

Atsitiko nelaimė?
Matai problemą?
Visuomenė privalo
apie tai sužinoti?

ŠIAULIAI
KURŠĖNAI
RADVILIŠKIS

JONIŠKIS
KELMĖ
NAUJOJI AKMENĖ

Paskambink budinčiam reporteriui d. d. 8-17 val.

8 650 84 444

ŠIAULIŲ REGIONO SAVAITRAŠTIS

Tiesia pagalbos ranką besilaukiančioms šeimoms

Šiaulių vyskupijos Šeimos centras rengia seminarą „Prenatalinis ryšys. Kūdikio kelionė į pasaulį“, kurį ves prenatalinė psichologė I. Drupienė.

► 5 p.

Skaitytojų laiškai

Dr. Jonas Jasaitis, „Mokslo Lietuvos“ vyriausiasis redaktorius, kreipėsi į „Etapius“, prašydamas informuoti apie išskraipytus Šiaulių apylinkių vietovardžius.



► 2 p.

Nemokamos teisinės konsultacijos – dovana prieš šventes

„Caritas“ pradeda registraciją į konsultacijas, kurios vyks nuo lapkričio 27 iki gruodžio 8 d. visoje Lietuvoje.

► 4 p.

etapius + KVADRATAS

Kartą per mėnesį
nemokamas
kultūros ir meno
priedas



Vaikams bus skirtos dvi naujos atmintinos dienos

Atsisakydamas sovietinių tradicijų, Seimas iš atmintinų dienų sąrašo išbraukė Tarptautinę vaikų gynimo dieną. Bet vaikai neliks be šventės.

► 6 p.



Pakels atlyginimus mokslo darbuotojams

Seimas pakels atlyginimus mokslo darbuotojams, augimas kitąmet turi siekti maždaug 30 proc., skaičiuoja Švietimo, mokslo ir sporto ministerija.

► 19 p.

Lietuvos istorijos akcentai

Lietuva lapkričio 24-ąją:

1936 m. Klaipėdoje gimė lietuvių literatūros tyrinėtojas, kritikas Algis Samulionis. Mirė 1994 m.

1990 m. įsteigta Lietuvos liberalų sąjunga.

1992 m. Lietuva ir Kataras užmezgė diplomatinius santykius.

1995 m. Čekijos Respublikos prezidentas Vaclavas Havelas priėmė Lietuvos ministrą pirmininką Adolfą Šleževičių.

1997 m. UNESCO būstinėje Paryžiuje pristatyta senųjų Lietuvos knygų paroda.

2002 m. Vilniuje su neoficialiu vizitu viešėjo Lenkijos prezidentas Aleksandras Kwasniewskis.

2016 m. Rytų Kazachstano mieste Pavlodare atidarytas Lietuvos garbės konsulas.

Užsienio istorinių sukakčių kalendorius:

1642 m. kapitonas Abelis Tasmanas atrado salą, kuri vėliau buvo

pavadinta jo vardu – Tasmanija.

1655 m. gimė Švedijos karalius Karolis XI, įtvirtinęs absoliučią monarchiją, gyvavusią iki 1718 metų.

1859 m. išleistas Charleso Darvino veikalas „Rūšių atsiradimas“.

1864 m. gimė prancūzų tapytojas Henri de Toulouse-Lautrecas.

1963 m. Dalaso policijos skyriuje nušautas JAV prezidento Johno F. Kennedy'io žudikas Lee Harvey'is Oswaldas.

1991 m. nuo AIDS mirė popžvaigždė, Didžiosios Britanijos grupės „Queen“ dainininkas Freddie'is Mercury'is.

1995 m. Airijoje įvyko referendumas dėl skyrybų legalizavimo – 50,28 proc. rinkėjų balsavo už tai, kad būtų panaikintas 70 metų galiojęs draudimas skirtis.

2012 m. tinklalapyje „YouTube“ vaizdo klipas „Gangnam Style“ buvo peržiūrėtas daugiau nei 808 mln. kartų ir tapo populiariausiu įrašu tinklalapio „YouTube“ istorijoje.

Eltos informacija

ARTIMIAUSI ORAI ŠIAULIUOSE

Penktadienis 11.24		Šeštadienis 11.25		Sekmadienis 11.26		Pirmadienis 11.27	
Naktis	Diena	Naktis	Diena	Naktis	Diena	Naktis	Diena
1 °C	2 °C	-2 °C	-1 °C	-4 °C	-3 °C	-5 °C	-3 °C
4 m/s	4 m/s	3 m/s	2 m/s	2 m/s	3 m/s	5 m/s	7 m/s

Lietuvos hidrometeorologijos tarnybos informacija

Globėjų fotografijose – šeimos, kuriose svetimų vaikų nėra

Gruodžio 1 d. Venclauskių namuose-muziejuje bus atidaryta paroda „Užauginti žmogų“.

Foto Plunksna nuotr.

► 3 p.

Skaitytojų laiškai

Iškraipyti vietovardžiai

Reikėtų savaitraščio skaitytojams pranešti apie iškraipytus Šiaulių apylinkių vietovardžius:

1) DAINAI, o ne Dainos.

2) DAUSIŠKIAI, o ne Dausiški.

3) JUODENKIAI, o ne Juodinkiai.

Vietovardžius reikia rašyti remiantis dokumentais ir vietinių gyventojų liudijimais, o ne taip, kaip užsimano koks nors juos „modernizuoti“ užsimanęs klerkas. Minėtas Šiaulių rajono kaimas yra Dainai, o ne Dainos. Tačiau jeigu nuo Kuršėnų apylinkės pasuksite Šiaulių link į senąjį vieškelį, jus pasitiks klaidinantis užrašas – DAINOS. Atkurtoje Pirmojoje Respublikoje (1918–1940) vykdamas žemės reformą, buvo išdalytas netoli Šiaulių buvęs Gytarių dvaras. Tada žemės gavo ir mano a. a. tėvelis, Lietuvos karys savanoris, puskarininkis Jonas Jasaitis. Aš gimiau ir užaugau Dainuose, o ne Dainose.

Lankiau pradinę mokyklą, įsikūrusią gretimame Dausiškių kaime. Šią mokyklą ant Dausiškių kaimo kalnelio pastatė Lietuvos Pirmosios Respublikos valdžia, vykdydama tuometę švietimo reformą. Joje taip pat mokėsi vai-

kai, gyvenę Dainų, Vijolių, Kuprių, Juodenkių, Pailių ir kituose gretimuose kaimuose. Mokyklos pastatas yra išlikęs iki šiol, tačiau dabar jis paverstas gyvenamuoju namu.

Tos reformos metu įkurtų mokyklų pastatai buvo gana kuklūs, bet praktiški: vienaaukščio namo vienoje pusėje – klasė, kitoje – butas mokytojui. Mano pirmoji mokytoja buvo Pranė Jankutė, nuostabi pedagogė, nužudyta 1949 metais. Jokioje Voveriškių mokykloje, kaip dabar rašinėjama, ji niekada nedirbo. Mano keturių klasių baigimo pažymėjime parašyta, kad baigiau Dausiškių pradinę mokyklą.

Šis kaimo pavadinimas susijęs su gražiu lietuvišku žodžiu „dausus“. Kai dabar atidarytos naujos kapinės, tikrai būtina jas vadinti tikruoju istoriniu vardu. Apie tai Šiaulių spaudoje jau buvo rašyta: žr. „Šiaulių naujienos“, 2021-04-08. Rajono švietimo įstaigų archyvuose pavadinimuose taip pat vyrauja Dausiški, o ne Dausiški. Tiesa, šioje publikacijoje prikimšta ir įvairių iš antrinių šaltinių surinktų prieštarigų postringavimų apie neva teisėtą Dausiškių pavadinimą.

Peržiūrėdamas kitų gretimų kaimų pavadinimus, radau dar vieną iškraipytą vietovardį – Juodinkiai. Tik-



L. Nekrašo nuotr.

rasis kaimo pavadinimas – JUODENKIAI. Būtent iš šio kaimo į Dausiškių mokyklą ateidavo mano bendraklasis V. Dargužas ir kt. Matyt, kažkokiam, atsiprašant, raštininkui, pasirodė, kad kaimo pavadinimą reikia susieti su žodžiu „juodinti“, kaip ir Dainus – su „dainomis“.

Vietovardžių iškraipymas – visoje Lietuvoje paplitusi bėda. Kartais jau būna net sunku atskirti, kuris iš jų teisingas, o kuris – sudarkytas. Štai du pavyzdžiai: Karčiamai (Radviliškio r.) dabar – Karčiamos, nes kažkam susirodė, kad reikia „taisyklingai“ vadinti. Bet, studentai būdami, visada sakydavome Karčiamai. Bendrakursės iš taip vadintos gyvenvietės atvykdavo. Prieš kurį laiką kažkoks veikėjas buvo nusprendęs, kad reikia rašyti Juozapavas, nors tikrasis bažnytkaimio pavadinimas – Juozapava (Šiaulių r.). Laimei, vietos bendruomenė apsigynė. Bet štai nau-

jųjų kapinių pavadinimą būtina ištaisyti. Tikrai – Dausiški, bet ne Dausiški.

O ir mokytojos Pranės Jankutės biografija pasibaisėtina iškraipyta. Buvo labai gerbiama mokytoja ir ji niekada nebuvo sovietų režimo kolaborantė. Bet gyventi sovietmečiu nebuvo lengva. Jos laidotuvėse dalyvavo tiek žmonių, kiek niekada daugiau neteko matyti. Daugiau nei per valdžios suvartytas „gegužines“ (Gegužės pirmąją) arba per „spalines“. Gal ateis laikas, kai bus atsakyta, kas iš tikrųjų užsakė ją nužudyti... Nors ir archyvai gali būti anuo metu suklastoti, tačiau žmonių nuoširdžios pagarbos nelaimėsi, jei nebūsi to vertas. P. Jankutė ne vieną šeimą nuo išvežimo į Sibirą išgelbėjo.

Jūsų laikraštis – labai turin-gas, kelia įdomius klausimus.

Todėl ir parašiau.

Dr. Jonas Jasaitis,

*„Mokslo Lietuvos“
vyriausiasis redaktorius*

Tamsūs šešėliai pasmerkia save mirčiai

50-metis Kelmės r. gyventojas, ignoravęs Kelių eismo taisyklės (KET), nuolat alkoholio piktnaudžiavimu tampęs likimą už usų, sulaukė lemtingo nuosprendžio.

Praėjusio pirmadienio pavakarę Maironių kaime buvo konstatuota jo mirtis. Tamsoje be jokių šviesų atspindinčių elementų vyrą kludė ir mirtinai sužalojo pro šalį važiuojęs automobilis „Peugeot“. Nuo Tytuvėnų link Kelmės važiuojęs vairuotojas iš sutemų išnirusį tamsų šešėlį pamatė prieš pat Maironių kaimo pradžią. Žmogus ėjo ne kelkraščiu, o važiuojama kelių dalimi ir vairuotojas jį pamatė likus metru iki jo. Smūgio išvengti nepavyko, nors vairuotojas vairą staigiai pasuko kairėn.

Smulkiausias šviesų atspindintis elementas ar šviesų atspindinti liemenė pėsčiajį matomą būtų padarę daug didesniu atstumu ir nelaimė būtų neįvykusi. Tačiau KET reikalavimas juos dėvėti pėstiesiems ir dviratininkams vis dar ignoruojamas, ypač kaimiškose vietovėse. O ten – apšvietimas prastas arba iš viso nėra.

Pavojus patekti po automobilio ratais padidė-

ja, jei tamsoje pėdinantis žmogus ne tik būna be šviesų atspindinčių elementų, bet dar ir neblaivus, kai dingsta savisaugos jausmas ir sutrinka koordinacija. Įtariama, kad minėtu atveju taip ir buvo, nes žuvusįjį policijos pareigūnai tą dieną tame pačiame kaime buvo sutikę prieš valandą iki mirties. Ir jis buvo neblaivus. Vyras ir vėl ignoravo KET bei nesaugojo savęs – neblaivus vairavo dviratį. Tada jam nustatytas 1,95 prom. girtumas ir surašytas administracinio nusižengimo protokolas.

Šiais metais Šiaulių apskrities policijos aptarnaujamoje teritorijoje eismo įvykiuose žuvo 1 ir sužaloti 46 pėstieji, iš jų tamsiuoju paros metu nukentėjo 10 žmonių.

Netapkite šios statistikos dalimi. To išvengsite, jei nepamiršite tamsoje nešioti matomumą gerinančių saugos priemonių ir sieksite, kad jos kelyje taptų nuolatiniais palydovais.

Gailutė Smagriūnienė

Plečiasi Šiaulių miesto savivaldybės viešosios bibliotekos paslaugos skaitytojams – įrengti dar du nauji knygomatai

Šiaulių miesto savivaldybės viešoji biblioteka nuolat siekia didinti paslaugų prieinamumą ir reaguoti į besikeičiančius gyventojų poreikius. Tad biblioteka plečia savo knygomatų tinklą ir šiauliečiams pristato du naujus knygomatus.

Iki šiol biblioteka buvo įrengusi knygomatą pietinėje miesto dalyje prie Skaitytojų aptarnavimo skyriaus (Aido g. 27), tačiau dabar nauji knygomatai, kuriuos puošia spalvingi Šiaulių miesto savivaldybės viešosios bibliotekos dailininkės Dalios Brazlauskienės specialiai naujiems knygomatams sukurti piešiniai, jau veikia prie „Šaltinėlio“ filialo (Trakų g. 20A) ir prie Šiaulių Salduvės progimnazijos (K. Kalinausko g. 19).

Įrengus Salduvės knygomatą, patogiau ir greičiau gauti leidinius galės ne tik Salduvės progimnazijos bendruomenė, bet ir Šimšės mikrorajono gyventojai. Knygomatas įrengtas mo-

kyklos teritorijoje, tačiau jis mikrorajono gyventojams laisvai prieinamas kasdien visą parą (24/7).

Svarbu atkreipti gyventojų dėmesį, kad knygos į Aido ir „Šaltinėlio“ knygomatus sudedamos kasdien, nes knygomatai įrengti prie pačių Šiaulių miesto savivaldybės viešosios bibliotekos „Aido“ ir „Šaltinėlio“ filialų.

Tačiau į Salduvės knygomatą knygos vežamos 2 kartus per savaitę: pirmadieniais ir ketvirtadieniais, užsakytas knygas galima atsiimti po 15 val. (iki 11 val. pateikti užsakymai pristatomi dar tą pačią dieną), gavus SMS žinutę.

Taip pat į knygomatus leidinius galima ir grąžinti –

tai gyventojai gali padaryti bet kuriuo paros metu septynias dienas per savaitę.

Knygomatų veikimas labai paprastas ir panašus į daugeliui jau pažįstamų paštomatų.

Užsisakant norimus leidinius internetu bibliotekų kataloge www.ibiblioteka.lt, svarbu pažymėti, iš kurio knygomato norėsite juos atsiimti, pavyzdžiui, jei norite atsiimti Aido knygomate, tai, užsakant knygas, pasirinkti Skaitytojų aptarnavimo skyrių, Bibliografijos-informacijos skyrių, „Aido“ filialą; jei „Šaltinėlio“ knygomate – pasirinkti „Šaltinėlio“ filialą ir jei Salduvės knygomate – pasirinkti „Saulės“ filialą. Gavus užsakymą patvirtinantį el. laišką, reikia sulaukti SMS žinutės su knygomato skyrelio atidarymo kodu. Ir tik sulaukus kodo, eiti pasiimti leidinių. Juos pasiimti reikia per SMS žinutėje nurodytą laiką.



Salduvės ir Aido knygomatai įrengti Šiaulių miesto savivaldybės biudžeto lėšomis.

„Šaltinėlio“ knygomatas buvo gautas iš Šiaulių apskrities Povilo Višinskio viešosios bibliotekos, kuri

įgyvendina 2021–2030 metų Lietuvos Respublikos kultūros ministerijos kultūros ir kūrybingumo plėtros programos pažangos priemonės Nr. 08-001-04-01-01 (PP) „Aukštos meninės vertės,

įvairaus ir įtraukaus kultūros turinio prieinamumo didinimas“ veiklą 4.1.1.6 „Keitimasis knygomis tarp bibliotekų“.

Šiaulių miesto savivaldybės viešosios bibliotekos informacija

Globėjų fotografijose – šeimos, kuriose svetimų vaikų nėra

Gruodžio 1 d. Venclauskių namuose-muziejuje bus atidaryta paroda „Užauginti žmogų“. Jei reikėtų atskirti, kuris vaikas gimė vienoje ar kitoje šeimoje, o kuris buvo priimtas į šeimą, – tikrai nepavyktų. Todėl, kad eksponuojamose fotografijose kiekviena šeima trykšta besąlygiška meile globojamiems vaikams – nors ir ne biologiniams, bet priimtiems širdimi. Tą patį vakarą vyks ir globėjų apdovanojimai.



Enrika Valančiūtė

enrika.valanciute@etaplus.lt

Į vyresnius vaikus būsimi globėjai tarsi nesizvalgo

Po Lietuvą jau metus keliaujanti paroda „Užauginti žmogų“ visuomenei pristato 15 šeimų, kurių viena yra ir iš Šiaulių regiono, t. y. Kelmės, istorijas. Jų išskirtinumas tas, kad fotografijose užfiksuoti globėjai savo namų duris atvėrė ne mažiems vaikams, o jau paaugusiems – tiems, kurie dažniausiai neva būna jau per didelę priimti į šeimą.

„Vis dar yra nemažai neigiamų nuostatų apie globą, o tai apsunkina žmonių apsisprendimą globoti vaikus. Šiandien Lietuvoje 1 162 vaikai vis dar gyvena institucijose. Ir ypač daug vaikų – 977 – yra 10 metų ir vyresni. Vis dar mato-



Emilijos Sasnauskaitės nuotr.

► **Simbolinė.** Kaip pastebi Jurgita Žaliūkienė, iki Naujųjų metų Saulės mieste eksponuojamai parodai parinkta erdvė – net labai simbolinė: „Galvoju, kad būtent mes, šiauliečiai, turime kuo didžiulis. Turime tokią istorinę asmenybę kaip Stanislaiva Venclauskienė, kuri ir buvo vadinama Šiaulių motina. Ji apie 120 vaikų globojo, padėjo jiems išsimokslinti, išleido į gyvenimą.“

me, kad žmonės nesiryžta globoti vyresnių vaikų, – liūdną tendenciją pastebi vykdomos Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos prie SAMD „Vaikai yra vaikai“ tinklo iniciatyvos atstovė Deimantė Andriuškevičiūtė.

Pašnekovė sako, kad pagrindinė parodos idėja – skleisti gerąją globos patirtį, dalytis įvairių globojančių šeimų iš Lietuvos gyvenimo akimirkomis, jų kasdienybe, auginant vyresnius vaikus. „Norėjome parodyti tas šeimas, kurios į namus priėmė vyresnius vaikus – tuos, kurie, atrodo, yra mažiau pamatomi mūsų bendruomenės ir visuomenės“, – fotosesijų mintį pristato Deimantė.

