiruošimo ir specialiųjų gebėjimų čia neprireiks. „Colorfy“ programėlėse tereikia pasirinkti spalvą ir paliesti vietą piešinyje – taip ji akimirksniu bus nuspalvinta.

Pabaigus piešinius bus galima parsišūsti į savo kompiuterį ar telefoną, o vėliau jais pasidalinti ir su draugais. Dažniausiai tokias programėles galima naudoti ir neprisijungus prie interneto ryšio. ■

Rastas V. Mickevičiaus-Kapsuko laiškas atskleidžia SSRS požiūrį į tarpukario Lietuvą

Prieš aštuoniasdešimt metų Lietuva buvo prievarta inkorporuota į SSRS. 1940 m. rugpjūčio 3 d. šį neteisėtą prievartinį veiksmažodį Sovietų Sąjunga bandė paslėpti po marionetinio Liaudies Seimo deklaraciją dėl Lietuvos įstojimo į SSRS.

Lietuvos Ypatingajame archyve rastas prieš šimtą metų, 1920 m. rugpjūčio 3 d., rašytas Lietuvos komunistų partijos vadovo Vinco Mickevičiaus-Kapsuko laiškas į Maskvą atskleidžia, kad panašioms apgaulės veiksoms komunistai ruošėsi išties Lietuvos nepriklausomybės dvidešimtmetį.

1920 m. liepos 12 d. Maskvoje Sovietų Rusija su naujai atgimusia Lietuvos Respublika pasirašė taikos sutartį, pagal kurią Rusija „gera valia visiems amžiams atsisako nuo visų Rusijos suvereniteto teisių, kurių ji yra turėjusi lietuvių tautos ir jos teritorijos atžvilgiu“.

Po kelių savaičių, 1920 m. rugpjūčio 3 d. rašytas Mickevičiaus-Kapsuko laiškas akivaizdžiai parodo, kaip iš tiesų Rusija ir jos buvęs vietininkas okupuotoje Lietuvos dalyje vertino šią sutartį: ruošiasi tolesnei diversinei ir propagandinei kovai prieš Lietuvos valstybę, nepaisant bado ir skurdo bolševikinėje Rusijoje, tokiems reikalams skiriamos milžiniškos lėšos. Laiškas rašytas nusilpusiai Raudonajai armijai traukiantis iš jos okupuoto Vilniaus (Raudonoji armija įsibrovė į Vilnių 1919 m. sausio 5 dieną), laiško autorius Vincas Mickevičius-Kapsukas – pirmąjį 1919 m. pusmetį gyvavusios Litbelo socialistinės respublikos (okupuotos Lietuvos dalies ir Baltarusijos) ministras pirmininkas.

Laiške minima Baltoji Lietuva yra laisva Lietuvos Respublikos dalis, savivaldybės Dūma – miesto taryba, baltalietuviai – Lietuvos Respublikos piliečiai, keturios kalbos – keturios

oficialios Litbelo kalbos: lietuvių, lenkų, rusų ir žydų.

Laišką rado Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimo centro specialistė Daiva Vilkelytė.

Laiško tekstas:

SLAPTAI

Centriniam R.K.P./Bolševikų/ komitetui

Lietuvos ir Baltarusijos komunistų partija

Centrinis komitetas

1920 m. rugpjūčio 3 d.

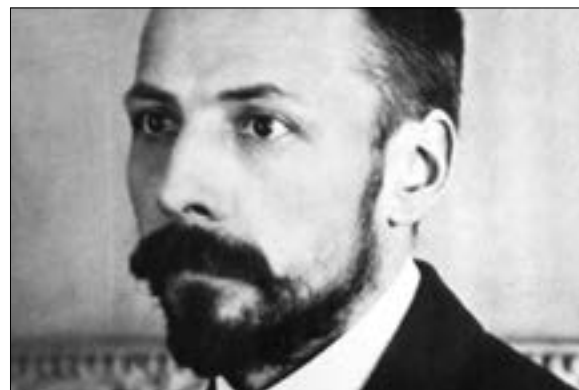
Nr. 1978

Vilnius

GERBIAMIEJI DRAUGAI

Taip susiklostė aplinkybės, kad mes vėl turime palikti Vilnių ir pereiti čia į pagrindinį darbą. Darbas plečiasi. Nuotaika Lietuvos kareivių tarpe mums labai palanki. Bet jie išsibarstę po visą šalį, todėl sunku veikti. Baltosios Lietuvos darbininkai irgi mūsų pusėje, bet taip pat išsibarstę. Kauno savivaldybės Dūmos rinkimų metu pagal mūsų sąrašą pateko 13 žmonių /iš 50/. Darbininkai pasiruošę ištotti, bet negali suvaidinti lemiamo vaidmens. To nepaisydami, mes nepailstamai vykdome parengiamuosius darbus tarp kareivių ir darbininkų.

Vilniaus spekuliantai, žinoma, nekantraudami laukia baltalietuvių pasirodymo. Miesto varguomenė – taip pat. Bet svari darbininkų dalis remia mus net badaudami. Iš visų jėgų stengiamės suorganizuoti stiprias profsąjungas ir savo ekonomine politika bent iš dalies ištaisyti tai, kas buvo sugadinta įvairiomis trofėjų ir apskaitos komisijomis. Deja, tik dabar galime pradėti dalyti kokius nors maisto davinus.



V. Mickevičius-Kapsukas

Kaimuose, kur yra mūsų pagrindinis ramstis, dauguma darbininkų ir valstiečių ryžtingai yra mūsų pusėje, net atsilikusioje Vilniaus gubernijoje. Ten plėtojam darbą, organizuojame kumečių profsąjungas, kaimo ir valsčių sovietus, kumečių komitetus, jų globon perduodame pabėgusiųjų dvarininkų žemes. Kartu su baltalietuviais sugrįžta dvarininkai – tai puikusia agitacija mūsų naudai.

Apskritai mūsų darbas dabar vyksta labai intensyviai. Leidžiame kasdien 4 kalbomis partinius laikraščius. Siunčiame jums pavyzdžius. Radome popieriaus, stengiamės jį išnaudoti mūsų propagandai, nepaisydami baltalietuvių protestų. Leidžiam daug lapų, platinimas tarp Lietuvos kareivių vyksta labai sėkmingai.

Vilniuje stengiamės palikti gerai įrengtą partinį aparatą. Labai trūksta pinigų. Tuo tarpu būtina Vilniuje palikti komitetą su stambesne pinigų suma. Todėl prašom skubos tvarka asignuoti pagrindiniam darbui Lietuvoje 1 milijoną seno tipo piniginių vienetų ir 2 milijonų vertės briliantų, kuriuos yra daug lengviau paslėpti.

Litbelo pavedimu Mickevič Kapsukas

Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimo centro informacija

Rastas prezidento Aleksandro Stulginskio lagerio dienoraštis



A. Stulginskis – kalinys lageryje

Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimo centrui pavyko atrasti Lietuvos prezidento Aleksandro Stulginskio (1922 – 1926 m.) dienoraščio originalą, kuris buvo rašytas Kanske, Krasnojarsko pataisos darbų lageryje (sutrumpintai – Kraslagas). Dienoraštis rastas Ypatingajame archyve saugomoje aštuoniolikos asmenų byloje K1-58-42880, kurią sudaro apie tūkstantis puslapių.

Kalėdamas Kraslage dienoraštį A. Stulginskis rašė nuo 1941 m. rugpjūčio iki spalio, nes vėliau kratos metu jį konfiskavo lagerio prižiūrėtojai ir pateikė kaip „kontrrevoliucinės veiklos“ įrodymą. Dienoraštis rašytas paprastu pieštuku mažoje 5x7 cm dydžio languoto popieriaus užrašų knygelėje, joje – 14 lapelių, bet visų nespėta prirašyti.

Dienoraščio tekstas – daugiausia žodžių santrumpos, kuriomis buvęs prezidentas žymėjosi pavardes, vietoves ir įvykius. A. Stulginskio byloje saugomas ir Kraslago vertėjo Kagano atliktas dienoraščio vertimas į rusų kalbą. Iki šiol manyta, kad A. Stulginskio dienoraščio originalas yra sunaikintas, todėl

prezidento biografai naudojami šiuo verstiniu rusišku variantu.

Pasak LGGRTC gen. direktoriaus prof. Ado Jakubausko, dienoraščio atradimas svarbus todėl, kad nuo šiol mokslininkai gali remtis originalu, o ne verstiniu dokumentu: „Tai yra faktinis įrodymas, ką ir kaip žymėjosi lageryje 56 metų buvęs Lietuvos prezidentas Aleksandras Stulginskis.“

1941 m. birželio pradžioje A. Stulginskis kartu su šešiolika aukštųjų Lietuvos pareigūnų (aštuoniolikasis suimtas buvo garvežio mašinistas) be teismo ištremtas į Krasnojarsko kraštą vadinamajame „A klasės“ vagonė. Vagono kategorija įvardyta ne pagal komfortą, o pagal jame keliavusių belaisvių rangą: buvęs trijų ministrų kabinetų teisingumo ministras Stasys Šilingas, buvęs susisiekimo ministras Jokūbas Stanišauskas, buvęs švietimo ministras Juozas Tonkūnas, pulkininkas Povilas Dundulis, Vyčio kryžiaus ordinų kavalierius Antanas Pošiūnas, diplomatas Jonas Aukštuolis ir kt.

Dešimties NKVD tardytojų beveik metus kurptoje byloje minėti pareigūnai buvo apkaltinti antitarybine propaganda lageryje, siekiu sukurti nusikalstamą antitarybinę Lietuvos kalinių grupuotę ir kitais politiniais nusikaltimais pagal 58-ojo Rusijos TFSR baudžiamojo kodekso straipsnį.

Kraslago KGB operatyvinis įgaliotinis Anciperovas rašo, kad „A. Stulginskis, būdamas areštuotas, užsiėmė kontrrevoliucine veikla: buvo aktyvus kontrrevoliucinės formuotės dalyvis, dalyvavo grupiniuose susibūrimuose, ragindamas lietuvius aktyviai kovoti prieš sovietų valdžią, kartu su S. Šilingu, J. Stanišausku, J. Tonkūnu ir kitais svarstė klausimą dėl lietuvių savišalpos komiteto sukūrimo, skleidė provokacinius gandus, rašė dienoraštį, kuriame fiksavo lagerio gyvenimą.“

Pasak dienoraštį suradusios LGGRTC tyrėjos D. Vilkelytės, būtų prasminga šią svarbią bylą išversti ir paskelbti internete – įskaitomu tekstu su ekspertų komentarais, nes ji ypatinga net ir pagal sovietinę jurisdikciją: „Dešimt metų nuteisti žmonės iš vieno lagerio pergabenami į kitą, bylos dokumentuose rašoma, jog pirmajame lageryje jie buvo... komandiruotėje. Tardymo lapuose pažymėta, kad vienas prieš lietuvius nusiteikęs liudininkas yra beraštis, bet tai jam netrukdo patvirtinti, kad tardymo protokolas surašytas teisingai. Dokumentai sufalsifikuoti taip negrabiai, kad net Kraslago prokuroras grąžina bylą tikslinti, o suimtieji nuteisiami tik po 11 metų – 1952 m. Visiems nuteistiesiems skirta po 25 m. laisvės atėmimo, nors daugiau kaip pusė jų – dešimt žmonių – tuo metu jau buvo mirę lageryje nuo ligų ir bado.“

Byloje saugomas ir SSSR Valstybės saugumo ministro Viktoro Abakumovo paaiškinamasis raštas SSKP generaliniam sekretoriui Josifui Stalinui – taip buvo reaguota į A. Stulginskio skundą dėl dešimtmetį trukusio kalinimo be teismo.

Dienoraštis atspindi dvidešimtojo amžiaus vergu paversto žmogaus būtį: jį rašo buvęs valstybės vadovas, išsilavinęs, pasiturintis žmogus, iš kurio sovietų valdžia konfiskavo 173 ha ūkį Kretingos raj. Jokūbavo kaime: nuo drėgmės tinstančios rankos, paleisti viduriai, klidėjimas naktimis, pakilus temperatūra, nuolatinis badmiravimas – 29 gramai kruopų arba perpuvę agurkai, po to dvi dienos visiško bado... Ir nerimas – kur paslėpti nelegaliai turimą termometrą? Atrodo, kad čia mums ruošiami kapi. ■

Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimo centro informacija

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



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

Dolyinka

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



Kas? Kur? Kada?

RUGPJŪČIO 16 D., SEKMADIENĮ

LIETUVIŠKOS ŠV. MIŠIOS

9:00 v.r. ir 11:00 v.r.

„Reikalinga išankstinė registracija www.matulaitismission.com arba tel. 630-257-5613. Šv. Mišiose kviečiami dalyvauti visi pageidaujantys, nepaisant tikinčiųjų amžiaus. Tiesioginė šv. Mišių transliacija iš mūsų bažnyčios vyksta sekmadieniais 10 val. r. Nuorodą prisijungimui prie mūsų misijos pamaldų surasite interneto puslapyje www.matulaitismission.com.

Pal. Jurgio Matulaičio Misija

**14911 127th St.,
Lemont, IL 60439**

LIETUVIŠKOS PAMALDOS

11:30 v.r.

Atnašauja kun. Liudas Miliauskas.

**Lietuvių evangelikų liuteronų „Tėviškės“ bažnyčia
7214 S. Cass Ave., Darien, IL 60561**

RUGPJŪČIO 18 D., ANTRADIENĮ

MISIJOS MALDOS GRUPELĖ

6:30 v.v.

„Misijos maldos grupelė kviečia visus, norinčius melstis už save, savo šeimas, vaikus, anūkus, jungtis bendrai maldai kiekvieną antradienį bažnyčioje. Reikalinga išankstinė registracija per misijos Facebook paskyrą, tel. 630-257-5613 arba skambinant seselėms tel. 630-243-1070.“

Pal. Jurgio Matulaičio Misija

14911 127th St., Lemont, IL 60439

RUGPJŪČIO 20 D., KETVIRTADIENĮ

VAKARINĖS PAMALDOS

8:00 v.v.

**Lietuvių evangelikų liuteronų „Tėviškės“ bažnyčia
7214 S. Cass Ave., Darien, IL 60561**

RUGPJŪČIO 23 D., SEKMADIENĮ

BALTIJOS KELIO MINĖJIMAS

11:00 v.p.p.

11:00 v.r. - aukojamos Šv. Mišios PJM Misijoje; 12:00 v.p.p. - Baltijos kelio ir Juodojo kaspino minėjimas, oficialioji dalis; 2:00 v.p.p. - koncerto transliacija iš Lietuvos .

PLC

14911 127th St., Lemont, IL 60439

RUGPJŪČIO 30 D., SEKMADIENĮ

PLC KASMETINĖ GEGUŽINĖ

12:00 v.p.p.

„Muzika, puikus lietuviškas maistas, veiks baras. Laukiami visi – maži ir dideli. Renginį planuojame laikydamiesi visų normatyvų dėl COVID-19 situacijos. Jei artėjant nustatyti datai su pandemija susiję apribojimai pasikeis, visą atnaujintą informaciją galėsite rasti mūsų tinklalapyje www.lcenter.org/events arba centro Facebook paskyroje rugpjūčio 18 dieną. Jau parduodami loterijos bilietai su puikiais piniginių prizais iki \$1,000! Juos galite įsigyti PLC raštinėje! „

PLC priekinė pievelė

**„14911 127th St.,
Lemont, IL 60439“**

Daugelis moterų savo papuošalų skrynutėje turi bent vieną pakabuką. Ant kaklo žėrintis aksesuaras atlieka ne tik estetišką funkciją, tačiau gali paryškinti moters privalumus ar sumaniai užmaskuoti trūkumus. Bet kuriuo atveju stilingas, elegantiškas pakabukas suteiks damai papildomo rafinuotumo, grakštumo ir pasitikėjimo savimi.

BRILJANTŲ SPINDESIUI SUNKU ATSPISIRTI

Tikriausiai niekas nepaneigs, kad įstabiausiai atrodo aukšiniai pakabukai su briljantais. Tas prabangus žėrėjimas, solidumas, subtilus minimalizmas ir žavinti elegancija atrodo nepriekaištingai. Pastovumą, meilę ir ištikimybę simbolizuojantys deimantai pelno visų moterų simpatijas ir nė nereikia sakyti, kad turi didelę išliekamąją vertę. Kaklo pakabukas su briljantu ar jų deriniu idealiai tiks merginai ar moteriai ypatinga proga: vestuvių metinių, 18-ojo gimtadienio, studijų baigimo, jubiliejaus ar kt. O auksinis kryželio ar angeliuko formos pakabukas su mažyčiu briljantu sukuria kerintį minimalizmą ir tobulai tinka dovanoti krikštynomis.