Žinoma, taip pat šia gražia paroda norima tiesiog priminti visuomenei apie globos svarbą, paraginti įsileisti į savo širdis ir namus vaikus, kurie tikisi turėti mylinčią šeimą. D. Andriuškevičiūtė džiaugiasi, kad jiems labai pasisekė ir įtikinėti globėjų nusifotografuoti su savo šeima ilgai nereikėjo: „Globėjai mato kalbėjimo ir savo pavyzdžio rodymo prasmę. Tikrai sulaukėme labai šiltų reakcijų, galbūt nedrąsiai, bet pakankamai noriai įsileido mus ir turime tikrai labai įdomių istorijų. Buvo labai įdomu pamatyti, kaip žmonės priima tą sprendimą, kiek užtrunka, kokios kamuoja baimės ir kokie po to apdovanojimai juos ištinca. Tai labai šilti ir nuoširdūs žmonės, kurie suprato idėją nešti žinutę apie globą ir galbūt kažką įkvėpti priimti sprendimą globoti.“

Šiaulių miesto savivaldybės socialinių paslaugų centro Globos centro atstovė Jurgita Žaliūkienė sako, kad nors ir daugiau šeimų nusprendžia globoti, tačiau atvirai kalbėti ir

dalytis savo istorija ryžtasi ne visi: „Galbūt todėl, kad globa vis dar yra stigmatizuojamas reiškinys. Nes kai prašai globėjų papasakoti savo istorijas, jie vis atsako, kad nenori, bijo dėl vaikų, nenori apkalbų ir pan. Bet juk turėtum didžiulis, darydamas toki gerą darbą!“

Paroda Šiauliuose – simbolinėje vietoje

Parodos pavadinimas, pasak Deimantės, pasirodė nešantis stiprią žinutę: „Labai svarbus ryšys, meilė vaikui. Ir kokia svarbi misija yra vaiką priimti į namus, tapti jam namais ir užauginti žmogų! Man atrodo, labai gražiai tie globėjai auginą žmones ir Lietuvą.“

Dvejus metus fotografuota globėjų paroda į Šiaulius atvyksta jau aplankiusi nemažai Lietuvos miestų: Vilnių, Zarasus, Palangą, Neringą, Šilutę, Kelmę, Pagėgius, Marijampolę, Alytaus rajoną. „Dešimtas miestas bus Šiauliai“, – sako parodos iniciatorė, „Vaikai yra vaikai“ tinklo atstovė.

Deimantei antrina paroda Šiauliuose besirūpinanti J. Žaliūkienė. Anot jos, parodos idėja yra keisti nuostatas apie globą. „Kaip bebūtų gaila, globa vis dar apipinta įvairiais mitais iki šių dienų: kad tai neva tik dėl pinigų, kad tai labai sudėtingas procesas, kad labai sunku su tais vaikais, kad jie tarsi kažkokie kitokie nei visi kiti vaikai, kad jų genai labai blogi ir pan.“ – dėl visuomenės požiūrio apgailestauja Jurgita ir priduria norinti, kad žmonėms globa asocijuotųsi su gėriu.

Beje, kaip pastebi pašnekovė, iki Naujųjų metų Saulės mieste eksponuojamai parodai parinkta erdvė – net labai simbolinė, nes Venclauskių namai ypač tinka globos idėjai puoselėti. „Galvoju, kad būtent mes, šiauliečiai, turime kuo didžiulis. Turime tokią istorinę asmenybę kaip Stanislaiva Venclauskienė, kuri ir buvo vadinama Šiaulių motina. Ji apie 120 vaikų globojo, padėjo jiems išsimokslinti, išleido į gyvenimą, – primena šiaulietė. – Juk tai yra labai gerai: dalytis savo šeima, savo namais ir padėti tiems vaikams užaugti, būti šalia, duoti jiems dar vieną galimybę, kad galėtų patikėti suaugusiaisiais, savimi ir pasauliu – kad jis vis dėl-



„Foto Plunksnė“ nuotr.

► **Istorijos.** Po Lietuvą jau metus keliaujanti paroda „Užauginti žmogų“ visuomenei pristato 15 šeimų, globojančių vyresnius vaikus, istorijas.



D. Andriuškevičiūtės asmeninio archyvo nuotr.

► **Mintis.** „Norėjome parodyti tas šeimas, kurios į namus priėmė vyresnius vaikus – tuos, kurie, atrodo, yra mažiau pamatomi mūsų bendruomenės ir visuomenės“, – fotosesijų mintį pristato „Vaikai yra vaikai“ tinklo atstovė Deimantė Andriuškevičiūtė.

to gražus ir teikiantis daug galimybių.“

Jaunimas mąsto kitaip

Tiek Deimantė, tiek Jurgita patvirtina, kad globos tema vis labiau gvildinama visuomenėje, o į ją visiškai kitomis akimis žvelgia jaunimas. „Vis daugiau jaunų

šeimų apsisprendžia globoti paauglius“, – džiaugiasi Deimantė.

„Mes einame ir bendraujame su ugdymo įstaigomis, mokyklomis, šviečiame visuomenę, kad šiek tiek keistųsi požiūris. Ir auginame būsimus globėjus. Tai nėra lengvas apsisprendimas, ateinantis greitai. Jis brandinamas kurį laiką. Bet išties jaučiame, kad požiūris keičiasi ir ypač jaunimo. Jie jau supranta globos svarbą – kuo daugiau vaikų bus laimingesni, tuo visuomenė bus laimingesnė, keisis, augs ir bręs“, – antrina J. Žaliūkienė.

Vakaras, skirtas globėjams

Gruodžio 1-ąją, parodos atidarymo dieną, Venclauskių namuose vyks ir globėjų apdovanojimai. Juos

skirs ir teiks Šiaulių miesto savivaldybės atstovai. Pasak Jurgitos, tai proga padėkoti globėjams už jų prasmingą darbą.

„Apdovanojimus teiksime pirmus metus, bet daug metų organizuodavome globėjams skirtus renginius ir teikdavome padėkas. O šiemet bus apdovanojama ir dėkojama už bendradarbiavimą, už atvirą dalijimąsi savo istorija, už ilgą patirtį globojant ir pan.“ – vardija globos centro atstovė.

Ji teigia, kad Šiauliuose išties stengiamasi suburti globėjus, egzistuoja įvairios savipagalbos grupės, kur galima pasidalyti savo džiaugsmiais ir iššūkiais. Bendruomenė nėra didelė, bet Šiauliuose veikiančios globos centrai skatina globėjus burtis ir bendrauti.

„Vienas stipriausių momentų gyvenime – kai gerokai užtelėjęs vaikas pradeda mane vadinti mama. Pirmi kartai išsprūsta pro nejaukumo filtrą lūpose – pasimatuojant, pasveriant, apsvarstant, ar ne per anksti. Niekada neparodau jaudulio – natūraliai priėmus, daug trumpesnis kelias į kasdienybę. Man tai įvertinimas – negimdžiau, neauginau, bet esu mama. Avansu už tai, kad nuo šiandien visada būsiu šalia. Iki pabaigos pasaulio“, – sako globos ambasadorė, 20 vaikų mama, globėja Eglė Vaitkevičienė.

Nemokamos teisinės konsultacijos – dovana prieš šventes

Neišgalintieji susimokėti už teisinės konsultacijas metų pabaigoje tai galės padaryti nemokamai. Aštuntus metus iš eilės rengiamos Lietuvos advokatūros ir Lietuvos „Carito“ akcijos metu neatlygintinai savo teisinės žinias žmonėms dovanos beveik 200 advokatų bei jų padėjėjų. „Caritas“ pradeda registraciją į konsultacijas, kurios vyks nuo lapkričio 27 iki gruodžio 8 d. visoje Lietuvoje.

„Kiekvienais metais matome vis didesnę nemokamų teisinių konsultacijų poreikį – kiekvienais metais pastebime ir didesnę advokatų bei advokatų padėjėjų įsitraukimą, nepaisant to, kad dalis jų antrus metus iš eilės nuolat nemokamai konsultuoja ir Lietuvoje gyvenančius karo pabėgėlius iš Ukrainos. Advokatai bei advokatų padėjėjai atvira širdimi dalija savo žinias žmonėms, kurie tiesiog negali sau leisti pasikonsultuoti teisiniais klausimais su profesionalais“, – sako Advokatų tarybos pirmininkas Mindaugas Kukaitis.

Kaip pastebi Lietuvos „Carito“ generalinė sekretorė Deimantė Bukeikaitė, patiriantiesiems sunkumų iškykla įvairiausių teisinių klausimų: dėl paveldėjimo,

turto, vaikų priežiūros ar išlaikymo skiriantis, antstolių, paskolų, nuomos. Valstybės teikiama nemokama teisinė pagalba – ne visuomet pagelbsti žmogui, tad kitos galimybės, šiuo atveju „Carito“ ir advokatūros siūlomos nemokamos konsultacijos, kasmet labai laukiamos. Vos jai pasibaigus, žmonės teiraujasi, kada vėl galės konsultuotis su advokatais bei jų padėjėjais.

„Galimybė konsultuotis naudojasi ne tik žmonės iš miestų ir mažų miestelių, bet ir „Carito“ darbuotojai bei savanoriai, kuriems nuolat iškykla klausimų, atstovaujant patiriantiesiems įvairių sunkumų, praradusiems namus, išėjusiems ar beišeinantiems iš bausmės atlikimo vietų, nu-

kentėjusiems nuo sukčių, pakliuvusiems į prekybos žmonėmis spąstus ir kitais atvejais. Advokatų bei jų padėjėjų dovanojamos konsultacijos pasitarnauja ir kaip teisinio raštingumo stiprinimas. Kaip rodo mūsų patirtis, būtent teisinių žinių, finansinio raštingumo stoka neretai lemia pasirinkimus, kurie įklampina į skolas ir kitas problemas. Todėl „Carito“ ir Lietuvos advokatūros žinia, kurią norime akcentuoti, – geriau pasitarti prieš priimant svarbius sprendimus, nes dorotis su blogų pasirinkimų pasekmėmis – daug sunkiau, brangiau ir ilgiau užtrunka“, – sako Lietuvos „Carito“ vadovė.

Nuo lapkričio 27 iki gruodžio 8 d. advokatūros ir „Carito“ akcijos metu nemokamas teisinės konsultacijos pasiryžę teikti civilinės, administracinės, darbo, šeimos, baudžiamosios teisės srities profesionalai.

Advokatai ir jų padėjėjai atsakys į klausimus ar nukreips teisinga linkme, sprendžiant paveldėjimo, santuokos nutraukimo, tėvystės nustatymo, išlaikymo priteisimo, gyvenamosios



vietos nustatymo ar pakeitimo, asmens pripažinimo tam tikrose srityse neveikniu, globos ir rūpybos nustatymo, nuomos, panaudos, išsiskolinimų, nekilnojamojo turto, turto arešto ar skolų išieškojimo klausimus.

Negalintieji susimokėti už konsultacijas bus neatlygintinai konsultuojami ir dėl smurto artimoje aplinkoje, orderio įteikimo ar panaikinimo, neteisėto atleidimo iš darbo ir visais kitais klausimais.

„Nežinojimas daro gyvenimą sudėtingą, o žinojimas atrakina duris į gyvenimą. Todėl labai noriu visus, kam aktualūs teisiniai klausimai –

tiesiog nuolat mūsų šalyje gyvenančius tautiečius, tiek užsieniečius, kurie neseniai atsikraustė, padrašinti kreiptis į „Carito“ Lietuvoje skyrius, išsakyti savo problemą, pasinaudoti galimybe registruotis į neatlygintinai teikiamas konsultacijas ir naujus metus pradėti jau su mažesne rūpesčių našta“, – Lietuvos gyventojams žinutę siunčia Advokatų tarybos pirmininkas M. Kukaitis.

Pasak advokatūros vadovo, konkretus teisinis rūpestis žmogui gali atrodyti kaip labai didelė problema, neišsprendžiamas galvosūkis, o tos srities profesio-

nalui advokatui – tiesiog patarimas.

Lapkričio 20 d. prasidėjusi registracija į nemokamas teisinės konsultacijas nepasiturtiesiems tęsis iki pat akcijos pabaigos – gruodžio 8-osios.

Registruotis žmonės kviečiami pagal gyvenamąją vietą. Šiaulių vyskupijos „Caritas“ (apima Šiaulių miestą, Šiaulių, Joniškio, Kelmės, Pakruojo, Radviliškio rajonus) – tel. 8 657 86 463 (Dalia).

Lietuvos „Caritas“ (bendra informacija) – tel. 8 676 29 655 (Erika).

Pranešimas spaudai

Paliaubos kare ir diskusijos visuomenėje

Karo veiksmai Palestinos Gazos Ruože, kur jau beveik pusšimtį dienų vyksta nuožmūs kariniai veiksmai tarp Izraelio kariuomenės ir teroristinės grupuotės „Hamas“, artimiausiu metu gali stabtelėti.

Rytas Staselis

Padedant tarpininkams iš Kataro, Egipto bei JAV, kovojančios pusės susitarė, kad artimiausiu metu gali būti paskelbtos kelių dienų paliaubos. Oponentai nutrauks karo veiksmus, Izraelio aviacija, taip pat bepiločiai orlaiviai tam tikrą laiką nebeatruosios prie Gazos Ruožo teritorijos, o „Hamas“ teroristai perduos Raudonajam Kryžiui iki penkių dešimčių įkaitų (iš maždaug 237), kuriuos pagrobė per š. m. spalio 7 d. surengtas skerdynes pietinio Izraelio teritorijoje, besiribojančioje su Gazos Ruožu. Jeigu viskas vyks taip, kaip susitarė šalys ir po ilgo posėdžio patvirtino Izraelio Vyriausybė, iš kareivijų izraeliečiai įsipare-

gojo dar paleisti pusantro šimto su terorizmu susijusių palestiniečių moterų bei pilnametystės dar nesulaukusių vyrų.

Nors apie galimą susitarimą globalios medijos pranešė dar sekmadienį ir pirmadienį, oficialioji Jeruzalė (Izraelis šį miestą yra paskelbęs savo sostine) apie susitarimą paskelbė tik trečiadienio vakare, nenurodydama, kada jis pradės veikti, ir neatsakydama į klausimus, tokius kaip – kas įvyks, jeigu „Hamas“ susitarimą pažeis?

Svarstant susitarimą Izraelio viduje, kilo audringos diskusijos, nors Vyriausybė, matyt, stengėsi, kad jų būtų kuo mažiau. Galbūt dėl to susitarimo su „Hamas“ projektas nepateko ne tik į Knesetą (parlamentą), bet

net į jo specialiąsias komisijas, atsakingas už gynybą ir saugumą. Kad būtų išvengta platesnių diskusijų bei painių parlamentinių procedūrų.

Daugelis susitarimo oponentų ar tiesiog abejojančiųjų svarsto, kodėl, jeigu jau paleidžiami Izraelio kalėjimuose laikomi nusikaltėliai, nebuvo įmanoma pasiekti, kad mainai vyktų pagal formulę „visi už visus“. Jie dar gi sako, kad derėtis su teroristais žydų valstybei turėtų būti nepriimtina. Juolab į Gazos Ruožą įsiveržusi Izraelio kariuomenė veikia gana sėkmingai – kontroliuoja šiaurinę Gazos miesto dalį, atseka ten įrengtas požeminės komunikacijas, naikina „Hamas“ infrastruktūrą ir patiria palyginti nežymių nuostolių. Tokios pozicijos šalininkai pabrėžia, kad Artimuosiuose Rytuose karo pergalė yra tik tada, kada oponentas volu yra pakeltas po asfaltu. Ir ne kitą (tokį požiūrį man teko girdėti ir Pietų Kaukaze).



Youtube.com stop kadras

Priešingu atveju net nugalėtam oponentui paliekama galimybė karo veiksmų pabaigą interpretuoti savaip.

Po spalio 7-osios įvykių radikalesnis darosi ir visos Izraelio visuomenės požiūris į problemą. Praėjusią savaitę keli į dabartinę koaliciją įeinančių partijų parlamentarai iškėlė pasiūlymą įteisinti šalyje mirties bausmę už teroristinę veiklą. Prieš šią iniciatyvą sukilo spalio 7-ąją įkaitais paimtų žmonių šeimos, nes, jų požiūriu, šitai galėjo pakenkti nelaisvėje esančių

artimųjų saugumui. Tačiau nemaža dalis šalies visuomenės tam pritarė.

Įdomu, kad mirties bausmė Izraelio baudmės kodeksuose yra ir niekada nebuvo panaikinta. Tačiau mirties nuosprendžiai buvo įvykdyti tik du kartus. 1948 m. birželio 30 d. ką tik susikūrusio Izraelio armijos karininkui Meirui Tobianskiui už išdavystę (jis buvo sušaudytas, tačiau vėliau – reabilituotas), taip pat 1962 m. gegužės 31 d. Vokietijos nacių režimo žydų naikimo politikos architektu laikytam Adolfui

Eichmannui, kurį 1960 m. izraeliečių specialieji agentai pagrobė Argentinoje, pargabeno į Jeruzalę ir ten teisė (jis buvo pakartas).

Iki praėjusio amžiaus paskutiniojo dešimtmečio mirties nuosprendžių Izraelio teismai paskelbė ir daugiau, taip pat ir Johnui Demjanjukui, kuris buvo apkaltintas žiauriaus nusišalimais Antrojo pasaulinio karo metu, kai buvo nacių mirties stovyklų prižiūrėtojas. Tačiau visus juos iki įkalinimo ligi gyvos galvos švelnino apeliacinės bei kasacinės teismo institucijos.

Jau nekalbant apie tai, kad vienas dabartinio ministrų kabineto narys lapkričio 3-iąją viešai svarstė galimybę kariuomenei Gazos Ruože panaudoti branduolinį ginklą, kas vėl nuo premjerės Goldos Meir (1898–1978) valdymo laikų išprovokavo globalų ginčą: ar turi Izraelis branduolinių ginklų? Ir dėl tokių savo pareiškimų net nebuvo atleistas iš ministro pareigų.

Šeimos centras tiesia pagalbos ranką besilaukiančioms šeimoms

Šiaulių vyskupijos Šeimos centras, reaguodamas į informacijos trūkumą kūdikių besilaukiančioms šeimoms, gimdyvėms, ateinančių antradienį rengia seminarą „Prenatalinis ryšys. Kūdikio kelionė į pasaulį“, kurį ves prenatalinė psichologė Inga Drupienė. Edita Gulbinienė, Šeimos centro vadovė, dalijasi ir kitomis džiugiomis naujienomis, kurios jauniems tėvams bus tikra pagalba, net išsigelbėjimas.

Siela neturi amžiaus

Įvairūs medicinos, sveikatos centrai supažindina besilaukiančias šeimoms su gimdymu, pogimdyminiu laikotarpiu, bet šiandien situacija vis tiek yra tokia, kad žinių gaunama per mažai. Pasak E. Gulbinienės, mes nelabai žinome, ką kūdikis jaučia išciose nuo pradėjimo, ką išgyvena, kokį pagrindą padedame jo gyvenimui, kai jaudinamės, patiriame stresą.

„Mums atrodo, kad vos užsimezgusi gyvybė nieko nejaučia... Viską kūdikelis jaučia, nes žmogaus siela neturi amžiaus. Kūdikis jaučia, girdi, supranta viską. Kiek ateina pas mane

žmonių pasikonsultuoti, aiškėja, kad net du trečdaliai jų igijo problemų prenatalinėje stadijoje“, – sako centro vadovė, vardydama, kad vienu jų tėvai nenorėjo, kitų norėjo, bet ne tos lyties, tikėjosi, nesitikėjo. Buvo gimusių ir po aborto, vadinamųjų „mirusių išcčių“, todėl mes turime kartą žmonių, kurie buvo labai sužeisti jau išciose.

„Todėl privalome kalbėtis su besilaukiančiomis mamomis, šeimomis. Ką jos išgyvena, ką jaučia, kokia jų gyvenimo kasdienybė, kaip priimamas kūdikis. Tai labai svarbu“, – sako Edita.

Dabartinės mamos apskritai labai sunkiai priima

nėštumą. Nenori gimdyti, negimdo, todėl kūdikėlis, kuris atėjo į pasaulį, jaučiasi nelauktas, sugadinęs mamos ir tėčio planus. „Tai įsivaizduokime, koks užauga žmogus, atėjęs į pasaulį su tokiu užtaisu? Ką jis gero nuveiks gyvenime? O pašaukimas duotas kiekvienam, gyvenimo misiją reikia įvykdyti. Žmogus jaučiasi neįvertintas, nenorėtas, nesaugus, gal vėliau tampa mylimas, apie jį šokinėja, bet sieloje jis gi žino, kaip atėjo į pasaulį. Prasideda jo gyvenime bėdos“, – komentuoja E. Gulbinienė.

Todėl Šeimos centras į pagalbą pasikvietė prenatalinę psichologę Ingą Drupienę, kuri vienintelė Lietuvoje gali dėstyti paskaitas tokia tema. Ji atvyks į sužadėtinių ir visų norinčiųjų susitikimus, supažindins šeimoms ir besilaukiančias mamas su kūdikio psichologija nuo pat jo pradėjimo.

Lapkričio 28 d. 16 val. Pastoraciniame centre įvyks 4 val. trukmės seminaras, į kurį kviečiami ir sužadėtiniai, ir medikai,

ir besilaukiančios šeimos. Editos giliu įsitikinimu, kuo daugiau žmonių gaus vertingos informacijos, tuo labiau pradės kitaip žiūrėti į savo gyvenimus ir į laukiamą vaikėlį, suvoks, kokia yra atsakinga tėvystė, kaip pagimdyti sveiką žmogų.

Mokymai tuo nesibaigs – nuo kitų metų sausio vidurio bus rengiami mokymai besilaukiančioms mamoms, šeimoms: net 3 semestrų kursas, išsamiai supažindinantis su visais džiaugsmiais ir problemomis, su kuriais susiduria jaunos šeimos, jų artimieji, kūdikius tėvams auginti padedantys medikai ir kt.

Tradicškai kviečia į Šeimų šventę

Na, o sausio 7 d. Šiaulių arenoje rengiama tradicinė Šeimų šventė, kurios pavadinimas – „Plačiai Kristui atverkite duris“ (šv. Jonas Paulius II). Pasak E. Gulbinienės, Bažnyčios mokymas skelbia, kad šeima yra mažoji namų bažnyčia, kurioje vaikai atlanda maldos prasmę, pažįsta Dievą ir supranta daug

esminių gyvenimo dalykų. Todėl visos šeimos kviečiamos į šventę švęsti šeimą, švęsti gyvenimą.

Nuo 10 val. Šiaulių arenos fojė šurmuliuos šeimų judėjimų ir organizacijų mugė – organizacijos kviečiamos registruotis, o šeimos – rasti sau mielą ir įdomią organizaciją, išgirsti jos pristatymą ir pasidomėti, kuo ši organizacija užsiima.

„Noriu pastebėti, kad kitais metais tokio formato šventė bus organizuojama paskutinį kartą. Bandysime kažką keisti. Šventė tikrai išliks, bet ji bus kitokio pobūdžio. Planuojame sujungti pajėgas su kitais šalies šeimų centrais“, – žada centro vadovė.

Ji akcentuoja, kad tikinčių šeimų bendrystė yra labai reikalinga. „Šeimos pamato, kad jos yra ne vienos, kad yra daugiau tokių, kurie galvoja apie Dievą, tikėjimą. Sekuliarus pasaulis, kuris supa mus, nėra blogas, bet jis duoda beviltiško jausmą, kad neva visi aplink netiki, o tu kaip balta varna vaikštai į baž-

nyčią. Kai pamatai areną, pilną šeimų, kai bendrai meldžiamasi, supranti, kiek daug tikinčių šeimų. Dvasinių atsivertimų daugėja dėl nūdienos baimių, karų, bet tas tikėjimas greitai nuryksta, jei nesi bendruomenėje. Visai šeimai būti bendruomenėje – be galo brangu ir svarbu. Šventėje yra puiki galimybė susirasti tokių uostą, susipažinus su įvairiomis bendruomenėmis. Kodėl tuo nepasinaudojus?“ – šypsosi E. Gulbinienė.

Žinoma, šv. Mišių metu bus atnaujinti Santuokos sakramento įžadai – pati jautriausia šventės akimirka, o po jų dalyvius pasveikins ir savo jubiliejinę programą dovanos smuikininkė Saulė (Milanas, Italija). Saulė Kilaitė, kuri yra kaunietė, jau porą kartų koncertavo Šiauliuose, o dabar iš geriausių religinių kūrinių parengė programą „Smuiko dienoraštis“.

Kvietimus jau galima įsigyti Pastoracinio centro knygyne-svetainėje „Prie Katedros“ arba Šeimos centre.

Šventės globėjas
Jo Ekscelencija
Šiaulių vyskupas
Eugenijus Bartulis

2024 m.
sausio 7 d.
Šiaulių arenoje
(Jono Jablonskio g. 16, Šiauliai)

**ŠIAULIŲ VYSKUPIJOS
ŠEIMŲ ŠVENTĖ**

**„Plačiai atverkite
Kristui duris“**

(šv. Jonas Paulius II)

Nuo 10 val.
Šiaulių arenos fojė šurmuliuos
šeimų organizacijų mugė

12 val. – ŠVENTOSIOS MIŠIOS
aukvoja Jo Ekscelencija Šiaulių vyskupas Eugenijus Bartulis
ir Šiaulių vyskupijos kunigai
Gieda Šiaulių šv. apaštalo Petro ir Pauliaus katedros
choras „Džiaugsmas“ (vad. Romualdas Juzukonis)

Po šv. Mišių –
muzikinis spektaklis "SMUIKO DIENORAŠTIS" ...
Kai MUZIKA tampa sielos kalba... kai prisiminimai ATGIMSTA širdies akyse...
kai EMOCIJOS nutiesia nuoširdaus bendravimo tiltą... kai MEILĖ ir KŪRYBA išreiškia save
ne tik žodžiais, bet ir jausmais, spalvomis, šokiu bei muzikos garsais...

Gimęs iš medžio, vienoje senoje Italijos girioje... smuikas "kalba", bendrauja su žmonėmis
per abipuses emocijas, mintis, maldą, pojūčius, istorijas bei prisiminimus, tiesiogiai
įtraukdamas žiūrovus į šią nepaprastą muzikinę kelionę per gyvenimą...

Meno kolektyvas:
SAULĖ KILAITĖ (smuikininkė solistė ir spektaklio vedėja)
ELENA LAGO (choreografė ir šokėja)
CHARLY CARTISANO (Režisierius)

Kvietimus galima įsigyti: Knygyne - svetainėje „Prie Katedros“, Šeimos centre, Šiaulių vyskupijos dekanatų bei parapijų raštinėse.

2023 metų
LAPKRIČIO
28 dieną
16 val.

ŠIAULIŲ VYSKUPIJOS
ŠEIMŲ CENTRAS

Šiaulių
Pastoraciniame
centre
(Tilžės g. 186, Šiauliai)

Negimusio kūdikio dieni skirtas
SEMINARAS

**Prenatalinis ryšys: kūdikio kelionė į pasaulį
Gimimo ir gimdymo psichologijos aspektai**

Moksliniais tyrimais įrodyta, kad jau išciose funkcionuoja mažylis atmintis ir formuojasi suvokimas apie pasaulį. Nėštumo laikotarpio patirtis žmogų lydi visą gyvenimą ir vienu ar kitu būdu daro įtaką.

Kaip kūdikio ruošimasis didžiajai kelionei – gimimui – atsispaudžia jo asmenybėje, ką vaikutis išgyvena gimdymo metu ir kodėl prieš gimdamas jisai „užmiega“? O gal žinote gimdymo formulę! Ne? Apie tai sužinosite seminaro metu.

Seminarą ir diskusijas ves medicinos psichologė, prenatalinės ir ankstyvosios raidos konsultantė, neuro-educatorė **Inga Drupienė**

Darbo kryptys: ankstyvoji motinystės/tėvystės, ankstyvųjų santykių tarp mamos ir vaiko diagnostika ir korekcija, psichologinis paruošimas tėvystei.

BŪTINA REGISTRACIJA

ORGANIZATORIUS
Šiaulių vyskupijos Šeimos centras

PARTNERIS
Nacionalinė šeimų ir tėvų asociacija

+370 652 73 662
svscentras@gmail.com

SOLIDARUMO RINKLIAVA 5 Eur

Ką daryti, kai kamuoja kosulys: kaip gydytis, kada skambinti gydytojui

Termometrų stulpeliams smukus žemyn, vis dažnesniu prasidėjusio šalčio sezono ženklų tampa kosulys. Nors jis būna skirtingas, viena savybė būdinga visoms kosulio rūšims: šis ligos simptomas labai vargina.

Kosėdami mes pašaliname iš kvėpavimo takų patekusius svetimkūnius. Organizmas, pajutęs, kad tokių yra, siunčia signalą krūtinės ląstos raumenims, kad šie susitrauktų, šitaip nusikosome ir svetimkūnį pašaliname.

Skirtingas kosulys

Iš esmės galima kosulį suskirstyti į du pagrindinius tipus: drėgną ir sausą.

Drėgną kosulį dažniausiai išduoda tai, kad kosėdami atsikosime gleivėmis. Gydytojai tokį kosulį neretai vadina produktyviu, mat jis signalizuoja, kad organizmas sveiksta.

Esant drėgnam kosuliui, kvėpavimo takuose kaupiasi gleivės, kurias kūnas stengiasi pašalinti. Kartais skundžiamasi, kad toks kosulys smarkiausiai vargina rytais, tačiau nerimauti neverta – tai natūralu. Naktį, kai kosime rečiau, kvėpavimo takuose susikaupia daugiau gleivių, tad vos nubudus organizmas stengiasi tuoj pat jas pašalinti.

Slopinti tokį kosulį būtų klaida, kadangi dažniausiai jis reiškia, kad pradeda sveikti. Visgi palengvinti simptomus tikrai galima: vartokite kuo daugiau gleivės skystinančių vaistų ar medicinos priemonių, kurios atsikosėjimą padarys efektyvesnę, lengvesnę.

Bene labiausiai vargina sausas kosulys – toks, kai kosime, rodos, ir daug, tačiau atsikosėti nepavyksta. Dar blogiau: kosulio sudirginta gerklės gleivinė ima perštėti, rodos, kuo daugiau kosėji, tuo labiau norisi dar. Tokiam kosuliui neretai būdingi ilgi kosėjimo priepuoliai, kurie kaip reikiant nuvargina.

Sakoma, kad dažniausia tokio kosulio priežastis – virusinės kvėpavimo takų infekcijos. Norint jas sėkmingai suvaldyti ir išgydyti, pirmosiomis ligos dienomis reikia pasirūpinti tokio kosulio slopinimu, imtis priemonių, kurios drėkina kvėpavimo takus, ir tik tada vaistų, skatinančių kosėjimą.

Ką galima padaryti namuose

Vienas lengviausiai įgyvendinamų patarimų – drėkinti aplinką, kurioje esate, kad sausas oras nedžiovintų kvėpavimo takų gleivinės ir kosulys netaptų ypač varginantis. Tai ypač aktualu, prasidėjus šildymo sezonui.

Vieną ypu pasieksite du tikslus, jei turite garantuotą: ne tik sudrėkinsite aplinką, bet ir galėsite pakvėpuoti garais. Jei garantuoto neturite, užkaiskite puodą vandens ir pavirkite, leisdami garuoti vandeniui. Verdančio vandens garais kvėpuokite labai atsargiai, kadangi jie gali nudeginti.

Sausą kosulį palengvina ir gerklės skalavimas druskos tirpalu: užvirkite vandenį, ištirpinkite puodelyje šaukštelį druskos ir skalaukite tirpalu gerklę kelis kartus per dieną. Svarbu nepamiršti ne tik skalavimo, bet ir gerti kuo daugiau skysčių: sultinio, sriubos, šiltų arbatų. Skysčiai pagreitina etapą, kai sausas kosulys virsta drėgnu, leidžia skystėti gleivėms ir lengviau atsikosėti.

Pirmąją pagalbą gali tapti ir medicinos priemonės, kurių sudėtyje – natūralios medžiagos: „Grintuss“ sirupas ir burnoje disperguojamos tabletės.

Ši medicinos priemonė yra su medumi, kuris nuo seno Lietuvoje žinomas kaip priemonė, tinkanti esant varginančiam kosuliui, ir augaliniais molekuliniais kompleksais, kurie pasižymi apsauginiu ir raminančiu poveikiu viršutiniams kvėpavimo takams. „Grintuss“ ramina iš krūtinės kylantį kosulį, apsaugo nuo dirgiklių gerklės gleivinę, skatina gleivių skystėjimą ir lengvina jų pašalinimą.

Augalinį molekulinį kompleksą, kurį sudaro dervos, polisacharidai ir flavonoidai iš grindelijų, siauralapių gysločių ir šlamučių, užaugintų ekologiniuose ūkiuose, savo sudėtyje turinti medicinos priemonė pirmiausia gelbsti dėl to, kad krūtininį kosulį numalšina apsaugodama gerklės gleivinę ir ramindama jos sudirgimą. „Grintuss“ sirupas suaugusiems, pediatrinis sirupas arba burnoje ištirpstančios tabletės sutepa ir drėkina gleivinę, sumažina trintį ryklėje, skystina susidarančias gleives ir padeda jas pašalinti.

„Grintuss Pediatric“ sirupas yra tinkamas vaikams nuo vienerių metų amžiaus, „Grintuss Adult“ sirupą galima vartoti vai-

kams nuo 12 metų amžiaus ir suaugusiems. Taip pat sauso, krūtininio kosulio malšinimui ir lengvinimui skirtos „Grintuss“ burnoje lėtai tirpstančios tabletės. Svarbu tai, kad „Grintuss“ medicinos priemonė yra ne tik 100 proc. natūrali, bet ir be glitimo, todėl tinka vartoti esant jautrumui šiai medžiagai bei pacientams, sergantiems celiakija.

Nepamirškite gydytojų

Beveik visada kosulį ir virusinės kilmės infekcijas galima sėkmingai išsigydyti namuose, pasinaudojant liaudiškais gydymo būdais ir natūralių sudėčių medi-

cinis priemonėmis. Visgi savo ar artimųjų sveikatą ir būklę reikia stebėti labai atidžiai ir įvertinti pokyčius bei tai, ar kosulys neužsitęsė pernelyg ilgai.

Įvairūs tyrimai todo, kad kartais kosulys bei gijimo procesas gali užsitęsti net iki trijų savaičių. Tad jei būklė lengvėja, atsikosėti pavyksta, nesijaučiate blogai, leiskite sau sveikti.

Visgi tuo atveju, jei kosulys stiprėja, bendra būklė blogėja, ima varginti krūtinės skausmas, prasideda kiti simptomai, tokie kaip karščiavimas, nedelskite ir kreipkitės į gydytojus.

Nelaukite ligų – išsitirkite kraujagysles ir pasinaudokite ypatingu pasiūlymu

Šiuo neramiu laikotarpiu gyvenimo ritmas taip pat neramus. Stresas, nuolatinė įtampa, žalingi gyvenimo įpročiai, antsvoris, cukrinis diabetas ir kt. daugeliui žmonių daro didelę įtaką sveikatos būklei.

Rezus.lt klinikų komanda ragina nedelsti, kol ligos progresuos, ir kviečia pasinaudoti prevenciniu kraujotakos ir aterosklerozės komplikacijų ištyrimo paketu su 40 procentų nuolaida. Kartu dovanojama nemokamą angiochirurgo (kraujagyslių chirurgo) konsultaciją (dovanos vertė – 60 Eur. Tyrimų paketo kaina – 117 Eur vietoje 196 Eur).

Dažniausiai pasitaikantys susirgimai, kuriuos diagnozuoja ir gydo angiochirurgas:

Aterosklerozė – lėtinė uždegiminė liga, pažeidžianti galvos smegenų, širdies, inkstų, žarnyno kraujagysles.

Giliųjų venų trombozė – ūminis, dalinis arba visiškas kojų kraujagyslių užakimas dėl atsiradusio

kraujo krešulio. Ligos riziką didina senyvas amžius, nepakankamas fizinis aktyvumas, nutukimas, ilgai užsitęsęs gulimas režimas ar laiku neišgydyta kojų venų varikozė.

Venų varikozė. Ši liga atsiranda sutrikus venose esančių vožtuvų veiklai. Dėl to venose didėja kraujo spaudimas, jos ilgėja, plečiasi, susidaro poodiniai mazgai. Negydoma venų varikozė gali paskatinti pavojingų trofinių opų atsiradimą.

Miego arterijų susiaurėjimas – dažniausiai šią būklę sukelia aterosklerotinė plokštelė miego arterijoje (kakle). Ji gali plyšti ir taip užkimšti mažesnio spindžio galvos ar akių kraujagysles. Tokiu atveju pasireiškia praeinantys smegenų išemijos priepuoliai, insultas, aklumas.

Dauguma susiaurėjusių miego arterijų turinčių pacientų nejaučia jokių simptomų, jiems nepasireiškia jokie klinikiniai požymiai.