PAKABUKAI SU BRANGAKMENIAIS ŽAVI SPALVŲ GAUSA

Įvairiomis spalvomis žėrintys brangakmeniai leidžia įgyvendinti tiek klasikines, tiek originalias moteriškų papuošalų idėjas. Koją brangakmenį rinktis? Pasirinkimo kelių nemažai: vienos moterys renkasi pagal spalvą ir derina ją prie drabužių kolorito, kitoms reikšmingos akmens mistinės savybės, dar kitos damos tiki astrologija ir pakabuką su brangakmeniu renkasi pagal gimimo mėnesį. Bene populiariausiais brangakmeniais galime drąsiai išskirti granatą, safyrą ir smaragdą. Tiesa, jei atsižvelgsite į akmens ezoterines savybes ir mėnesį, turėsite ne tik stilingą, prabangų papuošalą, tačiau ir sėkmę traukiantį aksesuarą.



Ir gražu, ir prasminga

Pakabukai su brangakmeniais – stilingas akcentas, traukiantis sėkmę

Moterys tiesiog pakeri granato raudonis. Tai – sausio mėnesio akmuo, tinkantis Ožiaragiams, Avinams bei Skorpiono ženklui atstovėms. Granatas pelnytai vadinamas energijos ir gyvybės akmeniu, todėl pakabukas su šiuo brangakmeniu tobulai tiks aktyvioms moterims, nestokojančioms išvermės bei atkakliai siekiančioms savo tikslų.

Karališkais akmenimis vadinami safyrai – moterys juos dievina, tad nenuostabu, jog aukšiniai pakabukai su safyrais yra vieni paklausiausių. Šio akmens mėlyje, regis, galima

paskęsti... Pakabukai su safyrais idealia tikt moterims, gimusioms po Žuvų, Mergelės, Šaulio bei Jaučio ženklui. Taip pat safyrai yra vienas geriausių pasirinkimų dovanai 5-ųjų, 23-ųjų ar 45-ųjų vedybų metinių proga.

Sodria žaluma užburiantis smaragdus moterų ne mažiau mylimas. Pakabukai su smaragdais labai tinka Jaučio, Avino ir Dvynių ženklui moterims. Akmuo traukia sėkmę, laimę, turtus ir meilę, todėl nepaprastai tiks dovanoti toms moterims, kurioms būtent to ir linkite. ■



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

REIKALINGI CDL VAIRUOTOJAI

DARBUI MIDWEST

ATLYGINIMAS
\$3000-3500
PER SAVAITĘ

(TURINTIEMS ANKSTESNĖS DARBO PATIRTIES)

- BŪTINA MAŽIAUSIAI 2 METŲ VAIRAVIMO PATIRTIS.
- BŪTINA MOKĖTI ANGLŲ KALBĄ.
- TURINČIUS VAIRAVIMO PATIRTIES GALIME IŠMOKYTI DARBO SPECIFIKOS.
- NAUJI '21 PETERBILT, '21 WESTERN STAR AND '21 COTTRELL



[WWW.INSTAGRAM.COM/
MAN_AND_THE_MACHINES](https://www.instagram.com/man_and_the_machines)

KREIPKITĖS TELEFONU:

773-240-8249

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 IŠSIKŪRSIAI
TRANSPORTO ĮMONEI

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

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

ASK US HOW TO GET THE
AMAZING iPhone® 11
FOR \$0 WHEN YOU
SWITCH TO AT&T



Find out how to get our most popular phones, call now!

855-419-5897



© 2020 AT&T Intellectual Property. All rights reserved. AT&T and the Globe logo are registered trademarks of AT&T Intellectual Property. All other marks are the property of their respective owners.

PATIKIMOS TELEFONIJS PASLAUGOS

KLAUSAU.COM

SKAMBINKITE Į LIETUVĄ

VOS UŽ **6 CENTO** PER MINUTĘ (LANDLINES)
IR **9 CENTUS** PER MINUTĘ (CELL)

IZRAELIS **2[¢]**
4[¢] CELL

UKRAINA **15[¢]**
13[¢] CELL

BULGARIJA **5[¢]**
9[¢] CELL

RUSIJA **4[¢]**
8[¢] CELL

- JOKIO SUJUNGIMO MOKESČIO
- POKALBIŲ KAINA SEKUNDŽIŲ TIKSLUMU
- AUTOMATINIS SĄSKAITOS PAPILDYMAS
- ITIN TAUPUS PASIRINKIMAS
- KOKYBIŠKAS RYŠYS

NORĖDAMI SKAMBINTI PIGIAIS KLAUSAU.COM TARIFAIS,
PAPRASČIAUSIAI PASKAMBINKITE

BENDRUOJU TELEFONU 888-383-8974,

O SISTEMA JUMS AUTOMATIŠKAI PERSKAMBINS (PER MAŽIAU NEI
45 SEKUNDES) ATLIKS SUJUNGIMĄ.

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

Linus Realty Inc.



Linus Meilus

Broker

www.linusrealty.com

Cell: 630-363-8562

linas60527@yahoo.com

linasm@linusrealty.com

Sveikatos ir gyvybės draudimas



Birutė

Paulauskaitė

Agent/Broker/Adviser

847-322-3404

Platus pasirinkimas,
išsami informacija

Office
in Oakbrook



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

Kur eiti? Kur atsipūsti?

Muziejų, parodų ir klubų gidas Čikagoje

RENGINIAI

Drive-In Movies

Rugpjūčio 20 d.: „Akeelah and the Bee“
(PG)

Riis Park, 6100 West Fullerton Avenue,
Chicago, IL 60639

Rugpjūčio 25 d.: „The Secret Life of Bees“
(PG-13)

Humboldt Park, 1301 North Humboldt Drive,
Chicago, IL 60622

312-742-1134

Parkavimas nuo 7:00 v.v., kino seansai – nuo
8:00 v.v.

Jėjimas nemokamas (reikalinga registracija)

Filmų parkuose! Registruotis į kino seansus galima likus savaitei iki norimo filmo. Viename seanse telpa 40-60 automobilių, priklausomai nuo stovėjimo aikštelės dydžio. Nusprendę išlipti iš savo automo-



bilio lankytojai privalo dėvėti veido kaukę ir laikytis saugaus atstumo (socialinės distancijos). Filmų peržiūros metu parkų paviljonai ir viešieji tualetai bus uždaryti.

Virtual meet-and-greet a Lincoln Park Zoo animal

Šeštadienį, rugpjūčio 22 d., 10:00 v.v.

Virtuali ekskursija Baltieji lokiai su Mike'u Murray

Kaina: \$15

Bilietai internetu: eventbrite.com

Šiuo metu visi norintys gali apsilankyti zoologijos sode iš anksto (nemokamai) rezervavę vizito laiką, tačiau norintys iš arčiau pasigrožėti pačiais įdomiausiais zoologijos sodo gyvūnais gali prisijungti prie savaitinio „susitikimo“ internetu. Kiekvieną šeštadienį Lincoln Park zoologijos sodo gyvūnų kuratoriai rengia virtualius susitikimus su vis kita gyvūnų rūšimi, o prisijungę prie jų „lankytojai“ galės kuratoriams užduoti dominančius klausimus apie pristatomus gauruotus/žvynuotus/plunksnuotus gražuolius.



Navy Pier Water Flicks Summer Film Series

Iki pirmadienio, rugpjūčio 24 dienos, 6:30 v.v.
Polk Bros Park, Streeterville, 600 East Grand
Ave, Chicago 60611

Jėjimas nemokamas

Šių metų vasaros filmų festivalio „Water Flicks“ tema yra tolimos vietovės – tiek tikros, tiek išgalvotos – su kuriomis susipažinti

kviečia net aštuoni filmai, kurie bus rodomi kiekvieną pirmadienį, 6:30 v.v. Festivalio metu bus laikomasi saugaus atstumo taisyklių, tad galite būti ramūs ir pasirengę mėgautis puikiais filmais. Festivalyje dar spėsite pamatyti „Coco“ (rugpjūčio 17 d.) ir „Cool Runnings“ (rugpjūčio 24 d.).