Periferinių arterijų liga – apatinių galūnių arterijų spindžio susiaurėjimas dėl aterosklerotinių pokyčių. Ši liga – generalizuotos aterosklerozės bei aterosklerozės išraiška. Tai labai paplitusi patologija, kuri pažeidžia daugiau kaip 10 proc. visų gyventojų, ypač tuos, kuriems daugiau kaip 70 metų (apie 20 proc.). Periferinių arterijų ligai būdingas kojų nuovargis, šalimas, protarpinis šlubčiojimas, skausmas ramybės metu bei pėdų opos ir gangrena. Periferinių arterijų liga atspindi bendrą arterijų aterosklerotinį pažeidimą.

Ypač reikėtų kreiptis tiems, kuriuos vargina kojų tinimas, sunkumas, nuovargis (net jei ir dirbate stovimą darbą visą dieną), kojų mėšlungis įvairiu paros metu, išsiplėtusios kojų venos, sutrikus pusiausvyrai.

Rezus.lt klinikos angiochirurgas Tomas Ptašinskas nemokamai konsultuos visus, atlikusius prevencinio kraujotakos ir aterosklerozės komplikacijų ištyrimo paketo tyrimus ir reikalui esant atliks kaklo, kojų ir rankų arterijų ir venų echoskopijas bei pilvo aortos echoskopiją.

Angiochirurgo konsultacijos bus vykdomos adresu Gumbinės g. 33C, Šiauliuose, Rezus.lt klinikoje.

Daugiau informacijos: www.rezus.lt, tel. +370 631 81 888.

Rezus
KRAUJO LABORATORIJA

Vaikams bus skirtos dvi naujos atmintinos dienos

Atsisakydamas sovietinių tradicijų, Seimas iš atmintinų dienų sąrašo išbraukė birželio 1 d. minimą Tarptautinę vaikų gynimo dieną. Bet vaikai neliks be šventės. Gegužės trečiąjį penktadienį bus minima Vaiko diena, o lapkričio 20 d. – Pasaulinė vaiko teisių apsaugos diena.

Antradienį už tai numatančias Atmintinų dienų įstatymo pataisas balsavo 103 Seimo nariai, prieš buvo 2, susilaikė 17 parlamentarų. Seimo narė konservatorė Dalia Asanavičiūtė anksčiau yra sakiusi, kad šeimos galės kartu švęsti Mamos, Tėvo ir Vaiko dienas, o lapkričio 20 d. – Pasaulinę vaiko teisių apsaugos dieną.

Siūlydama atsisakyti posovietinio Tarptautinės vaikų gynimo dienos minėjimo, Seimo narė D. Asanavičiūtė priminė, kad po 1949 m. Maskvoje įvykusios Tarptautinės moterų konferencijos Sovietų Sąjungoje 1950 m. birželio 1 d. pirmąkart buvo paminėta Tarptautinė vaikų gynimo diena. Šiuo metu ši diena minima daugely-

je Rytų ir Vidurio Europos valstybių (Baltarusijoje, Bulgarijoje, Estijoje, Latvijoje, Lenkijoje, Rusijoje) bei komunistinėse valstybėse (Kinijoje, Šiaurės Korėjoje, Vietname).

Daugelyje Vakarų šalių (Airijoje, Graikijoje, Ispanijoje, Italijoje, Kroatijoje, Kipre, Nyderlanduose, Prancūzijoje) ir Skandinavijos valstybių (Danijoje, Suomijoje, Švedijoje) Pasauline vaikų diena laikoma lapkričio 20-oji – diena, kurią 1959 m. priimta Jungtinių Tautų vaiko teisių deklaracija bei kurią 1989 m. priimta Jungtinių Tautų Vaiko teisių konvencija.

Iki šiol Pasaulinės vaiko teisių apsaugos dienos atmintinų dienų sąrašė nebuvo.

Eltos informacija

ŠVENTINIAI RENGINIAI ŠIAULIŲ ARENOJE

Gruodis

Didžioji
KALĖDINĖ
ŠIAULIŲ
MUGĖ

12
10

ŠIAULIŲ ARENA

12.10

Mugė

CINEMA

SOUNDS TOUR

MARINAS
LEVICKIS
ir MIKROORKESTRA

12
17

ŠIAULIŲ ARENA

12.17

Koncertas

betsafe
LKL

prieš
JUVENTUS

gruodžio 18 | 18:50

12
18

ŠIAULIŲ ARENA

bilietus platina
kakava.lt

Krepšinis

Katalonijos Nacionalinis Baletas
SPRAGTUKAS

12
20

12.20

ŠIAULIŲ ARENA

BALLET DE CATALUNYA

Spektaklis

DISKOTEKA
SAULIUS PRŪSAITIS

12
22

Koncertas

3 M-1

JAZZU

KARMA

12
25

Šiauliai | Biletai

12.25

WWW.JAZZ.KARMA.LT

ticketmarket.lt

Koncertas

NATALIJA
BUNKĖ

KOSMOSAS

12
26

GRUODŽIO 26 D.

ŠIAULIŲ ARENA

Koncertas

SUVA FESTIVAL BALLETT

12
27

BALETAS

Don Kichotas

GRUODŽIO 28 D.

ŠIAULIŲ ARENA

bilietus platina
kakava.lt

Baletas

JESSICA SHY

12
27

ŠIAULIAI

12 27

ŠIAULIŲ ARENA

Koncertas

NAUJAMETINIS
KONCERTAS

ARRIVAL
FROM SWEDEN
THE MUSIC OF
ABBA

12
29

12/29

ŠIAULIŲ ARENA

Koncertas

MEUZIKLAS

TRISTANAS
IR IZOLDA

UZDRAUSTA MEILE

12
30

Muziklas

GYTIS
PAŠKEVIČIUS

12
31

ŠIAULIAI

GRUODŽIO 31

ŠIAULIŲ ARENA

bilietus platina
kakava.lt

Koncertas



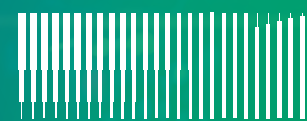
Renginius kviečiame stebėti iš Jūsų pamėgto

VIP LOUNGE!

Bilietus į VIP lounge galite įsigyti toje bilietų platformoje, kuri juos platina į Jūsų pageidaujimą renginį

Daugiau informacijos ieškokite:
www.siauliuarena.lt

Šiaulių Arena  



ŠIAULIŲ ARENA

LRT TV

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 Labas rytas, Lietuva.
6.30 Žinios. Sportas. Orai.
6.40 Labas rytas, Lietuva.
9.00 „Leipcigo kriminalinė policija“. (N-7).
9.50 „Komisarar Reksas“. (N-7).
10.40 „Sūsidanas“. (N-7).
11.30 „Jaunieji slaugytojai“. (N-7).
12.15 Euromaxx.
12.30 Kas ir kodėl?
13.00 1 000 pasaulio stebuklų.
14.00 Žinios. Orai.
14.20 Laba diena, Lietuva.
15.00 Žinios. Orai.
15.15 Laba diena, Lietuva.
16.00 Žinios. Orai.
16.15 „Hartlando užuovėja“.
17.00 „Pažadas“. (N-7).
18.00 Kas ir kodėl?
18.27 Maltiečių sriuba 2023. Siužetai.
18.30 Svarbi valanda.
19.30 Šilti susitikimai.
20.30 Panorama.
21.00 Dienos tema.
21.20 Sportas. Orai.
21.30 Auksinis protas.
22.45 Videokaukas.
22.50 F. Mokslinės fantastikos drama „X failai“. 1998 m. (N-7).
0.55 F. Muzikinė drama „Raudoni laukai“. 2019 m. (N-14).
2.25 „Vilnius Mama Jazz 2023“. Marios Faust programa „Jazz Catastrophe. 4th mutation“.
3.35 Langas į valdžią.

4.05 Kas ir kodėl?
4.30 Gamtininko užrašai.
5.00 LRT radijo žinios.
5.05 Svarbi valanda.



6.00 „Beprožiškos melodijos“.
6.30 „Tomo ir Džerio šou“.
7.00 Pelenė Princesė.
8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).
10.00 „Magaiveris“. (N-7).
11.00 Bučiuoju. Rūta.
12.00 Vidurdienio žinios.
13.20 Pelenė Princesė.
14.30 „Kartu saldu“. (N-7).
15.30 „Ir atleisk mūsų kaltes“.
16.30 Labas vakaras, Lietuva.
18.30 Žinios.
19.20 Sportas.
19.27 Orai.
19.30 KK2 penktadienis.
21.00 F. Trileris „Geras melagis“. 2019 m. (N-14).
23.15 F. Trileris „Buvusioji“. 2017 m. (N-14).
1.20 F. Veiksma filmas „Rokis 4“. 1985 m. (N-7).
3.10 F. Trileris „Mergina voratinklyje“. 2018 m. (N-14).



6.00 „Artūras ir apvalaus stalo vaikai“. (N-7).
6.35 „Didvyrių draugai“.
7.10 „Krudžiai. Šeimos medis“.

7.45 „Ar prisimeni mane?“. (N-7).
8.55 „Meilės sūkuryje“. (N-7).
10.00 „Likimo svarstyklės“. (N-7).
11.00 „Gdytoja Vera“. (N-7).
12.00 „Sužeista širdis“. (N-7).
14.00 „Tėvo palikimas“. (N-7).
15.00 „Simpsonai“. (N-7).
16.00 TV3 žinios.
16.27 TV3 orai.
16.30 TV pagalba. (N-7).
18.30 TV3 žinios.
19.20 TV3 sportas.
19.27 TV3 orai.
19.30 F. Animacinis filmas „Slaptas augintinių gyvenimas 2“. 2019 m. (N-7).
21.10 F. Veiksma filmas „Greiti ir įsiutę 6“. 2013 m. (N-14).
23.50 F. Veiksma trileris „Žmogus be praeities“. 2010 m. (N-14).
1.45 F. Veiksma trileris „Apsauginis“. 2017 m. (N-7).
3.35 F. Veiksma filmas „Gaudynės Šanchajuje“. 2017 m. (N-14).
5.30 „Moderni šeima“. (N-7).

BTV

6.00 „Akloji zona“. (N-7).
7.00 Mano virtuvė geriausia.
8.15 „Šuo“. (N-7).
9.25 „Teisingumo agentai“. (N-7).
10.35 „CSI. Majamis“. (N-7).

11.35 „Mentalistas“. (N-7).
12.30 „Kalniėtis“. (N-7).
13.30 Mano virtuvė geriausia.
14.50 „Šuo“. (N-7).
15.55 „Teisingumo agentai“. (N-7).
17.00 Info diena.
17.30 „Mentalistas“. (N-7).
18.30 „CSI. Majamis“. (N-7).
19.30 Amerikietiškos imtynės. (N-7).
21.30 F. Veiksma trileris „Audros sūkuryje“. 2014 m. (N-14).
23.20 F. Istorinė drama „Troja“. 2004 m. (N-14).
2.40 Pragaros virtuvė. (N-7).
3.35 Stebuklingi metų laikai miške.



5.29 Programa.
5.30 Nauja diena.
6.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
7.30 Kaimo akademija.
8.00 „Jos vardas Kozaim“.
9.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. (N-7).
10.00 „Netikėtas teisingumas“.
11.00 „Centrinė ligininė“.
12.00 Gyvenimas versle.
12.30 Lietuvos mokyklos.
13.00 Nauja diena.
14.00 „Pėdsakas“.
15.00 „Aiškiaregė“. (N-7).
16.20 Sportas.
16.28 Orai.
16.30 Pusvalandis su Valatka.
17.00 Laisvės TV valanda.
18.00 Reporteris.

18.20 Sportas.
18.28 Orai.
18.30 Ūkininkas Jurgis.
19.00 Neatrasta Rusija.
20.00 Reporteris.
20.40 Sportas.
20.48 Orai.
20.50 „Aiškiaregė“. (N-7).
21.25 „Centrinė ligininė“.
22.30 Reporteris.
22.50 Sportas.
22.58 Orai.
23.00 Būsto anatomija.
23.30 Laisvės TV valanda.
0.30 „Pėdsakas“.
1.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
2.30 Ūkininkas Jurgis.
3.00 „Centrinė ligininė“.
3.50 „Paranormalūs atvejai 911“.
4.25 Pusvalandis su Valatka.
4.50 „Netikėtas teisingumas“.

LRT PLUS

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.05 Samčių kovos.
7.00 Kas ir kodėl?
7.30 Gimę tą pačią dieną.
8.30 Išpažinimai.
9.00 Labas rytas, Lietuva.
11.30 Pusryčiai pas kaimyną.
12.00 Duokim garo!
13.10 „Vilnius Mama Jazz 2023“. Marios Faust programa „Jazz Catastrophe. 4th mutation“.
14.20 Kelionių atvirukai.
14.35 F. Dokumentinis filmas „Rimantas Bagdonas. Pasaulio imtynių čempionas“. 2018 m.
15.30 „Tarnauti ir ginti“. (N-7).

16.30 Laba diena, Lietuva.
18.30 7 Kauno dienos.
19.00 Kultūros diena.
19.30 Širdyje lietuvis.
20.30 Lietuvos olimpiečiai.
20.45 Eurolyga per LRT.
21.00 Eurolygos krepšinio turnyras. Pirėjo „Olimpiacos“ – Kauno „Žalgiris“. Tiesioginė transliacija iš Pirėjo.
23.15 Aš gyvenu iliuzijų pasaulyje.
23.45 Euromaxx.
0.00 DW naujienos rusų kalba.
0.15 Dabar pasaulyje.
0.40 F. Trileris „Dvyliktosios naktis“. 2022 m. (N-14).
2.35 Legendos. Šiandien ir visados.
3.30 Šilti susitikimai.
4.25 Auksinis protas.
5.30 Pusryčiai pas kaimyną.



6.00 Žinios.
7.00 Info diena.
7.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
8.00 Didieji senovės statiniai.
9.00 Tiesiog gyvūnai.
10.00 Labas vakaras, Lietuva.
12.00 Kas žudikas? (N-7).
13.10 Vidurdienio žinios.
14.30 Bučiuoju. Rūta.
15.30 KK2. (N-7).
16.00 Tiesiog gyvūnai.
17.00 Info diena.
18.30 Kas žudikas? (N-7).
19.30 Info diena.

21.00 Duryš j Ukrainą.
22.00 Labas vakaras, Lietuva.
0.00 Dabar pasaulyje.
0.30 Info diena.

DELFI TV

6.00 Ukraina 24.
7.00 Taip ir Ne.
8.00 Delfi diena.
9.00 Iš esmės.
10.00 Šeima ant ratų.
11.00 Lengvai ir skaniai.
11.30 Kelionės tikslas – Žemaitija.
11.55 Kenoloto.
12.00 Ką žmonės dirba visą dieną?
12.30 Ar galiu užteiti?
13.00 Orijaus kelionių archyvai.
14.00 Skanios kelionės.
14.30 Burėmis į arktį.
15.00 Delfi diena.
16.00 Šeima ant ratų. Afrikos link.
17.00 Kasdienybės herojai.
17.55 Kenoloto.
18.00 Orijaus kelionių archyvai.
19.00 Taip ir Ne.
20.00 Pas Editą.
20.30 Egzotiniai keliai.
21.00 Jūs rimtai?
21.30 Savaitės kriminalai su Jauniumi Matoniu.
22.00 Aurimo būstas.
22.30 Jėga ir Kenoloto.
22.35 Orijaus kelionių archyvai.
23.35 Ką žmonės dirba visą dieną?
0.05 Delfi diena.
0.35 Delfi RU.
1.35 Ukraina 24.

1

6.00 „Moteris“. (N-7).
7.00 Šeimyninės melodramos.
8.00 „Akloji“.
9.00 „Uždraustas vaisius“. (N-7).
10.00 „Pabelsk j mano širdį“. (N-7).
11.00 „Tyrėjai. Aukos vardai“. (N-7).
12.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
13.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
14.00 „Visa menanti“. (N-7).
15.00 „Anupama“.
15.30 „Būk su manim“. (N-7).
16.00 Keičiu žmoną. (N-7).
17.00 Šeimyninės melodramos.
18.00 „Visa menanti“. (N-7).
19.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
20.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
21.00 „Šūviai į praeitį“. (N-14).
23.20 F. Detektyvas „Kassandra. Regatų klubas“. 2022 m. (N-14).
1.25 F. Detektyvas „Nusikaltimo vieta - Kelnas. Be manęs – niekada“. 2020 m. (N-14).
3.15 „Uždraustas vaisius“. (N-7).



5.40 „Svieto lygintojai“. (N-7).
7.30 „Kobra 11“. (N-7).
8.30 Sandėlių karai. (N-7).
9.00 Statybų gidas.
9.30 „Goldbergai“. (N-7).
10.00 Juokingiausi Amerikos namų vaizdeliai. (N-7).
11.00 „Rezidentai“. (N-7).
12.00 „Tėvukas valdo“. (N-7).
12.30 Sandėlių karai. (N-7).

13.00 Kulinarijos meistras.
14.00 „Kobra 11“. (N-7).
15.00 „CSI. Niujorkas“. (N-7).
16.00 „Svieto lygintojai“. (N-7).
18.00 „Simpsonai“. (N-7).
19.00 „Rezidentai“. (N-7).
20.00 Farai. (N-7).
21.00 Žinios.
21.50 Sportas.
21.55 Orai.
22.00 F. Komedija „Kietiški bičiai“. 2016 m. (N-14).
0.20 F. Veiksma komedija „Desantininkai 3. Apgultis“. 2016 m. (N-14).
2.15 F. Veiksma drama „Kodas 211. Banko apiplėšimas“. 2018 m. (N-14).



8.00 „Baudžiauninkė“. (N-7).
9.00 Tiek žinių.
9.15 F. Animacinė nuotykių komedija „Asteriksas ir stebuklingojo gėrimo paslaptis“. 2018 m.
10.50 „Kepėjas ir gražuolė“. (N-7).
11.40 LDK giminės. Gruževskiai.
12.10 Tiek žinių.
12.25 „Drugelio sparnai“. (N-7).
13.25 „Varinis žiedelis“. (N-7).
14.25 Laikykites ten svečias Saulius Urbonavičius-Samas. (N-7).
15.10 Laikykites ten. (N-7).
16.10 F. Romantinė komedija „Paryžius, vynas ir romantika“. 2019 m.
17.45 „Pagaminta Italijoje“. (N-7).
18.45 „Vieta po saule“. (N-7).
19.45 Tiek žinių.
20.00 „Nučiuožęs“. (N-7).
21.00 F. „Pavogtas pasimatymas“. 2015 m. (N-14).
22.40 Tiek žinių.

22.55 F. Istorinė veiksma drama „Patriotų diena“. 2016 m. (N-14).
1.20 „Kraujo broliai“. (N-14).



6.00 Tavo augintinis.
6.30 Svajonių ūkis.
7.00 Svajonių sodai.
8.00 TV Pagalba. (N-7).
9.55 „Nuodėminga žemė“. (N-7).
12.00 „Mūsų meilės atspalviai“. (N-7).
13.00 „Mūsų meilės atspalviai“. (N-7).
15.00 „Beširdė“. (N-7).
16.00 „Likimo karuselė“. (N-7).
16.30 „Lemties vingiai“. (N-7).
17.00 „Lakšmės likimas“.
18.00 „Palikimas“. (N-7).
20.00 Labanakt, vaikučiai. „Šunčiai patroliai“.
20.30 Labanakt, vaikučiai. „Agentas Binkis. Visatos augintiniai“.
21.00 F. Drama „Prasiveržimas“. 2019 m. (N-7).
23.25 „Palikimas“. (N-7).
1.20 TV Pagalba. (N-7).
2.55 Namas. (N-7).
3.55 F. Melodrama „Svajonių laivas. Japonija“. 2019 m. (N-7).



8.00 Tiek žinių.
8.10 Infostudija.
8.30 Kas? Kur? Kada?
8.40 Petro Šiaučiūno valanda.
9.40 Mokslo lyderiai renkasi.
10.00 Infostudija.
10.20 Tiek žinių.
10.30 Gimnazistas LT.
10.45 Slemeriai LT – varžytuvės.
11.00 Šypt tele vypt.
11.20 Specialisto patarimai.
11.30 POST Kryžkelė: konfliktai ir sąveikos.

11.50 Kas? Kur? Kada?
12.00 Infostudija.
12.20 Tiek žinių.
12.30 Kas? Kur? Kada?
12.40 Radvilų Biržai.
13.10 Dingusio pasaulio pėdsakai. Žydiškėji Šiauliai.
13.40 Gynybinis paveldas Lietuvoje.
14.10 Kas? Kur? Kada?
14.20 Lietuvos mokslininkai.
14.50 Geroji naujiena.
15.20 Specialisto patarimai.
15.30 Tauro ragas.
15.55 Vyrų šešėlyje.
16.25 Kas? Kur? Kada?
16.35 Susitikimai.
17.20 Specialisto patarimai.
17.30 Pradėk nuo savęs.
18.00 Sodžius.
18.30 Infostudija.
18.50 Kas? Kur? Kada?
19.00 Specialusis reportažas.
19.10 Ventos vingiais.
19.40 Laisvalaikio alchemija.
19.50 Gyvenimo metodas.
20.20 Labas iš Kelmės.
20.50 Kas? Kur? Kada?
21.00 Infostudija.
21.20 Kas? Kur? Kada?
21.30 Spektaklis „Buvo tylu“.
22.15 Specialusis reportažas.
22.35 Išgirs mano istoriją.
22.50 Kas? Kur? Kada?
23.00 Infostudija.
23.20 Specialisto patarimai.



8.05 F. „Trenneris Karteris“.
10.15 F. „Svečiai palėpėje“.
11.40 F. „Geriausia, ką turiu“.
13.35 F. „Darbo diena“.
15.25 F. „Planeta K-PAX“.
17.25 F. „Užmiršti“.
18.50 F. „Dviejų šimtmečių žmogus“.
21.00 F. „Orbita 9“.
22.30 F. „Čapis“.
0.30 F. „Nebylios dvasios“.
2.10 F. „Tobulus jausmas“.
3.40 F. „Brolis“.

5.40 F. „Spurguliai. Visuotinis suapvalėjimas“.



7.00 F. „Mano draugas Kalėdų senelis“.
8.20 F. „Rokenrolininkai“.
10.05 F. „Paskutinis filmas“.
11.55 F. „Karaliaus kalba“.
13.50 F. „Rokenrolininkai“.
15.30 F. „Pėdsakai“.
17.20 F. „Instrukcijos nėra“.
19.20 F. „Su nauja jėga“.
21.00 F. „Džuljeta“.
22.35 F. „Angelai ir Demonai“.
0.50 F. „Džobsas“.
2.55 F. „Džuljeta“.
4.30 F. „2 valandos“.



6.00 Senienų medžiotojai.
7.00 Automobilių meistrai.
9.00 Kaip tai pagaminta?
10.00 Seni geri daiktai.
10.30 Pamesto bagažo aukcionai.
11.00 Senienų medžiotojai.
14.00 Aukso karštinė.
17.00 Seni geri daiktai.
17.30 Kelkimes gyventi j pakrantę.
18.00 Automobilių meistrai.
19.00 Kaip tai pagaminta?
19.30 Kaip tai veikia?
20.00 Restauratoriai.
21.00 Nėra ko slėpti.
22.00 Lenkijos pasienio tarnybos kasdienybė.
23.00 Kanalizacijos prižiūrėtojai.
0.00 Automobilių meistrai.
1.00 Senienų medžiotojai.



6.10 Nefrito karštinė.
7.50 Autbeko sunkvežimių vairuotojai.
8.50 Sunkiasvorė pagalba:

401-asis greitkelis.
9.50 Australijos aukso ieškotojai.
11.40 Laužyno meistrai.
13.35 Australijos aukso ieškotojai.
16.20 Didžiulės inžinerijos klaidos.
17.15 Neįmanomi geležinkeliai.
18.15 Nefrito karštinė.
19.10 Australijos omarų medžiotojai.
20.10 Australijos aukso ieškotojai.
22.00 Metalu laužo gelbėtojai.
22.55 Laužyno meistrai.
23.50 Sunkiasvorė pagalba: 401-asis greitkelis.
1.50 Australijos aukso ieškotojai.
3.35 Metalu laužo gelbėtojai.
4.25 Laužyno meistrai.



6.30 Mega fabrikai: superautomobilių.
8.00 Nusausinti vandenynus.
9.40 NSO Europoje: neatkleistos istorijos.
11.20 Apledėjusių kelių patroliai.
13.00 Lėktuvų avarijų tyrimai.
16.00 Istorijos įdomybės.
19.50 Apledėjusių kelių patroliai.
23.45 Nusausinti vandenynus.
1.15 Nakties programa.



7.00 Rankinio čempionų lyga. Kolstad Handball - Paris Saint-Germain.
8.30 Rankinio čempionų lyga. SC Magdeburg - GOG.
10.00 Pasaulio jėgos trikovės

čempionatas. Lietuva. Vyrų 74 kg.
12.30 Tiesiogiai. Dailiusis čiuožimas. ISU Grand Prix. Japonija. Šokiai ant ledo. Trumpoji programa.
14.30 Tiesiogiai. „One championship“. One Friday Fights 42.
18.30 Rankinio čempionų lyga. Industria Kielce - HC Zagreb.
20.00 Rankinio čempionų lyga. FC Porto - Montpellier HB.
21.30 Portugalijos „Liga Portugal“ futbolo lyga. SL Benfica - Sporting CP.
23.30 „One championship“. One Friday Fights 6.
3.30 Pasaulio jėgos trikovės čempionatas. Lietuva. Vyrų 74 kg.



7.00 Krepšinis. NBA. „Bucks“ – „Celtics“.
9.10 Krepšinis. Europos taurė. „Hamburg“ – „Wolves“.
11.20 Krepšinis. NCAA 2023/24.
13.00 Krepšinis. NCAA 2023/24.
14.40 Krepšinis. NBA. „Clippers“ – „Spurs“.
16.45 Krepšinis. NBA. „Jazz“ – „Lakers“.
18.50 Krepšinis. Europos taurė. „Slask“ – „Lietkabelis“.
21.00 Tiesiogiai. Krepšinis. Eurolyga. „Olympiacos“ – „Žalgiris“.
23.15 Automobilių sportas. MotoGP. Valensijos lenktynės.
0.00 Tiesiogiai. Krepšinis. NBA. „Suns“ – „Grizzlies“.
2.30 Krepšinis. Eurolyga. „Maccabi“ – „Barcelona“.
5.20 Krepšinis. NCAA 2023/24.

LRT | TV

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 Legendos. Šiandien ir visados.
7.00 Veranda.
7.30 Samčių kovos.
8.30 Mano pasas meluoja.
9.00 Labas rytas, Lietuva.
9.30 Žinios. Orai.
9.35 Labas rytas, Lietuva.
12.00 Iškilminga rikiuotė ir karinės technikos paradas Lietuvos kariuomenės 105-osioms metinėms. Tiesioginė transliacija iš Konstitucijos pr. Vilniuje.
14.00 „Nusikaltimo menas“. (N-7).
15.30 Žinios. Orai.
15.45 Sveikinimų koncertas.
17.30 Beatos virtuvė.
18.30 Žinios. Sportas. Orai.
19.00 Pakvaišę dėl ratų.
19.30 Stilius.
20.30 Panorama.
20.52 Sportas. Orai.
21.00 Myliu Lietuvą.
22.30 F. Drama „Turis kai ką tau pasakyti“. 2009 m. (N-7).
0.15 F. Mokslinės fantastikos drama „X failai“. 1998 m. (N-7).
2.15 Šilti susitikimai.
3.10 F. Dokumentinis filmas „Rimantas Bagdonas. Pasaulio imtynių čempionas“. 2018 m.
4.10 Euromaxx.
4.25 „Nusikaltimo menas“. (N-7).



6.00 „Beprotingos melodijos“.
6.30 „Deksterio laboratorija“.
7.00 „Moko nuotykių“.
7.30 „Želėstounas“.
8.00 „Monstrų paplūdimys“.
8.30 „Tomo ir Džerio šou“.
9.00 „Beprotingos melodijos“.
9.30 F. Animacinis filmas „Bitė Maja. Medaus žaidynės“. 2018 m.
11.20 F. Nuotykių filmas „Aukštinis kompasas“. 2007 m.
13.45 F. Romantinė drama „Nauja diena“. 2018 m. (N-7).
15.55 F. Komedija „Džekas ir Džilė“. 2011 m. (N-7).
17.55 Gyvūnų pasaulis. (N-7).
18.30 Žinios.
19.20 Sportas.
19.27 Orai.
19.30 Kauno Kalėdų eglutės žiėjimas. Tiesioginė transliacija.
20.30 F. Nuotykių filmas „Kelionė į paslaptį salą“. 2012 m. (N-7).
22.20 F. Veiksmo komedija „Karštos gaudynės“. 2015 m. (N-14).
0.10 F. Komedija „Savaitė be žmonių“. 2011 m. (S).
2.15 F. Trileris „Geras melagis“. 2019 m. (N-14).
4.20 F. Trileris „Buvusioji“. 2017 m. (N-14).



6.00 „Didvyrių draugužiai“.
7.00 „Transformeriai“.

Žemės kibirkštis“. (N-7).
7.30 „Krudžiai. Šeimos medis“.
8.00 „Simpsonai“. (N-7).
9.00 J sveikatą!
9.30 Sėkmės istorijos.
10.00 Virtuvės istorijos.
10.30 Gardu Gardu.
11.00 Penkių žvaigždučių būstas.
11.30 Kviečiame daktarą!
12.00 Kotrynos burtai.
12.30 „Galapagų salos“. (N-7).
13.40 F. Veiksmo drama „Karatė berniukas“. 1984 m. (N-7).
16.10 F. Komedija „Ir velnias dėvi Prada“. 2006 m. (N-7).
18.30 TV3 žinios.
19.20 TV3 sportas.
19.27 TV3 orai.
19.30 galVOK.
22.30 F. Drama „Klajoklių žemė“. 2020 m. (N-14).
0.40 „D'Artanjanas ir trys muškietininkai“. (N-7).
4.50 „Franklinas ir Bešas“. (N-14).
5.35 „Moderni šeima“. (N-7).

BTV

6.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
7.00 Nacionaliniai darbo ypatumai. (N-7).
8.00 Pričiupom!
9.00 Gordonas Ramzis. Nepažintos teritorijos.
10.00 Stebuklingi metų laikai miške.
11.05 Padėtis nevaldoma. Žmonijos katastrofos.
12.25 Gordonas Ramzis.

Nepažintos teritorijos.
13.30 Nacionaliniai darbo ypatumai. (N-7).
14.35 Realisti mistika. (N-7).
17.00 Betsafe-LKL čempionatas. Vilniaus „Rytas“ - Vilniaus „Wolves“. Tiesioginė transliacija.
19.30 Lietuvos balsas.
22.10 F. Fantastinis trileris „Neregistruotas keleivis“. 2021 m. (N-14).
0.30 Amerikietiškos imtynės. (N-7).
2.30 F. Veiksmo trileris „Audros sūkuryje“. 2014 m. (N-14).



6.00 „Jos vardas Kozaim“.
6.59 Programa.
7.00 „Jos vardas Kozaim“.
8.00 Vyrų šešėlyje.
8.30 Lietuviškai.
9.00 „Aiškiaregė“. (N-7).
10.00 Vantos lapas.
10.30 Švarūs miestai.
11.00 Maisto kūrėjai.
11.30 Būsto anatomija.
12.00 „Netikėtas teisingumas“.
14.00 „Karpatų reindžeris“.
16.00 Žinios.
16.28 Orai.
16.30 Lietuvos mokyklos.
17.00 Pirmi kartai. 60+.
17.30 Gyvenimas versle.
18.00 Žinios.
18.28 Orai.
18.30 Bušido ringas.
19.00 „Aiškiaregė“. (N-7).
20.00 Žinios.
20.28 Orai.
20.30 Kaip naciai pralaimėjo karą.
22.30 Žinios.

22.58 Orai.
23.00 „Netikėtas teisingumas“.
1.00 „Karpatų reindžeris“.
2.50 „Aiškiaregė“. (N-7).
3.35 Pirmi kartai. 60+.
4.00 Gyvenimas versle.
4.20 „Aiškiaregė“. (N-7).
5.10 Maisto kūrėjai.
5.35 Vantos lapas.

LRT | PLUS

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 Mūšio laukas.
6.30 Veranda.
7.00 Šilti susitikimai.
7.55 Aukštinis protas.
9.00 Pradėk nuo savęs.
9.30 Gyvenk kaip galima švariau.
10.00 Kas geresnio, kaimyne?
10.30 Pahonia. Vytis.
11.00 Mes ukrainiečiai.
11.30 Mūsų rusų gatvė.
12.00 Pusryčiai pas kaimyną.
12.30 Širdyje lietuvis.
13.30 Mokslo sriuba.
14.00 Euromaxx.
14.30 Atspindžiai. Paveldo kolekcija.
15.00 Dėmesio! Ieškome meno.
15.30 Perspektyva. Fotografijos menas ir kasdienybė.
16.00 Knygų žiurkės.
16.30 Aš gyvenu iliuzijų pasaulyje.
17.00 Dizainas.
18.00 Knygų savaitė. Susitikimas su poete Violeta Palčinskaite. 2021 m.
18.50 ...formatas. Poetė

Violeta Palčinskaitė.
19.00 Legendos. Šiandien ir visados.
19.55 Vizionieriai. Teatras.
20.00 Čia – kinas.
20.30 Panorama.
20.52 Sportas. Orai.
21.00 F. Drama „Vertikalus saulės spindulys“. 2000 m. (N-14).
23.00 F. Drama „Prieš bangas“. 1996 m. (S).
1.35 F. Muzikinė drama „Raudoni laukai“. 2019 m. (N-14).
3.05 „Vilnius Mama Jazz 2023“. Marios Faust programa „Jazz Catastrophe. 4th mutation“.
4.15 Lietuvos simfoninio pučiamųjų orkestro koncertas „MacchinAria & Bolero+“. Festivalis „Vilnius Winds 2023“.
5.30 Gyvūnų užkalbėtoja.

0.30 Miško atspalviai.
1.00 Gyvūnų pasaulis. (N-7).
1.30 Šeškinės 20. (N-7).
2.20 VIDO VIDE O. (N-7).
4.00 Autopilotas.
4.30 Tauro ragas. (N-7).
5.00 Miško atspalviai.
5.30 Apie žuklę.

DELFI TV

6.00 Ukraina 24.
7.00 Kasdienybės herojai.
8.00 Sporto baras.
9.00 Sveikatos receptas.
9.30 Duok leteną.
10.00 Alfo didysis šou.
11.00 Patrulio bazė.
11.55 Kenoloto.
12.00 Šiandien kimba.
13.00 Kada įkurtuvės?
13.30 Kasdienybės herojai.
14.30 Aurimo būstas.
15.00 Orijaus kelionės.
16.00 Burėmis į arktį.
17.00 Taip ir Ne.
17.55 Kenoloto.
18.00 Savaitės kriminalai su Jauniumi Matoniū.
18.30 Pas Editą.
19.00 Ką žmonės dirba visą dieną?
19.30 Jūs rimtai?
19.55 Eurojackpot.
20.00 Skanios kelionės.
21.00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu.
22.30 Jėga ir Kenoloto.
22.35 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu.
23.35 Egzotiniai keliai.
0.35 Ūkininko Petro dieno-raštis.
1.30 Orijaus atostogos Lietuvoje.
2.30 Ukraina 24.



6.00 Labas vakaras, Lietuva.
8.00 Info diena.
15.30 Gyvūnų pasaulis. (N-7).
16.00 KK2 penktadienis. (N-7).
17.30 KK2. (N-7).
19.30 Nuo... Iki...
20.30 Bučiuoju. Rūta. (N-7).
21.30 100 metų propagandos.
22.00 Žinios.
23.00 Mūšio savaitės. Antrojo pasaulinio karo apžvalga. (N-7).
0.00 Dabar pasaulyje. Išvados.



6.25 Pasirinkę Lietuvą.
7.00 Sodinių pasaulis.
8.20 „Tyrėjai. Aukos vardu“. (N-7).
10.20 „Tėvas Motiejus“. (N-7).
11.30 Ūkininkas ieško žmonos.
13.00 Dešimčia metų jaunesni. (N-7).
13.30 Gamink pigiau su Džeimiu Oliveriu.
14.30 Keičiu žmoną. (N-7).
15.45 „Nekaltieji“. (N-7).
17.45 „Lemties paslaptys“. (N-7).
18.45 „Mano gyvenimas - vien žmogūdystės“. (N-7).
19.45 „Kapitonas Kainas“. (N-7).
21.00 F. Detektyvas „Kapitonė Marlo. Našlės, bet ne pernelgy...“. 2020 m. (N-14).
22.55 F. Komedija „Dūmai“. 1995 m. (N-14).
1.10 „Šūviai į praeitį“. (N-14).
3.20 F. Detektyvas „Kasandra. „Regatų“ klubas“. 2022 m. (N-14).
5.00 Propagandos gniaužuose.
5.25 Praeities kartų liudytai.

12.50 Laukinė Kolumbija. (N-7).
13.55 Išlikimas. (N-7).
15.00 Kieti kaip vynas. (N-7).
16.00 Sandėlių karai. (N-7).
18.00 Lombardų žvaigždės. (N-7).
19.00 Krovinių karai. (N-7).
20.00 Vienas. (N-7).
21.00 Žinios.
21.50 Sportas.
21.55 Orai.
22.00 F. Drama „Nepalūžęs“. 2014 m. (N-14).
0.55 „Titanų kovos“. (N-7).
2.00 F. „Diego Maradona“. 2019 m. (N-7).