Whiskey Business Rooftop Movie Night

Antradieniais 8:30 v.v.

Rugpjūčio 18 d.: „Super Troopers“

Rugpjūčio 25 d.: „Pulp Fiction“

Whiskey Business, 1367 N Milwaukee Ave,
Chicago 60622

773-698-7362

Kaina: \$10

Neturite automobilio (ar bičiulio su automobiliu), kad galėtumėte apsilankyti viename iš Čikagos lauko kino teatrų? Jūs vis tiek turite galimybę pasižiūrėti filmų lauke, mat „Whiskey Business“ kiekvieną antradienio vakarą rengia filmų peržiūras ant savo stogo terasos Wicker Parke. Filmai bus rodomi dviejuose 120 colių įstrižainės projektoriu ekranuose, o kiekvienas žiūrovas gaus savo asmenines ausines, tad tikrai nepraleisite savo mėgstamiausių filmų



dialogų. Beje, su kiekvienu bilietu gausite pakelį popkornų. Apsilankykite „Whiskey Business“ interneto svetainėje, susipažinkite su filmų programa ir įsigykite bilietus.

KONCERTAI

Tuesdays on the Terrace

Antradienį, rugpjūčio 4 d. – antradienį, rugsėjo 29 d., 5:30 v.v.

Rugpjūčio 18 d.: Mike Allemana and The Regulators

Rugpjūčio 25 d.: Morgan Pirtle +5
Chicagoland, Chicago

Renginys nemokamas

Paprastai Šiuolaikinio meno muziejus kiekvieną antradienį Anne and John Kern terasos sode rengia nemokamus džiaz koncertus, kurių lankytojai gali gurkšnoti vyną, maloniai bendrauti ir klausytis puikios muzikos. Šiais metais gyvi pasirodymai yra atšaukti, tačiau kviečiame kiekvieną savaitę prisijungti prie Facebook Live ir pasiklausyti koncertuojančių puikių atlikėjų, tokių kaip Julius Tuckeris, Dee



Alexander ir kiti – taip pat nepamirškite įsipilti taurę vynu, kad sukurtumėte dar malonesnę atmosferą.

Square Roots Festival

Rugpjūčio 23-30 dienomis

Internete adresu squareroots.org bei Lincoln Square ir aplinkinių rajonų kavinėse bei restoranuose

Būsime dėkingi už auką

Pasiruoškite iš tiesų įvertinti Lincoln Square! Lincoln Square Ravenswood prekybos rūmai ir Old Town School of Folk Music siekia pademonstruoti viską, kas šiame rajone yra geriausia. Be internetu transliuojamo koncerto, vyksiančio šeštadienį, rugpjūčio 29 d., jūsų laukia ypatingi pasiūlymai, gardžiausi ir išradingiausi patiekalai, meistrų alus, menininkų ir amatininkų kūriniai. O svarbiausia, visas šias gėrybes panorėję galėsite pasiekti saugiai būdami savo namuose.



SUJUNKIME RANKAS IR ŠIRDIS



Rugpjūčio 23 d., 2 val. po pietų
(CST Čikagos laiku)

prisijunkite prie virtualaus "Baltijos keliui"
skirto koncerto,
transliuojamo per Facebook gyvą!
JAV Lietuvių Bendruomenė / Lithuanian American Community, Inc.
puslapyje.

Siuolaikinių technologijų pagalba sujungsime
tautiečius Jungtiniuose Amerikos Valstijose ir Lietuvoje.

Koncerto dalyvius atliks: **Povilas Meškėla, Česlovas Gabalis, Jeronimas Milius, Niša Origalavičiūtė,**
gitarų virtuozai **Tomas Varnagiris** bei **Audrius Piraglis** ir kiti.

Renginį ves muzikologas, "Eurovizijos" komentatorius **Darius Užkuraitis**
ir kino kinejas **Arvydas Remeckis**.

Čikagos apylinkėse gyvenančius lietuvius kviečiame gyvai renginį stebėti
bei dalyvauti prie Pasaulio Lietuvių Centro, Lemsont, kur vyks filmavimas.

Nuotoliniu būdu apjungsime JAV Lietuvių bendruomenės apylinkes.

Smulkiau informacija tel.
708-288-6662, 630-640-9817

**ATVYKITE
SU ŠEIMA!**

Renginys skirtas visoms
pajėgoms ir tinka
visoms amžiaus grupėms.

"Piešu Lietuva"
Dalyviai bus
apdovanioti
sėdėties pažais.



Koncerto rengia JAV LB Kultūros Taryba

Lietuviškos mišios internete

Sekmadieniais

9:30 v.r. (CST)

Divine Providence Lithuanian
Catholic Church Facebook

Žiūrėti mišias:

[https://www.facebook.com/
DivineProvidenceLithuanianCatholicChurch](https://www.facebook.com/DivineProvidenceLithuanianCatholicChurch)



PASAULIO LIETUVIŲ CENTRAS ATIDARO DURIS

PLC Taryba nusprendė atverti Pasaulio lietuvių
centro duris ir futbolo laukus centro patalpomis
besinaudojančioms organizacijoms nuo birželio
26-tos dienos. Džiaugiamės pagaliau galėdami
atverti duris ir vėl jus pamatyti!

Tikimės, kad mūsų valstija pasieks „Restore
Illinois“ plano 4-tą fazę iki birželio 26-tos dienos ir
galėsime pradėti veiklą sekdami 4-tos fazės
saugumo rekomendacijomis. Organizacijos gali
grįžti tik su administracijos leidimu.

**SU KLAUSIMAIS PRAŠOME KREIPTIS Į PLC ADMINISTRACIJĄ
630-257-8787**

KAIP PANDEMIJOS METU DALYVAUTI MATULAIČIO MISIJOS SEKMADIENIO MIŠIOSE?

Šiuo laikotarpiu pareiga dalyvauti šv. Mišiose
atliekama nuotoliniu būdu, t.y. jungiantis į maldą
stebint šv. Mišių transliaciją per televiziją, klausant per
radiją ar internetu.

Dalyvaudami Mišiose nuotoliniu būdu, ne tik stebime,
bet susikaupiame ir drauge meldžiamės.

Tiesioginė šv. Mišių transliacija iš mūsų bažnyčios
vyksta sekmadieniais - 10 val. r.



Sudoku galvosūkliai

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 galvosūkliai, 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 atimesti negalimus skaitmenis.

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

SUDOKU NR. 474 ATSAKYMAI

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

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. 475

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

SPRENDIMAS KITAME NUMERYJE

SAVAITGALIO ORAI

**PENKTADIENI,
RUGPJŪČIO 14 D.**



**DEBESUOTA SU
PRAGIEDRULIAIS**
Krituliai: 0%



10 m/h



81°/70° F

**ŠEŠTADIENI,
RUGPJŪČIO 15 D.**



**DEBESUOTA SU
PRAGIEDRULIAIS**
Krituliai: 20%



9 m/h



82°/70° F

**SEKMADIENI,
RUGPJŪČIO 16 D.**



**NEDIDELIS
DEBESUOTUMAS**
Krituliai: 20%



10 m/h



80°/68° F

HOROSKOPAS:

RUGPJŪČIO 17 D. – RUGPJŪČIO 23 D.

AVINAS (03.21 – 04.20)

Šią savaitę jūsų aplinka taps aktyvi ir dinamiška. Dabar tiesiog lisis įvairiomis idėjomis. Kai kurios iš jų gali pasirodyti labai naudingos, prisidėti prie jūsų verslo plėtros ir populiarinimo. Jei nepasistengsite gerai apgalvoti savo idėjų, dauguma jų niekada nebus įgyvendintos. Svarbi šeimos tema: labai daug laiko praleisite su vaikais, žaisite įvairius žaidimus. Vaikai gali suteikti jums vertingos informacijos. Galima žinia apie nęstumą.

JAUTIS (04.21 – 05.21)

Šią savaitę profesinis gyvenimas atsidurs antrame plane. Mažai dėmesio skirsite verslui ar darbui, sumažinsite kontaktų skaičių. Norėsis dažniau aplankyti tėvus, jausite poreikį grįžti į gimtąsias vietas, kur prabėgo jūsų vaikystė. Verta pasklaidyti senas knygas jūsų bibliotekoje – galbūt sužinosite svarbios informacijos, kuri privers domėtis savo šeimos istorija, su ja supažindinti vaikus. Seksis specialistams, kurių darbas susijęs su nekilnojamu turtu, statybomis ar dizainu.