8.00 „Kepėjas ir gražuolė“. (N-7).
9.00 LDK giminės. Giedraičiai.
9.30 „Pagaminta Italijoje“. (N-7).
10.30 „Vieta po saule“. (N-7).
11.30 F. „Didysis kačių pabėgimas“. 2018 m.
13.10 F. Komedija „Meilės punšas“. 2013 m. (N-7).
15.00 F. Fantastinis nuotykių filmas „Džimas Saga ir mašinistas Lukas“. 2018 m.
17.00 „Varinis žiedelis“. (N-7).
18.00 „Nučiuožęs“. (N-7).
19.00 „Baudžiauninkė“. (N-7).
20.00 „Drugelio sparnai“. (N-7).
21.00 „Dvynys“. (N-14).
22.00 F. Veiksmo trileris „Medžiotojo malda“. 2017 m. (N-14).
23.45 „Žinau, kas esi“. (N-14).
1.15 „Misijos“. (N-14).



6.00 Menų sala.
6.30 „Mažųjų gyvūnėlių

krautuvė“.
7.00 Gyvūnų manija.
7.30 „Mano mažasis ponis“.
8.30 „Mažosios kerėtojos“.
9.00 „Karingoji princesė Nela“.
9.30 „Pižamų herojai“.
10.00 „Rikis Zumis“.
10.30 „Madagaskaro pingvinai“.
11.00 „Šunychiai patroliai“.
11.30 „Agentas Binkis. Visatos augintiniai“.
12.00 Tavo augintinis.
12.30 Tik tai, kas tikra.
13.00 Džeimio Oliverio patiekalai per 15 minučių.
14.00 Kviečiu vakarienės. (N-7).
15.00 „Pirmieji pasimatymai“. (N-7).
16.00 „Itališka meilė“. (N-7).
17.00 „Bjaurusis ančiukas“. (N-7).
18.05 F. Detektyvas „Piršlės detektyvai. Mirtinos sužadėtuvs“. 2019 m. (N-7).
20.00 Labanakt, vaikučiai. „Šunychiai patroliai“.
20.30 Labanakt, vaikučiai. „Agentas Binkis. Visatos augintiniai“.
21.00 „Midsomerio žmogūdystės“. (N-14).
23.00 F. Drama „Prasiveržimas“. 2019 m. (N-7).
1.25 F. Melodrama „Mano pusseserė, meilė ir aš“. 2019 m. (N-7).
3.05 Mano namų taisyklės.



9.00 Infostudija.
9.20 Tauro ragas.
9.50 Laisvalaikio alchemija.
10.00 Šypt tele vypt.
10.20 Specialisto patarimai.
10.30 Labas iš Kelmės.

11.00 Petro Šiaučiūno valanda.
12.00 Ventos vingiais.
12.30 Susitikime prie Kruojos.
13.00 Infostudija.
13.20 Specialisto patarimai.
13.30 Infostudija.
13.50 Kas? Kur? Kada?
14.00 Infostudija.
14.20 Specialisto patarimai.
14.30 Infostudija.
14.50 Kas? Kur? Kada?
15.00 Infostudija.
15.20 F. Dokumentinis filmas „Rūpestis“.
16.20 Kas? Kur? Kada?
16.30 UNESCO objektai Lietuvoje.
17.00 Kas? Kur? Kada?
17.10 Vyrų šešėlyje.
17.40 Priklausomybės.
18.10 Specialusis reportažas.
18.20 Laisvės keliu.
18.50 Specialisto patarimai.
19.00 Kvadratas apskritime.
19.30 Savaitės aktualijos.
20.00 Pradėk nuo savęs.
20.30 Kas? Kur? Kada?
20.40 Susitikimai.
21.25 Nota Bene.
21.50 Lietuvos kariuomenės 30-mečio koncertas. 2021 m.



7.00 F. „Tamsūs vandenys“.
9.05 F. „Kapitonas Filipasas“.
11.15 F. „Užmiršti“.
12.45 F. „Dviejų šimtmečių žmogus“.
14.50 F. „Galvažudžių sala“.
16.50 F. „Monte Karlas“.
18.40 F. „Dirbtinis intelektas“.
21.00 F. „Tai, ką mes praradome“.
23.00 F. „Rudens legendos“.
1.10 F. „Orbita 9“.

2.40 F. „Nuostabus protas“.
5.15 F. „Džeris Magvairas“.



6.00 F. „Šefas“.
7.20 F. „Instrukcijos nėra“.
9.20 F. „Espenas ieško aukštinės pilies“.
11.00 F. „Pėdsakai“.
12.45 F. „Instrukcijos nėra“.
14.45 F. „Espenas ir kalno karalius“.
16.30 F. „2 valandos“.
17.50 F. „Iėjimas ir išėjimas“.
19.10 F. „Paskutinis filmas“.
21.00 F. „Pokerio princesė“.
23.15 F. „Da Vinčio kodas“.
1.40 F. „Giminės“.
3.15 F. „Sinekodki, Niujorkas“.
5.45 F. „Loganų sėkmė“.



7.00 Kaip tai pagaminta?
9.00 Automobilių meistrai.
10.00 Senienų medžiotojai.
12.00 Klasikiniai automobiliai.
14.00 Restauratoriai.
16.00 Antrasis furgonų gyvenimas.
18.00 Kaip tai pagaminta?
19.00 Jonas ir Kristina perstato senas fermas.
20.00 Namai ant ratų.
21.00 Europos didžiųjų sunkvežimių vairuotojai.
22.00 Automobilių meistrai.
23.00 Piliulė.
2.00 Seni geri daiktai.



6.05 Seni kledarai ir grynieji pinigai.
7.10 Nefrito karštinė.

7.35 Milžinų statybos.
13.20 Rytų uosto didvyriai.
14.15 Sidnėjaus uosto pajėgos.
15.15 Didžiulės inžinerijos klaidos.
16.10 Neįmanomi geležinkeliai.
17.10 Arkties ledo geležinkelis.
20.55 Požemių brangakmenių medžiotojai.
22.00 Didysis žvejybos nuotykis.
23.00 Rytų uosto didvyriai.
23.55 Mafijos žudikai su Kolinu Maklarenu.
0.50 Spygliuoto aukso ieškotojai.



7.15 Maisto fabrikas JAV.
9.10 Išlikimo instinktas.
13.00 Paslėpti Afrikos stebuklai.
15.00 Palaidotos Kordobos paslaptys.
15.55 Petra: senovės statytų paslaptys.
17.50 Velykų sala.
20.00 Palaidotos Keros ir Kordobos paslaptys.
23.30 Naskos piešiniai.
23.30 Ispanijos pasienio apsauga.
2.15 Nakties programa.



7.00 Spidvėjus. Europos Čempionatas. Lenkija. Trečiasis etapas.
10.00 Pasaulio jėgos triko- vės čempionatas. Lietuva. Vyrų 120 kg.
13.00 Vokietijos BBL krepšinio lyga. Telekom Baskets Bonn - FC Bayern München

Basketball.
15.00 Tiesiogiai. Dailiusis čiuožimas. ISU Grand Prix. Japonija. Šokiai ant ledo. Laisvoji programa.
17.00 Tiesiogiai. Optibet ledo ritulio lyga. Kaunas City - HK Prizma.
19.30 Tiesiogiai. Vokietijos BBL krepšinio lyga. ratiopharm ulm - Merlins Crailsheim.
21.30 CFMOTO Thunder Racing Team. Rallye du Maroc.
22.00 Tiesiogiai. Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Blois - Strasbourg.
23.50 „One championship“. One Friday Fights 5.
3.40 Pasaulio jėgos trikovės čempionatas. Lietuva. Vyrų 120 kg.



7.00 Krepšinis. Eurolyga. „Olympiacos“ – „Žalgiris“.
9.20 Krepšinis. NBA. „Suns“ – „Grizzlies“.
11.30 Krepšinis. Eurolyga. „Maccabi“ – „Barcelona“.
13.50 Automobilių sportas. Ralis. WRC. Japonijos ralis.
14.50 Tiesiogiai. Futbolas. La Liga. „Rayo Vallecano“ – „Barcelona“.
17.00 Krepšinis. NCAA 2023/24.
18.50 Tiesiogiai. Futbolas. Serie A. „Atalanta“ – „Napoli“.
21.35 Tiesiogiai. Futbolas. Serie A. „Milan“ – „Fiorentina“.
0.00 Tiesiogiai. Krepšinis. NBA. „76ers“ – „Thunder“.
2.30 Automobilių sportas. MotoGP. Valensijos lenktynės.
4.50 Krepšinis. NBA. „Bucks“ – „Celtics“.

LRT | TV

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 Širdyje lietuvis.
7.00 Kultūros diena.
7.30 Šventadienio mintys.
8.00 Išpažinimai.
8.30 Gyventi kaime gera.
9.00 Toliau nuo miesto.
9.30 Gamtininko užrašai.
10.00 Gustavo enciklopedija.
10.30 Lietuvos tūkstančio mečiukai.
11.30 Gyvūnų užkalbėtoja.
12.00 Čia dabar?!
12.30 Didžiosios pasaulio upės 2.
13.30 „Puar“ (N-7).
15.15 Euromaxx.
15.30 Žinios. Orai.
15.45 Istorijos detektyvai.
16.45 Nepamirštas Vilnius.
17.00 Mažoji Eurovizija 2023.
19.30 Savaitė.
20.30 Panorama.
20.52 Sportas. Orai.
21.00 „Restoranas“ (N-14).
22.00 F. Drama „Lyčių kova“ 2017 m. (N-14).
0.00 F. Drama „Vertikalus saulės spindulys“ 2000 m. (N-14).
1.55 F. Drama „Turiu kai ką tau pasakyti“ 2009 m. (N-7).
3.40 Knygų žiurkės.
4.15 „Puar“ (N-7).



6.00 „Beprotingos melodijos“.
6.30 „Deksterio laboratorija“.

7.00 „Moko nuotyčiai“.
7.30 „Želėstounas“.
8.00 „Monstrų paplūdimys“.
8.30 „Tomo ir Džerio šou“.
9.00 „Beprotingos melodijos“.
9.30 F. Animacinis filmas „Tintino nuotyčiai. Vienaragio paslaptis“ 2011 m.
11.45 F. Nuotykių komedija „Troškimų akmuo“ 2009 m.
13.35 F. „Aleks ir aš“ 2018 m.
15.25 F. Komedija „Policijos akademija 4. Civiliai patroliai“ 1987 m. (N-7).
17.20 Tėlėloto.
18.30 Žinios.
19.20 Sportas.
19.27 Orai.
19.30 Kaukės.
22.10 F. Veiksma komedija „Vyrai juodais drabužiais. Pasaulinė grėsmė“ 2019 m. (N-14).
0.25 F. Veiksma filmas „Krydas. Gimęs kovoti“ 2015 m. (N-14).
3.10 F. Veiksma komedija „Karštos gaudynės“ 2015 m. (N-14).



6.00 „Didvyrių draugužiai“.
7.00 „Transformeriai. Žemės kibirkštis“ (N-7).
7.30 „Krudžiai. Šeimos medis“.
8.00 „Simpsonai“ (N-7).
8.30 Svajonių ūkis.
9.00 La Maistas.
10.00 Pasaulis pagal moteris.
11.00 Svajonių sodai.
12.00 Viduržemio regio-

nas. Gyvenimas apgulyje. (N-7).
13.10 „Robinzonas Kruzas“ (N-7).
15.20 F. Melodrama „Denas tikrame gyvenime“ 2007 m. (N-7).
17.20 Vytaro ferma.
18.30 TV3 žinios.
19.20 TV3 sportas.
19.27 TV3 orai.
19.30 Lietuvos talentai. (N-7).
22.30 F. Veiksma drama „Sniego traukinys“ 2013 m. (N-14).
1.00 F. Veiksma trileris „Greiti ir įsiutę 6“ 2013 m. (N-14).
3.40 F. Nuotykių filmas „Vasara Imenhofe“ 2019 m. (N-7).



6.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
7.00 Gordonas Ramzis. Nepažintos teritorijos.
8.00 Miško atspalviai.
8.30 Tauro ragas. (N-7).
9.00 Tarptautinis turnyras „Pasaulio galiūnų taurė 2023“ Radviliškis.
10.00 Pričiupom!
10.30 Stebuklingi metų laikai miške.
11.30 Apleisti statiniai.
12.30 Gordonas Ramzis. Nepažintos teritorijos.
13.30 Nacionaliniai darbo ypatumai. (N-7).
14.35 Reali mistika. (N-7).
17.00 Betsafe-LKL čempionatas. Šiaulių „Šiauliai“ - Panevėžio „7bet-Lietkabelis“. Tiesioginė transliacija.
19.30 Betsafe-LKL čem-

pijonatas. Jonavos „CBet“ - Utenos „Uniclub Casino - Juventus“. Tiesioginė transliacija.
21.45 „Geriausios Los Andžele“ (N-7).
22.50 F. Veiksma trileris „Seserų kerštas“ 2022 m. (N-14).
0.35 F. Fantastinis trileris „Neregistruotas keleivis“ 2021 m. (N-14).
2.55 Pragaro virtuvė. (N-7).



6.00 „Jos vardas Kozaim“.
6.59 Programa.
7.00 „Jos vardas Kozaim“.
8.00 Ūkininkas Jurgis.
8.30 Kaimo akademija.
9.00 „Aiškiaregė“ (N-7).
10.00 Krepšinio pasaulyje.
10.30 Čia kūrėsi Vilnius.
11.00 Sveikatos kodas.
11.40 Sveikatos kodas. Televitrina.
12.00 „Netikėtas teisingumas“.
14.00 „Karpātų reindžeris“.
16.00 Žinios.
16.28 Orai.
16.30 24/7.
17.30 Pusvalandis su Valatka.
18.00 Žinios.
18.28 Orai.
18.30 Krepšinio pasaulyje.
19.00 „Aiškiaregė“ (N-7).
20.00 Žinios.
20.28 Orai.
20.30 „Paranormalūs atvejai 911“.
21.30 24/7.
22.30 Žinios.
22.58 Orai.
23.00 „Netikėtas teisingumas“.

1.00 „Karpātų reindžeris“.
2.50 „Aiškiaregė“ (N-7).
3.35 24/7.
4.20 „Aiškiaregė“ (N-7).
5.10 Mažos mūsų pergalės.



6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 „Saimonas“.
6.20 „Momonstriukai“.
6.40 „Saimonas“.
7.15 „Trolių Mumijų slėnis“.
7.40 „Alvinas ir patrakėliai burundukai“.
8.05 „Tara Dankan“.
8.30 „Geriausios tyrėjai“.
9.00 Mano pasas meluoja.
9.30 Kelias.
10.00 7 Kauno dienos.
10.30 Tikėjimas ir gyvenimas.
11.00 Išpažinimai.
11.30 Menora.
12.00 Šventadienio mintys.
12.30 Šv. Mišios iš Vilniaus šv. Vyskupo Stanislovo ir šv. Vladislavo arkikatedros bazilikos. Tiesioginė transliacija.
13.45 „Anė su Ė“ (N-7).
14.30 F. Animacinis filmas „Grufas“ 2009 m.
15.00 „Beprotingas pramogų parkas“ (N-7).
15.30 Pasaulio biatlono taurė. Vyrai. 20 km individualios lenktynės. Tiesioginė transliacija iš Ostersundo.
17.30 Euromaxx.
18.00 Dėmesio! Ieškome meno.
18.30 Kultūros diena.
19.00 Vilnius Mama Jazz 2023“. Euroradijo džiazo orkestras.

20.30 Panorama.
20.52 Sportas. Orai.
21.00 Šokio spektaklis „Lietus“ 2014 m.
22.15 Vilnius 700. Muzikinė kelionė laiku. XIX a. Fortepijoninis trio „FortVio“.
22.45 Myliu Lietuvą.
0.10 F. Drama „Lyčių kova“ 2017 m. (N-14).
2.10 F. Dokumentinis filmas „Rojaus fragmentai“ 2022 m.
3.45 F. Animacinis filmas „Grufas“ 2009 m.
4.15 „Anė su Ė“ (N-7).
5.00 F. Dokumentinis filmas „Rimantas Bagdonas. Pasaulio imtynių čempionas“ 2018 m.



6.00 Žinios.
7.00 KK2. (N-7).
9.00 Nuo... Iki...
10.00 Bus visko. (N-7).
11.00 Gyvūnų pasaulis. (N-7).
11.30 Mūšio savaitės. Antrojo pasaulinio karo apžvalga. (N-7).
12.30 Neskestantys drednautai.
13.40 KK2 penktadienis. (N-7).
15.00 Šeškinės 20. (N-7).
16.00 Bus visko.
17.00 Nuo... Iki...
18.00 Bučiuoju. Rūta. (N-7).
19.00 KK2. (N-7).
21.00 Miško atspalviai.
21.30 Gyvūnų pasaulis. (N-7).
22.00 Žinios.
23.00 Mūšio savaitės. Antrojo pasaulinio karo apžvalga. (N-7).
0.00 Tarptautinis turnyras „Pasaulio galiūnų taurė

2023“. Radviliškis.
1.00 Priešaušrio Lietuva.
2.15 Bučiuoju. Rūta. (N-7).
3.10 Šeškinės 20. (N-7).
4.00 Autopilotas.
4.30 Tauro ragas. (N-7).
5.00 Miško atspalviai.
5.30 Apie žuklę.



6.00 Ukraina 24.
7.30 Kasdienybės herojai.
8.30 Patrolio bazė.
9.30 Misija ūkis.
10.00 Alfo vila.
11.00 Lengvai ir skaniai.
11.30 Kelionės tikslas – Žemaitija.
11.55 Kenoloto.
12.00 Sekmadienio Šv. Mišių transliacija.
13.30 Mamų virtuvė.
14.00 Ką žmonės dirba visą dieną?
14.30 Pas Editą.
15.00 Orijaus kelionių archyvai.
16.00 Ūkininko Petro dienoraštis.
17.00 Egzotiniai keliai.
17.30 Kitokios kelionės.
17.55 Kenoloto.
18.00 Kasdienybės herojai.
19.00 Aurimo būstas.
19.30 Savaitės kriminalai su Jauniumi Matoniu.
20.00 Skanios kelionės.
21.00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu.
22.30 Jėga ir Kenoloto.
22.35 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu.
23.35 Taip ir Ne.
0.35 Burėmis į arktį.
1.30 Orijaus kelionės.
2.35 Ukraina 24.