DVYNIAI (05.22 – 06.21)

Aplinkybės jums gali suteikti vadovo, gebančio ne tik organizuoti procesą, bet ir išlaikyti jo kontrolę bei palaikyti talentus, statusą. Jei imsitės naujo projekto, taip įsijausite, kad nekreipsite dėmesio į nieką kitą. Sausą ir tikslią informaciją priimsite lengviau nei apkrautą tam tikromis emocijomis, geriau išlaikysite egzaminą žodžiu, o ne raštu. Naudodamiesi ryšio priemonėmis (telefonu ar internetu), mielai bendrausite su artimaisiais ir kaimynais.

VĖŽYS (06.22 – 07.22)

Dabartinis žbaigždžių išsidėstymas jums suteiks aštrų ekonominį mąstymą: aiškiai matysite, iš ko galima gauti naudos, o kokio verslo vėčiau nesiimti, į kokius išteklius investuoti iš karto, o su kuo geriau palaukti. Turėsite uoslę pelningiems sandoriams ir visada galėsite užmegzti santykius ar derėtis su potencialiais verslo partneriais. Kad ir ką įsipareigotumėte, sugebėsite tai atlikti racionaliai ir mažiausiomis sąnaudomis.

LIŪTAS (07.23 – 08.23)

Lengvai užmegsite ryšius su žmonėmis, galimai turinčiais daugybę verslui naudingų kontaktų. Tarp jų bus aukšto rango pareigūnų ar organizacijų vadovų. Demonstruosite puikią sprendimų logiką, intelektą, oratoriaus ir mokytojo talentus. Kita vertus, kritiškai vertinsite šiuo laikotarpiu gautą informaciją. Taip pat domėsitės naujomis pažangiausiomis technologijomis, kai kurias galėsite išbandyti.

MERGELĖ (08.24 – 09.23)

Šiuo metu naudinga vadovautis intuicija priimant bet kokius sprendimus ir, jei įmanoma, kuo mažiau dalintis savo planais. Naujų pažinčių ir kontaktų skaičius turi būti ribotas. Nereikėtų tikėtis, kad pasisėks su verslu: dabar jo apyvarta gali sumažėti dėl objektyvių priežasčių. Tačiau labai greitai pajusite padėties pagerėjimą. Galbūt dėl to, kad savo veikloje naudosite atnaujintas technologijas. Galite užmegzti ryšį su rėmėju, kuris pasiūlys padėti įgyvendinti jūsų projektą.

SVARSTYKLĖS (09.24 – 10.23)

Norėsis aktyviai bendrauti, rinkti informaciją ir dalintis ja su kitais. Galėsite atkurti kai kuriuos kontaktus. Sužinosite tam tikrų dalykų, kuriuos anksčiau bandė nuo jūsų nuslėpti, taip pat išgirsite svarbių naujienų, dėl kurių būsite dėmesio centre. Santykiuose su pavaldiniais iškilis tam tikrų problemų, todėl reikės veikti apgalvotai, kad visiškai jų nesugadintumėte. Stenkitės išdidumo nepainioti su pasididžiavimu, o noro vadovauti – su arogancija aplinkinių atžvilgiu.

SKORPIONAS (10.24 – 11.22)

Verta pasikalbėti su viršininku apie perspektyvas dabartinėje darbo vietoje. Jei ateities planuose progreso nesitikima, verta pradėti ieškoti kito darbo, kuriame ne tik pademonstruotumėte savo sugebėjimus, bet ir už juos gautumėte deramą atlygį. Galite tikėtis naujienų apie paaukštinimą ar perkėlimą į naują darbą. Tinkamas laikas tvarkyti dokumentus, įskaitant metinę ataskaitą apie naujausius jūsų pasiekimus.

ŠAULYS (11.23 – 12.22)

Panašu, kad šiuo metu nenorite likti šešėlyje ir jums gyvybiškai svarbu būti dėmesio centre. Stenkitės neįsitraukti į beprasmiškus ginčus, pagrįstus tik noru parodyti savo erudiciją, ypač kalbant apie religiją ar filosofiją. Net jei tikrai gerai išmanote šiuos dalykus, vargu ar galėsite įtikinti savo pašnekovą. Be to, nėra vieno teisingo požiūrio. Naudinga pradėti bendrauti su potencialiais užsienio partneriais arba mokyti užsienio kalbos.

OŽIARAGIS (12.23 – 01.20)

Palanku vesti derybas, tačiau stenkitės nesijaudinti ir negalvokite, kad viską išmanote geriau už kitus. Verslą geriausia pradėti naudojant bendrą ar pasiskolintą kapitalą, tuomet jis bus sėkmingas. Kelis kartus viską patikrinkite: įmanoma, kad neatsižvelgėte į kai kurias smulkmenas, kurios ilgainiui taps kliūtimi. Laikas užsiregistruoti į kvalifikacijos kėlimo kursus arba pradėti mokyti užsienio kalbos. Tai gali praversti siekiant karjeros.

VANDENIS (01.21 – 02.19)

Jausite didelį poreikį bendrauti, kad atsakytumėte į daugelį klausimų ir pasiektumėte sėkmę darbe bei asmeniniame gyvenime. Seksis žurnalistams, rašytojams ir specialistams, teikiantiems informavimo ar tarpininkavimo paslaugas. Dalyvausite įvairiuose socialiniuose renginiuose ar vakarėliuose, taip užmegsite verslo ryšius ir reikalingas pažintis. Verslininkų laukia sėkmingos derybos, po kurių bus galima sudaryti pelningas sutartis.

ŽUVYS (02.20 – 03.20)

Galite sulaukti gerų naujienų apie savo darbą. Jeigu jo ieškote, galimas įdomus pasiūlymas, kuris patenkins beveik visus jūsų norus. Padidės verslo kontaktų ir skambučių skaičius, suaktyvės korespondencija. Turėsite išspręsti daug mažų problemų, susijusių su prekių tiekimu, finansavimu, gamyba, įranga ar klientūros klausimais. Gali tukti pavaduoti bendradarbi, pasirūpinti šeimos nariu ar augintiniu. Reguliari mankšta ir dieta padės išlikti sveikiems.



2020 m. spalio 11 d.
LIETUVOS RESPUBLIKOS SEIMO RINKIMAI

Gerbiamas (a) rinkėjau (a),

Lietuvos Respublikos vyriausioji rinkimų komisija informuoja, kad 2020 m. spalio 11 d. vyks Lietuvos Respublikos Seimo rinkimai.

Jeigu Jūs gyvenate užsienio valstybėje ar joje būsite rinkimų dienomis ir pageidaujate balsuoti, maloniai kviečiame prisijungti prie rinkėjų, balsuojančių užsienyje, elektroninės registracijos sistemos adresu: <https://www.rinkejopuslapis.lt/rinkeju-balsuojanciu-uzsienyje-elektronine-registracija> ir pateikti rinkėjo registracijos prašymą.

2020 m. spalio 11 d. Seimo rinkimams pirmą kartą istorijoje sudaryta Pasaulio lietuvių vienmandatė rinkimų apygarda, kurioje turi teisę balsuoti rinkėjai, gyvenantys ar laikinai esantys užsienio valstybėse.

Atkreipiame Jūsų dėmesį, kad prašyme Jums reikės nurodyti, koku būdu pageidaujate balsuoti 2020 m. spalio 11 d. Lietuvos Respublikos Seimo rinkimuose:

- a) paštu (registracijos prašyme nurodytu gyvenamosios vietos užsienio valstybėje adresu Jums bus išsiųsti rinkimų biuleteniai);
- b) atvyksite asmeniškai į Lietuvos Respublikos diplomatinę atstovybę ar konsulinę įstaigą nustatytais dienomis ir laiku.

Atsižvelgiant į tai, kad dėl COVID-19 situacijos balsavimas tam tikrų ambasadų ar konsulinių įstaigų patalpose gali neįvykti, rekomenduojama registruotis balsavimui paštu.

TĖVIŠKĖS BAŽNYČIA

Lithuanian Ev. Luth. Home Church - (St. John)

7214 S Cass Ave., Darien, IL 60561

(Įkurta 1952m.)