6.25 Pasirinkę Lietuvą.
7.00 Sodininkų pasaulis.
8.20 „Tyrėjai. Aukos vardai“ (N-7).
10.20 „Tėvas Motiejus“ (N-7).
11.30 Ūkininkas ieško žmonos.
12.30 Dešimčia metų jaunesni. (N-7).
13.30 Sveikinimai.
15.45 „Nekaltieji“ (N-7).
17.45 „Lemties paslaptys“ (N-7).
18.45 „Mano gyvenimas - vien žmogžudystės“ (N-7).
19.45 „Kapitonas Kainas“ (N-7).
21.00 F. Detektyvas „Prancūziška žmogžudystė. Nusikaltimas Larzake“ 2020 m. (N-14).
23.05 F. Trileris „Tylos įlanka“ 2020 m. (N-14).
0.55 F. Komedija „Dūmai“ 1995 m. (N-14).
3.10 F. Detektyvas „Kapitonė Marlo. Našlės, bet ne pernelyg...“ 2020 m. (N-14).
4.45 Propagandos gniaužuotė.
5.10 Praeities kartų liudytojai.

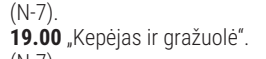


6.10 Lombardų žvaigždės. (N-7).
6.35 Nukalta ugnyje. (N-7).
7.30 Kalnų vyrai. (N-7).
8.30 Pragaro kelias. (N-7).
9.30 Vienam gale kablys. (N-7).
10.00 Praeities žvalgas. (N-7).
10.30 E - gasas dugnas.
11.00 Sandėlių karai. (N-7).
11.30 Lokuji šeima ir aš. (N-7).

12.50 Laukinė Kolumbija. (N-7).
13.55 Išlikimas. (N-7).
15.00 Kieti kaip vynas. (N-7).
16.00 Sandėlių karai. (N-7).
18.00 Lombardų žvaigždės. (N-7).
19.30 Krovinių karai. (N-7).
20.00 Vienas. (N-7).
21.00 Žinios.
21.50 Sportas.
21.55 Orai.
22.00 NBA apžvalga.
22.30 Tiesiogiai. NBA rungtynės Portlando „Trail Blazers“ - Milvokio „Bucks“.
1.00 Iki galot! (N-7).



8.00 „Baudžiauninkė“ (N-7).
9.00 „Varinis žiedelis“ (N-7).
10.00 „Nučiuožęs“ (N-7).
11.00 „Drugelio sparnai“ (N-7).
12.00 Laikykitės ten. (N-7).
13.00 F. Komedija „Mokykla: blogiausi mano gyvenimo metai“ 2016 m.
14.45 Skaidrinam 2023. Marijampolė. (N-7).
15.20 F. Biografinė istorinė drama „Markas Feltas“ 2017 m. (N-7).
17.15 Laikykitės ten svečias Saulius Urbonavičius-Samas. (N-7).
18.00 „Pagaminta Italijoje“ (N-7).
19.00 „Kepėjas ir gražuolė“ (N-7).
20.00 „Vieta po saule“ (N-7).
21.00 F. „Mirtinas šūvis“ 2017 m. (N-14).
23.10 „Kraujo broliai“ (N-14).
0.10 „Dvynys“ (N-14).
1.10 „Baudžiauninkė“ (N-7).



6.00 Tik tai, kas tikra.
6.30 „Mažųjų gyvūnelių

krautuvė“.
7.30 „Mano mažasis ponis“.
8.30 „Mažosios kerėtojos“.
9.00 „Karingoji princesė Nela“.
9.30 „Pižamų herojai“.
10.00 „Rikis Zumis“.
10.30 „Madagaskaro pingvinai“.
11.00 „Šunyčiai patroliai“.
11.30 „Agentas Binkis. Visatos augintiniai“.
12.00 „Moterys meluoja geriau“ (N-7).
14.00 Kviečiu vakarienės. (N-7).
15.00 „Pirmieji pasimatymai“ (N-7).
16.00 „Itališka meilė“ (N-7).
17.00 „Bjaurusis ančiukas“ (N-7).
18.05 F. Detektyvas „Piršlės detektyvai. Mirtinas romanas“ 2020 m. (N-7).
20.00 Labanakt, vaikučiai.
20.30 Labanakt, vaikučiai.
21.00 „Agentas Binkis. Visatos augintiniai“.
21.00 „Svetimšalė“ (N-14).
23.45 F. Melodrama „Maggiškas autobusas“ 2019 m. (N-7).
1.35 F. Melodrama „Vestuvės kiekvieną savaitgalį“ 2020 m. (N-7).
3.10 Mano namų taisyklės.



9.00 Sodžius.
9.30 Specialisto patarimai.
9.40 Prikelti daiktai.
10.00 Šypt tele vypt.
10.20 Kas? Kur? Kada?
10.30 Pradėk nuo savęs.
11.00 Kvadratas apskritime.
11.30 Specialusis reportažas.
11.40 POST Kryžkelė: konfliktai ir sąveikos.

12.00 Savaitės aktualijos.
12.30 Priklausomybės.
13.00 Kas? Kur? Kada?
13.10 Kalnai - mano gyvenimas.
13.35 Specialisto patarimai.
13.45 Gyvoji Sūduvos istorija.
14.15 Ligonių pastoracija.
14.40 Kas? Kur? Kada?
14.50 Lietuvos mokslininkai.
15.20 Radvilų Biržai.
15.50 Kauno istorijos.
16.20 Etnokultūros pašaukti.
16.45 Mokslo lyderiai renkasi.
17.00 Išgirs mano istoriją.
17.30 Kas? Kur? Kada?
17.40 Dingusio pasaulio pėdsakais. Žydiškieji Šiauliai.
18.00 180 laipsnių kampu.
18.25 Džukijos kultūros ir tradicijų aidai.
18.50 Gimnazistas LT.
19.05 Slemeriai LT - varžytuvės.
19.20 Specialisto patarimai.
19.30 Miesto lobynai.
20.00 Tarp mūzos ir gyvenimo.
20.30 Radviliškis šiandien ir rytoj.
21.00 Petro Šiaučiūno valanda.
22.00 Grįžtantys.
22.25 Kas? Kur? Kada?
22.35 Pokalbis su Beržu.



7.30 F. „Galvažudžių sala“.
9.30 F. „Puikybė ir prietariai“.
11.40 F. „Monte Karlas“.
13.25 F. „Dirbtinis intelektas“.
15.50 F. „Orbita 9“.
17.20 F. „Grenlandija“.
19.15 F. „Alfis“.
21.00 F. „Gyvūnėlių kapinės“.
22.40 F. „Pasilik“.
0.15 F. „Tai, ką mes prara-

dome“.
2.15 F. „Metas žudyti“.
4.40 F. „Rufusas: stebuklingos šalies kronika“.



7.40 F. „Jėjimas ir išėjimas“.
9.00 F. „Paskutinis filmas“.
10.50 F. „2 valandos“.
12.10 F. „Jėjimas ir išėjimas“.
13.35 F. „Paskutinis filmas“.
15.20 F. „Geišos išpažintis“.
17.45 F. „Vaikų aktas“.
19.25 F. „Sapnų demonai“.
21.00 F. „Pasmerktas mirti“.
22.55 F. „Niekio nesakyk“.
0.30 F. „Angelai ir Demonai“.
2.45 F. „Pasmerktas mirti“.
4.40 F. „Aš esu Zlatanas“.



7.00 Kaip tai pagaminta?
9.00 Automobilų meistrai.
11.00 Jonas ir Kristina perstato senas fermas.
15.00 Pamesto bagažo aukcionai.
17.00 Senienų medžiotojai.
18.00 Jonas ir Kristina perstato senas fermas.
19.00 Restauratoriai.
20.00 Kieno viešbutis geresnis?
21.30 Jūrų vilkai.
22.00 Išgyventi ant plausto.
23.00 Nuogi ir įbauginanti.
2.00 Jonas ir Kristina perstato senas fermas.



6.05 Geriausios žvejybos vietos.
7.00 Autbeto sunkvežimių vairuotojai.
13.25 Požemių brangakmenių medžiotojai.

14.30 Australijos aukso ieškotojai.
22.00 Požemių brangakmenių medžiotojai.
23.05 Didžiulės inžinerijos klaidos.
0.00 Neįmanomi geležinkeliai.
1.00 Metalų laužo gelbėtojai.
1.50 Požemių brangakmenių medžiotojai.
4.35 Akmenkasiai.



6.00 Neįmanomi statiniai su D. Ašviliumi.
7.00 Nepaprastų mašinų viduje.
11.10 Neįmanomi statiniai su D. Ašviliumi.
13.00 Jeloustouno vilkų dinastija.
15.00 Laivai vaiduokliai: dingę bangose.
15.55 Nusausinti vandenynus.
21.40 Laivai vaiduokliai.
22.35 Nusausinti vandenynus.
23.30 Ispanijos pasienio apsauga.
2.15 Nakties programa.



7.00 Lengvoji atletika. World Athletics Continental Tour Silver - Rovereto. Italija.
9.20 Optibet ledo ritulio lyga. Kaunas City - HK Prizma.
11.10 Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Blois - Strasbourg.
13.00 Tiesiogiai. Optibet ledo ritulio lyga. Airwell Energija - HS Riga.
15.20 One Championship. One Vault.
16.30 Tiesiogiai. Vokietijos

BBL krepšinio lyga. Rasta Vechta - FC Bayern München Basketball.
18.30 Rankinio čempionų lyga. Industria Kielce - HC Zagreb.
20.00 Tiesiogiai. Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Bourg-en-Bresse - Lyon-Villeurbanne.
22.00 Vokietijos BBL krepšinio lyga. ratiopharm ulm - Merlins Crailsheim.
23.50 „One championship“.
0.00 Friday Fights.
2.10 Pasaulio jėgos trikovės čempionatas. Lietuva. Vyrai 120 kg.
5.10 Vokietijos BBL krepšinio lyga. Alba Berlin - Syntainics MBC.



7.00 Futbolas. La Liga. „Rayo Vallecano“ - „Barcelona“.
8.50 Futbolas. Serie A. „Atalanta“ - „Napoli“.
10.40 Futbolas. Serie A. „Milan“ - „Fiorentina“.
12.30 Automobilų sportas. Ralis. WRC. Japonijos ralis.
13.50 Tiesiogiai. Futbolas. Ligue 1. „Nice“ - „Toulouse“.
16.00 Automobilų sportas. MotoGP. Valensijos lenktynės.
17.05 Tiesiogiai. Futbolas. La Liga. „Real Sociedad“ - „Sevilla“.
19.30 Krepšinis. NBA. „Bucks“ - „Celtics“.
21.35 Tiesiogiai. Futbolas. Serie A. „Juventus“ - „Inter“.
23.50 Automobilų sportas. MotoGP. Valensijos lenktynės.
1.00 Tiesiogiai. Krepšinis. NBA. „Suns“ - „Knicks“.
4.50 Krepšinis. NBA. „76ers“ - „Thunder“.



MENO BIENALĖJE ZAGREBE – IR LIETUVIŲ TAPYBOS PARODA

Nuo spalio 25 d. iki sausio 26 d. Kroatijoje, Zagrebe, vyksta meno bienalė, o joje – ir lietuvių menininkų paroda „Išplaukęs tapatumas: tarp atpažįstamo atvaizdo ir abstrakcijos“. Parodos kuratorius prof. dr. Remigijus Venckus įsitikinęs, kad pirmiausia savo krašto, Lietuvos, menininkus turime vertinti patys.

– *Esate meno kritikas ir menininkas. Kas lengviau – kritikuoti ar būti kritikuojamam?*

– Vargu ar šio klausimo du poliai yra lygiaverčiai. Priimti kritiką reikia mokėti, kritikuoti – taip pat. Tik kritikuojantysis turi labai gerai pasverti savo žodžius, gerai įsigilinti į situaciją, kūrinį, kūrėjo stilišką, jį veikiantį kultūrinį

foną ir net pažinti pasaulį, esantį už menininką ribojančio horizonto.

Atsakyti galima klausimu: o kada tampama geru kritiku? Kritiko darbas panašus į filosofo. Tenka daug mąstyti ir skaityti. Kad gerai suvoktum kraštovaizdį, reikia stebėti daug meno kūrinių, lankytis muziejuose bei galerijose. Bet ir to neužtenka. Protas turi būti

budrus ir nuolat aktyviai veikti. Kritikas negali atmesti temų, sakydamas, jog tai jam neįdomu.

Kai užsiimu kūryba, kurios metu, atrodo, išsiuosi, mano studijoje užia kompiuteris. Jis praneša politines, kultūrinės, ekonomines naujienas. Klausausi diskusijų, mokslininkų pasisakymų, audioknygų, kitų dokumentinių įrašų. Aš visada dirbu.

Ką noriu tuo pasakyti? Kritikas net pietaudamas turi gyventi tam tikroje įtemptoje ir imlaus, nuolatos analizuojančio proto studijoje. Kai taip gyvena ir tik-

rovę patiri nuolatinėje analizėje, tuomet gal ir tampa geru kritiku – nesvarbu, kokio dalyko.

Būti kritikuojamam, t. y. būti menininku, kartais net lengviau. Menininkas gali būti subjektyvus, nenorintis girdėti ir suprasti, gali užsispyrusiai tvirtinti savo poziciją. Jo ribotumas yra daug labiau leistinas nei kritiko. Galiausiai – jis gali būti ir privalumas, leidžiantis gerai susikcentruoti ties atitinkama veikla, tapti tikru meistru siauroje srityje.

MENO BIENALĖJE ZAGREBE – IR LIETUVIŲ TAPYBOS PARODA

► Atkelta iš 11 p.

Tad aš manau, kad būti kritiku tikrai nėra lengvas ir labai jau romantiškas darbas. Būti kritiku – tai, pirmiausia, mėgti mąstyti.

– **Šiuo metu kuruojate parodą meno bienalėje Zagrebe. Kaip, pagal kokius kriterijus, į ką atsižvelgiant atrinkti Lietuvos atstovai?**

– Kroatijoje vyksta septintoji tapybos bienalė. Tai yra vienas stambiausių ir prestižiškiausių renginių Balkanų šalyse. Kiekvieną kartą yra rengiama kvietinio miesto arba šalies tapybos kraštovaizdį nusakanti paroda. Prieš porą metų į mane kreipėsi Kroatijos dailininkų sąjunga (HDLU) ir pasiūlė kuruoti parodą, kurioje būtų pristatyti lietuvių menininkai.

kaip vientisą ir su konkrečia aplinka susietą individą. Jį nuolatos atakuoja gamtinė aplinka, technologinė įvairovė, komunikacinis triukšmas, globalų pagreitį įgavę virtualios komunikacijos procesai. Atrodo, kad tikrovė nuolatos juokiasi iš menininko ir paklaidina jį nuosavame suvokimo ir savianalizės labirinte.

Realizuojant koncepciją, parodoje pristatomi lietuvių menininkai nevienareikšmiškai ir nevienodai reaguoja į tikrovės pokyčius. Nevienodai regi save ar kitą šioje kaitoje. Viso to priežastis – nevienalytė Lietuvos istorija, kintantys ir nuolat perkonstruojami ryšiai su Vakarų ir Rytų kultūromis.

Siekiant atskleisti neįprastą, nevienalytį lietuvių tapatybės peizažą, buvo

zistenciją sudrebinančias emocijas. O formą konstruojantys atviri spalviniai potėpiai dominuoja V. Rusecko tapyboje. Šis autoriaus sprendimas padeda kurti dramatišką siužetą, išryškinti įtampą.

M. Norbutaitės kūrinys dekonstruojamas lietuvių mitologinis siužetas, išryškintas tragiškiausias žūties momentas. Regimas veido ir kūno fragmentavimas mums byloja ne apie vaizduojamojo išvaizdą, bet apie šurpo anatomiją. A. Kleizaitės paveikslai taip pat sugestijuoja, kad mitai susipina su dabarties refleksija ir individualiu požiūriu į gyvenimą. Taip kūrinys gali iškelti esminį klausimą apie žmogaus prigimtį, tapatumą, kultūrinę atmintį. A. L. Kaunaitės tapyba ženklina mintį, kad mitai nėra statiški ir vienalyčiai. Jie gyvi, keičiasi ir adaptuojasi, papildo ir perkuria mūsų tapatumą. Autorės tapyba vienu metu yra ir ekspresyvi, audringa, ir labai asmeniška.

A. Kašausko paveikslas – tai peizažo dekonstrukcija. Dėmesį skirdamas formai, kaip užuominai, autorius nusako erdvės ir jos daiktų kintamumą bei neišbaigtumą. Per dekonstruotą peizažą galima suvokti ir savąją vietą pasaulyje. R. Plungė tik užsimena apie geometrines daiktų formas, tačiau jos nieko stabilaus ir aiškaus nereprezentuoja. Tai dialogas su realybe, kuri kinta ir į mus neįsiklauso. O R. Eidukaitės kūrinys dominuojančios vingiuotos linijos tampa būties laikinumo ir neapibrėžtumo ženklu. S. Dastiko paveiksluose ekspresyvi, platus potėpiai reprezentuoja akimirksniu pamatytą aplinką ir tuo pačiu metu užklumpančią nostalgiją praeities reginiui.

Šiek tiek kitokius būties ir realybės kontūrus galime pastebėti A. Štelmano paveiksluose. Ekspresyvi spalvinė gama realizuoja autoriaus kelionę į vidinį pasaulį. Jis dažnai siekia regėti tikrovę taip, kad mus nustebintų.

A. Jonkutės dėmesio centre – ne objektai ar jų santykiai, bet erdvės kitimas. Paveikslas atrodo kaip stabilų tikrovę suryjantis rūkas. Nėra ženklų, reprezentuojančių subjekto ar jo aplinkos tapatumą. M. Juodis taip pat taiko tirpstančio rūko metodą, paveiksluose dažniausiai analizuoja žmogaus kūną. Parodoje eksponuojamo

paveikslas fonas minimalus, be detalių. Jis atrodo lyg vienalytė masė, kuri į save siurbia visus aplinkos pavaldus ir palieka tik galimybę susipažinti su egzistavusiųjų pėdsakais.

V. Mackevičius skatina galvoti apie jausmus, kurie atsiranda ir išnyksta dėl taktilinių potyrių. Jo kūrinys – tai pažeidžiamo žmogaus ženklas, amžinoji dilema, kai susiduriame su noru išsaugoti akimirkas net tuomet, kai aiškiai suvokiame jų laikinumą.

F. Dudoit kūrybos manierą galima vadinti daiktiniu realizmu. Ji stebi aplinkoje vykstančius, iš pirmo žvilgsnio paprastus žmonių ritualus ir daiktus. Autorės kūrinys būdinga fotografinio objektyvumo strategija, t. y. fiksuojama tai, kas regima, bet per daug neperkuriamas.

Panašią, bet truputį kitokią fotografinę strategiją regime ir V. Paukštelio kūrinys: vaizduojama žmogaus figūra ir su ja susijęs destruktivus veiksmas. Fotografinė strategija gali būti suvokiama kaip į žmogaus sąmonę įvykius įrašęs mechanizmas.