PAMALDOS SEKMADIENIAIS

11:30 val. r.

(Kun. Liudas Millauskas)

Vakarinės pamaldės ketvirtadieniais 8val.v.

f Teviskės Parapija

teviskes.parapija@gmail.com
Tel. 708-567-9044

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, 773 E. Independence Drive, #4, Palatine, IL 60074*



GAIVINANTI CITRUSINIŲ VAISIŲ ARBATA

Jums reikės (4 asm.): 800 ml vandens, 4 juodos arbatos pakelių, saujos mėtos šakelių, 1 ½ š. cukraus pudros, 200 ml šviežiai spaustų apelsinų sulčių, pusės vieno laimo sulčių. Pateikimui: ledo, šviežios mėtos lapelių, apelsino ar citrinos griežinėlių

Paruošimas: Arbatos lapelius užpilkite karštu vandeniu, įmaišykite cukraus pudrą, įdėkite mėtos šakelių ir palaikykite 10 minučių. Nusunkite ir atvėsinkite. Atvėsusį gėrimą sumaišykite su apelsinų sultimis, įspauskite limo sulčių. Pagardinkite apelsino griežinėliais, mėtos lapeliais, ledu.

Atgaiva karštą vasaros dieną Naminė šalta arbata

ŠALTA ARBATA SU KAMELIZUOTAIŠ PERSIKAIŠ

Jums reikės (4 asm.): 3 pakelių baltos arbatos, 2 pakelių žalios arbatos, 1 l ir 125 ml vandens, 2 puodelių pjaustytų šviežių persikų, 2 v. š. granuliuoto cukraus.

Paruošimas: Užvirinkite 1 l vandens ir į jį įmerkite arbatos pakelius. Palaikykite 4 minutes, pakelius išimkite ir leiskite arbatai atvėsti. Į įkaitintą puodą dėkite persikus, cukrų ir pilkite 125 ml vandens. Kai vanduo pradės kunkuliuoti, sumažinkite kaitrą. Lėtai maišydami kaitinkite apie 10 minučių arba kol persikai suminkštės. Karamelizuotus persikus dėkite į atvėsintą arbatos gėrimą ir palikite atvėsti kambario temperatūroje apie pusvalandį. Dėkite į šaldytuvą dar 2–3 valandoms, kol pilnai atvės. Gėrimą į stiklines pilkite naudodami sietelį. Pateikite su ledo kubeliais.



ENERGIZUOJANTI RAUDONOJI ARBATA SU IMBIERU

Jums reikės (4 asm.): 2 pakelių raudonosios (rooibos) arbatos, 1 l vandens, ¼ puodelio medaus, pusės citrinos sulčių, ⅓ š. nulupto ir smulkinto imbiero, saujos mėtos šakelių. Pateikimui: šviežios mėtos lapelių, ledo kubelių

Paruošimas: Į virintą vandenį įmerkite arbatos pakelius ir mėtos šakeles, po 4 minučių viską išimkite. Gėrimą sumaišykite su likusiais ingredientais ir palikite atvėsti šaldytuve 2–3 valandoms. Pateikite su šviežios mėtos lapeliais ir ledo kubeliais. ■

Geriausia apsauga nuo uodų – narkotikai. Vartoji narkotikus – uodai dingsta! Atsiranda dinosaurai, čigonai, gera nuotaika, policininkai, gydytojai, ufonautai, drugeliai...

– Panele, ką veiki šiandien vakare?
– Paskambink rytoj, papasakosiu!

Tikrai nereikėjo pareiti namo girtam ir žmonai pasakius „Papūsk!“, atsakyti: „Tau ką, oro trūksta?“

Policija jau antri metai negali už rankos sučiupti sukčiavimu įtariamo vazelinio gamyklos direktoriaus.

Kalbasi bendradarbiai:
– Šefas uždraudė darbo metu gerti kavą ir skaityti laikraščius.
– Tai ką dabar veiksime?
– Gersime arbatą ir skaitysime žurnalus.

Ji:
– Brangusis, lėkim atostogų į Bahamas.
Jis:
– Tai neįmanoma, juk mes turime pagalvoti apie skolas.
Ji:
– Bet mes juk apie jas galime galvoti ir Bahamose...

1152 diena be vaikinio: vakar naktį bandžiau pati sau pasibučiuoti kaklą.

Viršininkas pavaldiniui:

– Ką dabar darai?
– Nieko...
– Kai baigsi – užėik.

– Tu nesiruošei numesti svorio?
– Taip, tai ir valgau salotas.
– Tai, kad čia grybai, mėsa, bulvės, dešra ir majonezas..
– Aš ir sakau: valgau s a l o t a s.

Stomatologo kabinete:

– Taiiip, viskas. Dabar, prašyčiau, pora valandų nevalgyti.
– Ką jūs, gydytojau. Va, atsiskaitom ir aš kokį pusę metų badausiu...

Tėvas pamokslauja sūnui:

– Sūnau, ar žinai, kad būdamas tavo metų, Winstonas Churchilis kiekvieną rytą keldavosi penktą valandą ir darydavo mankštą?
– Tėti, ar žinojai, kad sulaukęs tavo metų Winstonas Churchilis jau buvo Britanijos ministras pirmininkas? – atkirto sūnus.

Įmonės vadovas klausia įsidarbinti norinčio vyro:

– Ar jūs vedęs?
– Ne, bet vis tiek darau viską, ką man sako.

Lenino šūkis „Mokytis, mokytis ir dar kartą mokytis“ iš tiesų reiškia vieną neišlaikytą egzaminą ir du perlaikymus.

Specialistas, atsakingas už atominės elektrinės saugumą, pasakė „šakės“ dėl kišenėje iš parkerio išsiliejusio rašalo. Tačiau 15 žmonių visgi pražilo.

– Mes išvežame jūsų skalbimo mašiną remontuoti!
– Mama, čia tavęs atėjo!

Rado kartą trigalvis slibinas stebuklingą staltiesę, kuriai pasakius „duok maisto“ ji pasidengia įvairiausiais valgiais. Prisikimšo slibinas maisto ir sprogo. Moralas: neėsk trim burnom, kai turi tik vieną užpakalį.

Anglas turi žmoną ir meilužę. Myli žmoną. Prancūzas turi žmoną ir meilužę. Myli meilužę. Italas turi žmoną ir meilužę. Myli mamą. Rusas turi žmoną ir meilužę. Myli degtinę.

Prie prostitutės sustoja automobilis. Vyriškis atidaro dureles ir klausia:

– Ką tu gali padaryti už 300 dolerių?
– Absoliučiai viską...
– Tuomet važiuojam, man reikia pamatus išmūryti.

– Kas tai yra bendroji narkozė?
– Kai kartu su pacientu užmiega ir visi gydytojai.

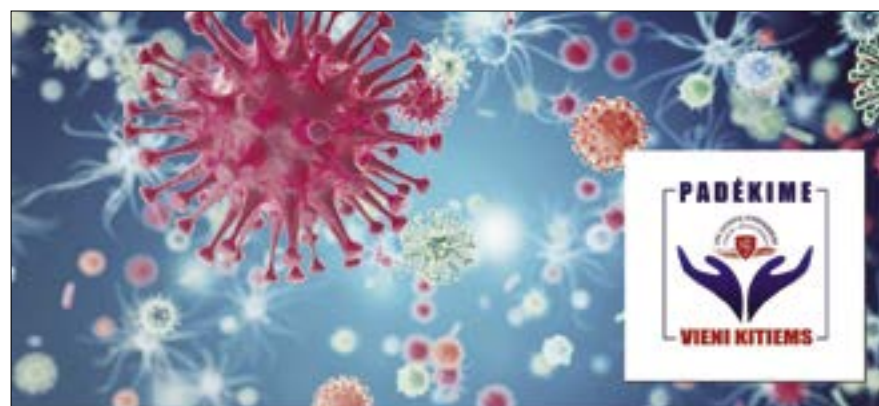
Kalbasi du sodininkai:
– Augalams patinka, kai su jais kalbiesi.
– Puiku, eisiu dabar įžeidinėti piktžolių.

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 vyriausybinius puslapius.

Savaniai 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.



Elena LEVITIN M.D.

Chirurgė

Board certified in General Surgery
Member of American College of Surgeons
DIAGNOSTIKA IR CHIRURGIJA

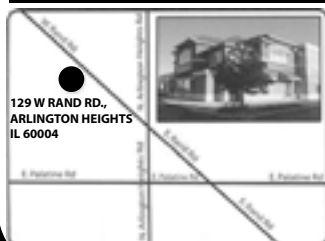


- Skrandžio ir žarnyno sutrikimai, rezekcija
- Tulžies pūslės, išvaržos, apendicito, storosios žarnos laparoskopija ir atvirosios operacijos
- Krūtis augliai ir vėžiniai susirgimai
- Endoskopija, kolonoskopija
- Chirurginė onkologija
- Divertikulitas • Hemorojus
- Augliai ir polipai • Traumos darbe

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



ADVANCE

NEKILNOJAMAS TURTAS:

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



📞 847-877-7003

Aurelia Vaičekonienė

REAL ESTATE BROKER



SIŪLO DARBA

**Mažai transporto kompanijai reikalingas CDL vairuotojas ir Owner Operator. Geras užmokes-
tis, lanksčios darbo sąlygos, savaitgaliai namuose. Tel. 708-945-8238**

Reikalingi darbininkai pastoviam darbui prie remonto ir statybu darbu. Skambinti arba rasyti zinute (708) 906-3040

Ieškau autobody meistrų (remontas, dažymas, skardų tiesinimas). Darbas Lisle. Tel. 312-804-8011

Reikalingi elektrikai. Tel. 847-341-4559.

**Atlantic Express Corp reika-
lingi: Automobilių į kontei-
nerius krovikai (patirtis nėra
būtina, apmokinsime), pil-
nai daro savaitę. Prisijunkite
prie mūsų! (708)907-3005
j.egle@atlanticexpresscorp.com**

Šiauriniame priemiestyje esančiai populiariai maisto prekių parduotuvei skubiai reikalingi pardavėjai pilnai darbo savaitę. Geras atlyginimas, pensijų planas 401K, apmokamos atostogos, bonusai, puikus kolektyvas. Skambinkite tel. 847-867-2402, kvieskite Aliką.

Troko remonto dirbtuvėms Crestwood reikalingas patyręs troko remonto meistras. Pradžiai 30 dol./val. Tel. 312-647-1757.

Mažai transporto kompanijai reikalingas CDL vairuotojas ir Owner Operator. Geras užmokes-
tis, lanksčios darbo sąlygos, savaitgaliai namuose. Tel. 708-945-8238

Troku kompanijai reikalingi CDL-A klases vairuotojai ir troku savininkai darbui su konteineriais. Darbas nuo pirmadienio iki penktadienio, namie kiekviena vakara ir savaitgaliai laisvi. Kroviniai isveziojami po aplinkines valstijas IN, WI, MI, IA, IL. Susidomejusi skambinti tel: 708 296 2148 arba 708 554 1993

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

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.

Reikalingi CDL vairuotojai tolimiesiems reisams. Full arba Part time. Mokame nuo 53 iki 58 ct už mylią. Tel. 773-396-6725.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Kaip pateikti skelbimą

Skelbimus pateikti ir apmokėti galite vienu iš šių būdų:

Užpildykite laikraštyje esančią **FORMĄ** ir atsiųskite į dėję į voką kartu su čekiu arba money order Ethnic Media vardu šiuo adresu: **Ethnic Media, 773 E. Independence Drive, #4, Palatine, IL 60074**

SKAMBINKITE nemokamu numeriu **877-459-0909** ir padiktuokite savo skelbimo tekstą, nurodykite, kokiam savaitę skaičiui norite jį įdėti, ir palikite savo kontaktinį telefono numerį. Mes perskambinsime jums per artimiausią darbo dieną ir priimsime skelbimo apmokėjimą.

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

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

Patys paskelbkite savo skelbimą laikraščio **SVETAINĖJE**, skyrelyje „Skelbimai“, kurį taip pat galite pasiekti per šią nuorodą: <https://aidas.us/private-ads>. Svetainėje taip pat galėsite ir apmokėti savo skelbimą.

Bendrosios skelbimų talpinimo taisyklės:

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

Aidas

Pažymėkite tinkamą skyrių

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

Skelbimo tekstas _____

(pritrūkus vietos, pridėkite papildomą lapą)

	Žodžių skaičius	Leidinių skaičius	Skelbimo kaina
<input type="checkbox"/> 1. Skelbimas neparyškintomis raidėmis – 50c už žodį.	<input type="text"/> X \$0.50 X	<input type="text"/> =	\$
<input type="checkbox"/> 2. Skelbimas paryškintomis raidėmis – 60c už žodį.	<input type="text"/> X \$0.60 X	<input type="text"/> =	\$
<input type="checkbox"/> 3. Skelbimas DIDŽIOSIOMIS raidėmis – 60c už žodį.	<input type="text"/> X \$0.60 X	<input type="text"/> =	\$
<input type="checkbox"/> 4. Skelbimas PARYŠKINTOMIS DIDŽIOSIOMIS raidėmis – \$1.20 už žodį.	<input type="text"/> X \$1.20 X	<input type="text"/> =	\$
<input type="checkbox"/> 5. Įrėmintas skelbimas – \$5 (dydis 1" x 1,5")			

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

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

Sudėkite 1-6 punktų sumas

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

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

APMOKĖJIMO FORMA:
ČEKIS
MONEY-ORDER

Neapmokėti skelbimai nebus publikuojami

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

PAŲIKIMA 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

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

Nekilnojamojo turto ir paskolų kompanija įdarbina agents ir loan originators. Puikios 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. Būtinis 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

PERKU / PARDUODU 

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

PAMOKOS 

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

PASLAUGOS 

Perkraustome, išvežame šlamštą. Tel. (708) 275-1306.

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

Autobody tvarkymas ir dažymas. Tel. (630)827-9478 Kęstas.

Pečių ir kondencionieriu remontas, keitimas. Phone 630 9151267

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

Vežų žmones. Tel. 773-387-6274

Elektros darbai. Phone 7739884303

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

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

IEŠKAU NUOMOTIS 

Moteris išsinuomotų kambarį pietiniuose rajonuose. Tel.773-627-2818

NUOMA 

Išnuomojami erdvūs, naujai suremontuoti 1 kambario butai Hillside. Kaina \$1150 mėn. (vandu, šildymas, dujos, parkingas įskaičiuoti). Geras susisiektimas ir su centru, ir su aplinkiniais rajonais. Skambinti tel (708) 497 9290. .

Hickory Hills. Nebrangiai kambarys dviejų miegamųjų bute. 708-969-2153

Vyrui išnuomojame kambarį nuosavame name su atskiru įėjimu (asmeniui be žalingų įpročių). Visi patogumai, su baldais. Oak Lawn. Tel. 630-670-8336

Išnuomojamas kambarys Orland Parke. Tel. 708-645-6556.

Išnuomojamas kambarys Orland Parke. Tel. 708-645-6556

Išsinuomokite 2 ne savaitgalio paras, 3-ią 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, stebinant smėlio kopomis bei pasivaikščiojimo takais. Ši vila puikiai tiks atšvesti Jūsų šventes arba tiesiog pabėgti nuo kasdienybės ir pailsėti prie jaukaus židinio su karšto vyno taure bei pažaisti biliardą ar pasi-

kaitinti pirtyje. Patogu išsinuomoti keletui šeimų, yra 4 erdvūs miegamieji, 4 vonios, gali apsigyventi iki 16 žmonių. Greitas susisiektimas - 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 privatūs teniso kortai. Patogu išsinuomoti keletui šeimų, yra 4 erdvūs miegamieji ir 4 vonios. Patogus susisiektimas - tik 1.5 val. nuo Čikagos. Ši vila puikiai tiks atšvesti Jūsų šventes arba tiesiog pabėgti nuo kasdienybės ir pailsėti. Kaina nuo \$669 už naktį. Rezervacija tel. (630)202-6867

AURORA

Aurora. 2 miegamųjų, 2 vonių taunhausas su dviviečiu garažu. Neįpervilio 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 buitinė technika, granitiniai stalviršiai, pilnai atnaujinta vonia. Naujos spintelės granitinis stalviršis. Antras aukštas. Yra balkonas. Labai rami vieta, geras susisiektimas 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

Nekilnojamo Turto Paieska



USA Realty

Pirkimai, Pardavimai, Nuoma

Geros Pardavimo ir Pirkimo Salygos

24/7

DAIVA JUKNIENE

630-400-2848 Call/text

DUMPSTER RENTAL
Residential and Commercial

A CITY SUBURBAN

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

KIRPĖJA INETA

- Vyriški, moteriški kirpimai
- Plaukų dažymas
- Proginės šukuosenos
- Cheminiai šukuosenimai

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

Profesionali kirpėja VILMA

- Kirpimai
- Dažymas
- Cheminiai šukuosenimai
- Proginės šukuosenos
- ILGALAIKIS PLAUKŲ PRISOTINIMAS KEROTINAS

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

DANTŲ TECHNIKOS LABORATORIJA

Laboratorija atidaryta nuo pirmadienio iki penktadienio

Tik per 2 valandas!

APMOKĖJIMAS TIK GRYNAISIAIS

TAISO dalinius ir pilnus PROTEZUS



Protezų priėmimas vyksta darbo dienomis nuo 10 iki 12 val.

Kalbame angliškai ir rusiškai

(847) 353-8075

PSICHOLOGINĖS KONSULTACIJOS

- Depresija, nerimas, panikos atakos
- Psichologines traumas, 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

BUHALTERINIAI SKAICIAVIMAI:

- ★ TAKSAI PERSONALINIAI IR BIZNIO
- ★ ATLYGINIMAI / PAYROLL
- ★ PASLAUGOS TROKU KOMPANIJOM
- ★ BILLING, PERMITS, IFTA IRK T

D GROUP BUSINESS SERVICE

630-400-2848 Call/text

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 slidinėjimo trasos. Kaina \$1,050. 773-983-4461

Downers Grove. Išnuomojamas arba išsimokėtina parduodamas plytinis namas su pilnai įrengtu pusrūsiu ir dideliu kiemu. 5 minutės nuo centro ir traukinių stoties. Downers Grove mokykla. \$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 Stokovui, 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 apynauja buitinė 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 plus elektrą. 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 pirmamame 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 nekilnojamajam 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 nekilnojamajam 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 GARAŽAS. KAINA \$195,000, SKAMBINTI KĖSTUI 847-401-4797, „Z TEAM“

CRYSTAL LAKE

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

PARDUODAMAS RANČOS STILIAUS NAMAS, 3 MIEGAMIEJI, 1 VONIA, ŽIDINYS, „SUNROOM“, NAMAS RANČAS ŠALIA EŽERO. KAINA \$209,000, SKAMBINTI KĖSTUI 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 buitinė 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, atviros erdvės, šviesus, su dideliu 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“

ROMEOVILLE. Parduodamas 2 miegamųjų, 2 vonių, su vienos mašinos garažu, townhouses per vieną aukštą.




Antanas Sereikis
Sertifikuotas, profesionalus inspektorius

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

Inspektorius būtinai tiek parduodant, tiek perkant nekilnojamąjį turtą!

630-802-7100

Greitas patikimas servisas

LOG Service Plus

ŠILDYMAS / ŠALDYMAS

Instaliavimas,
Servisas,
Remontas



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

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.

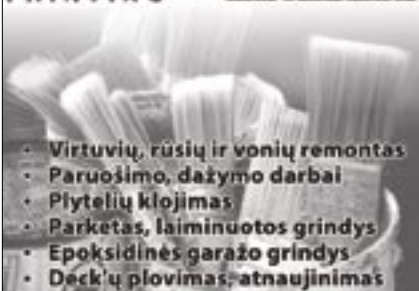
NAUJIENA! DIDŽIULĖS NUOLAIDOS!
Visiems mokymams, vykstantiems naujoje patogioje vietoje Čikagoje. Vos 3 mylių atstumu nuo Chicago Downtown! Prie 55 greitkelių! Paskubėkite! SALE ends soon!



Rusų kalba: English:
630-202-4932 630-232-3250

Mokykla patvirtinta linojaus valstijos aukštesniojo mokslo departamento

Naujų, rezidencinių, komercinių pastatų ART INTERJERAS PAINTING EKSTERJERAS



• Virtuvė, rūšių ir vonių remontas
• Paruošimo, dažymo darbai
• Plytelių klojimas
• Parketas, laiminuotos grindys
• Epoksidinės garazo grindys
• Deck'ų plovimas, atnaujinimas

708-638-1048, Artūras
EPA sertifikuotas - Prizmo kodito kortelės

Reikalingi OWNER OPERATORS

82% Su mūsų MC numeriu.
Suteikiame treilerį.

90% Jeigu norite dirbti
su savo treileriu.

7% Su jūsų MC numeriu.

10 metų biznija.
100% Owner Operators

**Skambinkite:
630-596-6746**

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

Townhouses turi aukštas lubas, laminato grindis, lauke yra dekas. Viduje yra skalbykla, džiovyklė. Į asociaciją įeina clubhouse ir baseinas. Tik \$35 į mėnesį asociacijos mokestis. 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 granitiniiais 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 rūšys. 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 BEISMAN-TAS, 2 MAŠINŲ GARAZAS. KAINA \$122,500, SKAMBINTI KĘSTUI 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 Lemon-

to Pasaulio Lietuvių Centro, greitkelių, parkų, mokyklų bei parduotuvių. Natūralios šviesos pripildytas interjeras, jaukus valgomas, privatus ofiso kambarys, kietmedžio grindys bei stoglangiai. Gurmaniška balta virtuvė, granito stalviršiai, stainless steel įranga, pusryčių kambarys su stiklinėmis durimis į deka. Šeimyniniame kambaryje mal-komis kūrenamas akmens židiny. Jaukus master miegamasis su prabangia vonia. Erdvus, pilnai įrengtas žemesnis 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

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 mokestis. 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. Virtuvėje 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

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 mėgautis teise į pakrantę: jūsų laukia smėlio paplūdimiai, žaidimų aikštelė, vieta priplaukoje (derinti su asociacija). Naujas stogas ir apdaila, langai, durys, santechnika, 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 keltis 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, elegantiški nauji laiptai valgomajame. Graži vieta, netoli ežero ir paplūdimio. \$139,000. Albina Van Maer, Bluebird Realty, Inc. Tel. (630)234-2642, bluebirdrealtor@gmail.com

INTERNATIONAL DAY CARE CENTER

LICENCIJUOTAS VAIKŲ CENTRAS-DARŽELIS-MOKYKLĖLĖ

Priimame vaikučius nuo 15 mėn iki 12 metų

Adresas: 4780 Karns Ave.
Lisle IL 60532
(Naperville-Lisle riba)
Dirbame ištisus metus darbo dienomis
7:00 v.r. - 6:30 v.v.

630-479-7287

www.internationaldaycarecenter.com

Neturi gyvybės draudimo?
Nemirtingi būna tik kine!

Gyvybės ir sveikatos draudimas Pensijų fondai

Paskambink!

Wilma 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 išsėję, 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 60541
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

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



Sale Dates: August 12th Thru August 18th, 2020



California Seedless
White Grapes
\$1.79
Lb.



California Prima
Extra Large
Peaches
\$1.99
Lb.



Seedless
Whole
Watermelon
\$4.49
Each



Homegrown
Tomatoes
79¢
Lb.



Ripe
Avocados
3/\$2
For



Sara Lee
Honey Ham
\$2.49
1/2 Lb.



Land O Lakes
Yellow
American
Cheese
\$1.99
1/2 Lb.



Beef
Ground
Chuck
\$2.99
Lb.



Marinated
Pork
Shish-
Kabobs
3/\$5
For



Fresh
Whole
Chicken
99¢
Lb.

LIMIT 3 PLEASE



Horio Extra Virgin
Olive Oil
\$17.99
3 Liter

LIMIT 3 PLEASE



Caputo
White
Vinegar
\$1.69
Gallon



Bee the
Greek Queen
Honey
\$4.99
32 Oz.



Papadopoulos
Petit-
Beurre
Biscuits
\$1.99
3 Pk.



Ferrero
Nutella
Hazelnut
Spread
\$5.99
750 Gr.

LIMIT 2 PLEASE



Dean's
Whole
Milk
\$3.49
Gallon



Dean's
Cottage
Cheese
\$2.99
24 Oz.



Bandi
Kefir
\$4.99
59 Oz.



Fage
Total
Yogurt
\$4.99
1 Kg.

LIMIT 3 PLEASE



Apollo
Thin #4
Fillo
Dough
\$1.99
16 Oz.