J. Skudutytes ir E. Janso paveikslai taip pat aktualizuoja fotografinę strategiją, tarsi sustabdomas įvykis ir mums leidžiama jį detaliai apžiūrėti. Kūnas ir jo



► Remigijus Venckus, menų srities profesorius, humanitarinių mokslų, menotyros daktaras, – tuo pačiu ir menininkas, ir teoretikas. Jis kura eksperimentinę fotografiją, kompiuterinę grafiką bei labai daug rašo apie tapybą ir fotografiją.

primenantį tapybos manierą. Kadangi skirtingos daiktų formos išskiriamos ryškiu kontūru, kompozicija primena objektų delionę plokštumoje. Tokiu būdu žiūrovui leidžiama suvokti, kad tikrovė, o ir jo paties tapatumas, priklauso nuo objektų ir subjektų santykio, judėjimo erdveje, naujų tarpusavio ryšių steigimo ir padalijimo.

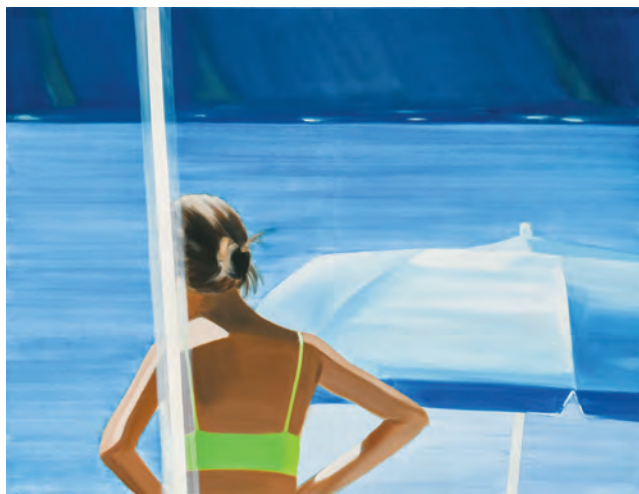
Reziumuojant galima sakyti, kad ši paroda rodo, kaip autoriai, darbai ir temos keičiasi.

nepalieka abejingų. Atidaryme buvo gausu užsienio diplomatų ir kultūros atstovybių. Dėmesį meno kūrėjams parodė ir šalies kultūros institucijos. Mane nustebino nepaprastas susidomėjimas renginiu, sklindęs iš medių kanalų. Aš jau net nebeatmenu, kiek kartų teko duoti interviu.

Bienalėje surengta kita paroda reprezentavo Kroatijos dailės kraštovaizdį. Tikrai gera paroda, gausu puikių kūrinių, šviežių idėjų, puikios meninės raiškos. Su kolegomis, aptarinėdami renginį, net padarėme išvadą: jei nors pusė Kroatijos dailininkų parodos būtų buvę eksponuoti šių metų „Art Vilnius“, vaizdelis būtų buvęs gerokai kokybiškesnis.

– **Ar vis dar gajus stereotipas, kad sėkmingas menininkas – tas, kuris išvyksta į užsienį?**

– Šis stereotipas rodo mūsų šalies, tautos nepilnavertiškumą. Vis tik laukiame, kol kažkas kitas neva objektyviai, iš kitos šalies įvertintų mūsų kūrėjus. Bet juk tai absurdiška. Viena iš mūsų kultūros politikos esmių turėtų būti tai, kad pirmiausia patys turėtume vertinti savo kūrėjus, džiaugtis puikiais kūriniais, juos populiarinti, apie juos kalbėti. O dabar neretai susidaro išpuolis, kad menininkas turi išlaikyti kažkieno kito sugalvotą egzaminą, kažkaip būti įvertintas ne namie, o tada jau jį priimsime kaip pasididžiavimo vertą genijų. Niekas nesukurs mūsų kultūros, neišpuoselės, neivertins, nepastebės, nenorės jos vartoti, jei patys to nedarysime!



► Felicia Dudoit. „Mergina prie paplūdimio skėčio“. Aliejus, drobė, 130x170. 2022 m.

Pirmiausia ėmiau svarstyti apie tai, kas būdinga lietuvių tapybai. Parodos koncepciją diktavo įkyri mintis apie tai, kad kintanti ir nevienalytė tikrovė dažnai mus skatina klausinėti ne tik apie ją, bet ir apie save. Kasdienė kalba negali visiškai demaskuoti tikrovės ir žmogaus tapatumo. Todėl menininkai bando užpildyti komunikacijos metu atsirandančius prasminius tarpus.

Paroda – lyg klausimas apie tai, kas yra tapatybė ir su ja susijusi individuali tikrovė. Individuali tikrovė ir savęs pažinimo programa realizuojama per regimų ir įsivaizduojamų pavidalų stebėjimą, figūrų fragmentavimą arba vaizduotės išlaisvinimą abstrakcijoje. Kad ir kiek meninė kalba būtų tobulinama, o meno kūrinys meistriškai dekonstruojamas pasaulis, vis tik tiesos apie tapatumą įminimas lieka gerokai atidėtas į ateitį.

Kuriančiam žmogui dažnai sudėtinga suvokti save

pasirinkti šiuolaikiniai kūrėjai. Vieni jų yra atpažįstami kaip gyvieji klasikai, kiti tik pradeda kūrėjo kelią, o dar kiti yra produktyvūs ir tarptautinėje arenoje jau žinomi kūrėjai.

Parodoje pristatyti 18 Lietuvos autorių: Rimantas Plungė, Eglė Velaniškytė, Virgis Ruseckas, Meda Norbutaitė, Aušra Kleizaitė, Adelė Liepa Kaunaitė, Arvydas Kašauskas, Rūta Eidukaitė, Saulius Dastikas, Alonas Štelmanas, Agnė Jonkutė, Mindaugas Juodis, Vladas Mackevičius, Felicia Dudoit, Viktoras Paukštelis, Julija Skudutyte, Evaldas Jansas, Jolanta Kyzikaitė.

– **Kas būdinga Lietuvos atstovų darbams?**

– Lietuvių tapybos mokyklos tradiciją parodoje ženklina E. Velaniškytės kūrinys. Jis – kaip tiltas tarp klasika tapusios Lietuvos tapybos tradicijos ir šiuolaikinio meno. Atviri, tamsūs ir kontrastingą formą išryškinantys potėpiai pabrėžia subjekto eg-



► Adelė Liepa Kaunaitė. „Vienaragiai“. 150x150.

santykis su daiktais atrodo lyg praėjusios dienos nutikimas, kriminalinis įvykis. Kūrinys, kaip vakar dienos įrodymas, vis dar yra aktualus šiandienai ir lieka įrašytas rytojaus dienai.

Kasdienybės daiktai, jų santykis lemia J. Kyzikaitės kūrinio formą. Paveikslas dera kasdienybės daiktų poezija ir kritika. Išskirtinį braižą lemia plakato formą

– **Kas bienalėje jums įsiminė, patiko arba – atvirkščiai – nepatiko labiausiai? Kokie darbai jums pačiam dažniausiai palieka išpuolį?**

– Bienalę lydėjo puiki darbinė nuotaika. Vis tik septintą kartą rengiama bienalė – tai jau aiškus įdirbis, gerai atidirbta strategija. Man tikrai gerą išpuolį paliko, kaip toks renginys

MICHELIO FOUCAULT FILOSOFIJA, ŽVELGIANT PRO MENO PRIZMĘ

Muzikinis spektaklis-performansas „Aušra Foucault šešėlyje“ – muzikos, poezijos, judesio, performatyvumo ir debatų forma žiūrovus kvies susimąstyti Michelio Foucault svarstytais temomis.

Kad klausytojai geriau suprastų, ko gali tikėtis, ateidami į pasirodymus, tarpdisciplininio vyksmo kūrėjai – choro dirigentas Linas Balandis, poetė Aušra Kaziliūnaitė, režisierius Augustas Gornatkevičius, kompozitorius Kristupas Bubnelis ir tarpdisciplininis menininkas Denisas Kolomyckis – pasidalijo mintimis apie bendro kūrybinio darbo procesą ir svarbiausius kūrinio aspektus, kurių nevalia praleisti pro akis ir ausis.

– **Kaip kilo idėja sukurti muzikinį performansą, besiremiantį įvairių menų sinteze? Kaip vyko kūrybinis darbas?**

Linas Balandis:
– Idėja kilo man ir Vitai Butvilienei, tad pradėjau ieškoti komandos, su kuria galėtume ją įgyvendinti. Pirminė idėja buvo kurti pagal Balio Sruogos



Augustas Gornatkevičius.

„Dievų mišką“, bet atsirado Aušros Kaziliūnaitės tekstas ir, diskutuojant su Kristupu Bubneliu, Denisu Kolomyckiu bei Augustu Gornatkevičiumi, pasikeitė koncepcija, tad apsisistojome ties Michelio Foucault ir jo stebėjimo, kalėjimo tema.

Denisas Kolomyckis:
– Dar prieš kurį laiką, turbūt prieš dvejus metus, L. Balandis pasiūlė kartu kurti naują kūrinį. Tuo metu kalbėjome, kad būtų puiku pakviesti kolegų menininkų, kurie ieško nekonvencinių būdų perteikti savo kūrybą. Kompozitorius K. Bubnelis ir režisierius A. Gornatkevičius buvo

kaip tik tie, kurie savo darbais ir menine kalba labiausiai rezonavo. Susitikimuose dažniausiai diskutuodavome ne tik apie



Kristupas Bubnelis.

būsima bendrą kūrybinį darbą, tačiau ir apie kultūrą, filosofiją, įvairių meno sričių apimtį ir kokios skirtingos žiūrovų auditorijos renkasi vieną ar kitą scenos meno rūšį.

Kalbėdami su kolegomis, analizavome B. Sruogos „Dievų mišką“, M. Foucault „Disciplinuoti ir bausti“, tačiau suprato – tam, kad sukurtume kūrinį, turime turėti labai tiesioginį santykį su tekstu. Taip prie komandos prisijungė A. Kaziliūnaitė ir tai gana radikaliai pakeitė kūrinio koncepciją. Paraleliai, dirbant kūrybinėje rezidencijoje, prie komandos prisijungė ir būsimo kūrinio scenografai Barbora Matonytė ir Liudvikas Kesminas bei videomenininkės Karolina Latvytė-Bibiano ir Ūla Valentaitė, atsirado atskiras vaidmuo aktorei Ligitai Kondrotaitėi.

Augustas Gornatkevičius:

– L. Balandis surinko išties įdomių šiuolaikinių menininkų komandą ir pakvietė visus bendro pokalbio. Taip po truputį gryninome temas, kuriomis norėtume kurti. Jos diktavo kitus kūrybinius partnerius ir tokiu būdu susiformavo gana nemaža kūrybinė komanda. Projekto pradžioje turėjome tik idėjų lauką ir kelias nuorodas, tada užsikabinome už M. Foucault filosofijos, o poetė A. Kaziliūnaitė išplėtojo tai, kas dabar yra kūrinio libretas,

susiedama M. Foucault tekstus su savo poezija, tarsi pakviesdama filosofą tam tikro pokalbio. Bendra kūryba tuo ir įdomi, kad kiekvienas komandos narys atneša kažkokį naują požiūrio kampą, savo matymą, o tai sukuria galimybes visiškai netikėtiems sprendimams ir nelineinei kūrybai.

Kristupas Bubnelis:
– Mintis kada nors parašyti kūrinį, grįstą M. Foucault knygos „Disciplinuoti ir bausti“ tekstu, man kilo prieš keletą metų. Tiesa, pirminė idėja buvo visai miglota, žinojau tik tai, kad kūrinys turi būti balsas ir perkusija. Mano nuostabai, neilgai trukus dirigentas L. Balandis pasiūlė parašyti naują kūrinį būtent šiai sudėčiai – atrodė, mano mintys buvo telepatiškai išgirstos. Idėja pamažu kristalizavosi, prie kūrybinės komandos prisijungė vis daugiau kūrėjų. Bendradarbiauti pasiūliau poetei ir filosofei A. Kaziliūnaitėi, kurios disertacija buvo būtent šia tema. Labai apsidžiaugiau, kad prie komandos prisijungė visas būrys puikių menininkų.

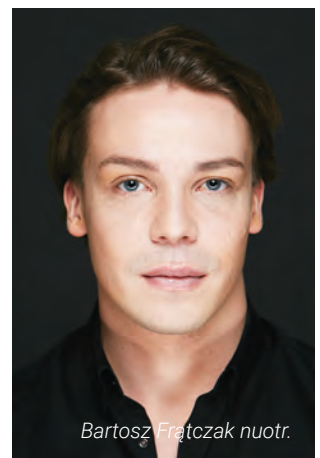
Iš muzikinės pusės, greta choro dar skambės perkusija – lietuvių atlikėjas Pavelas Giunteris bei latvių perkusininkas Guntars Freibergs, kuris mano kūrybą jau yra atlikęs anksčiau. Taigi, idėja fermentavosi laipsniškai ir kiekvienas vis kitaip prisidėjo prie jos vystymo.

– **Kuo panoptikumo idėja jums atrodo aktuali šiandieniniam laikui ir žmogui?**

Aušra Kaziliūnaitė:
– M. Foucault panoptizmas yra priemonė demaskuoti bei vaizdžiai atskleisti visuomenės kūne pasklidusių mikrogalios santykių tinklą. Šio prancūzų mąstytojo galios laikotarpiui priskiriamuose darbuose yra virtuoziskai, chirurgiškai tiksliai atskleista, kad galia visada veikia ne tik išorėje, bet ir mūsų viduje, formuodama ne vien tai, kaip mes matome save pačius, bet ir kokį santykį turime su rezistencijos galimybe. Šio laikotarpio M. Foucault

darbai, kuriuose ir sėmiausi įkvėpimo, kurdamas tekstą muzikiniame performansui, kelia klausimą, ar įmanomas pasipriešinimas galios santykiams, kuris pats nebūtų grįstas galia. Ši aklavietė yra ypač aktuali šiuolaikiniam žmogui, gyvenančiam pasaulyje, persmelktame pasakymų, kad rezistencijai vilties nėra. Man šiame kūrinys buvo įdomu apsvaistyti individo situaciją ir santykį su pasipriešinimo (ne)galimybe.

A. Gornatkevičius:
– Sakyčiau, kad aktuali ne pati panoptikumo idėja, o jos veikimo šiuolaikiniame pasaulyje permąstymas. Šiandien patys, dažnai nesvarstydami, pasiduodame stebėjimo ir kontrolės žaidimui, žaidžiame įvair-



Denisas Kolomyckis.

džiu, plačiai dalijamės asmenine nuomone ar informacija, o kai tai atsisuka prieš mus – nustembame. Šalia to atsiranda savikontrolė, savęs cenzūravimas, taip pradėdame varžyti save, nebūti autentiški. Kyla klausimas, kaip būti nuoširdžiam, jei, cituojant M. Foucault, atvirumas – tai sąžalė. Rodos, mūsų kūrinys ir yra šio naujojo nuoširdumo paieška.

– **Į kokias temas šis kūrinys padės atkreipti dėmesį ir jas permąstyti?**

A. Gornatkevičius:
– Kūrinio centre – atvirumo, nuoširdumo, savitumo paieška. Taip pat įvairių kontrolės, politikos, viešumo klausimų persvarstymas. Kovos laukas – poezija prieš politinę filosofiją, kūryba prieš kontrolę, nuoširdumas prieš baimę. Nors apmąstomi

klausimai sunkūs, tikiuosi performansas suteiks vilties prošvaistę.

– **Kūrinyje klausytojai girdės paties M. Foucault žodžius ir poetinę kūrybą. Koks žodžio vaidmuo šiame performanse? Kokias sąsajas matote tarp poezijos ir filosofinio žodžio?**

A. Kaziliūnaitė:
– Kurdamas tekstą muzikiniame performansui „Aušra Foucault šešėlyje“, norėjau pabrėžti tai, kad M. Foucault minimas mikrogalios santykių tinklas dalyvauja formuojantis ne tik pasakymo turiniui, bet ir formai. Man, kaip rašytojai ir filosofei, buvo ypač svarbu atrasti tinkamą būdą išryškinti šiuolaikinio žmogaus dramą, egzistuojant galios santykių aklavietėje. Kūrinio kontekste, apmąstant individo santykį su pasipriešinimo galimybe, vienintele viltimi tampa laikysena, kurią galėčiau pavadinti naujuoju romantizmu. Būtent šiai laikysenai, nujaučiančiai pasipriešinimo neįmanomybę ir būtent dėl to jai pasipriešinčiai savo naivumu, muzikiniame performanse atstovauja specialiai jam sukurtas mano autorinis poetinis tekstas.

– **Kokie režisūriniai sprendimai padės atskleisti M. Foucault filosofijoje užkoduotą žinutę žiūrovui?**

A. Gornatkevičius:
– Scenoje įvyks neįtikėtinas susitikimas – M. Foucault, jau miręs filosofas, kalbės su viena įdomiausių šiuolaikinių lietuvių poečių. Abiejų, filosofo ir rašytojos, vaidmenis atliks nuosta-



Aušra Kaziliūnaitė.

bi aktorė L. Kondrotaitė, o debatus atlieps choras, palaikantis tai vieną, tai kitą pusę. Vaizduojant M. Foucault, pasitelkiamos tikslios filosofo citatos, o jį atgaivinti padeda vaizdo projekcijos



Linas Balandis.

ir *deepfake* technologija. Šis kūrinys yra totalinio teatro performansas, kur visos įmanomos priemonės veikia, įprasminant bendrą mintį.

– **Kas bendro tarp postmoderniosios filosofijos ir chorinio dainavimo bei kaip tai atsispindi šiame kūrinys?**

K. Bubnelis:
– Jei postmodernizmą traktuosime kaip tam tikrą ironišką žvilgsnį praecities atžvilgiu, tuomet muzikinės priemonės tą perteikia labai aiškiai. Tačiau priemonės pačios savaime dar nieko nereiškia. Šiuo atveju muzikos ašimi man tapo tekstas. Jam perteikti pasitelkiau labai skirtingas technikas: nuo viduramžių hoketo iki klampių faktūrinių klasterių, o vietomis leidau sau pažaisti ir primityvizmo instrumentu. Skirtingos priemonės leido „kalbėti“ skirtingais registrais, pasakoti tą pačią istoriją tarsi iš skirtingų autorių perspektyvų. Kalbant apie choro vaidmenį šiame kūrinys – juk net graikų tragedijose choras buvo svarbi dramos veiksmo dalis. Muzika visame kūrinys tēra vos vienas komponentas, tad svarbu, kaip visos priemonės susijungs tarpusavyje.

► Nukelta į 14 p.



DVI SAVAIP GRUPINĖS PARODOS ŠIUOLAIKINIAME MENO FESTIVALyje „VIRUS'28“

O apkričio 30 d., ketvirtadienį, 17.30 val. Šiaulių dailės galerija kviečia į dar dviejų šiuolaikinio meno festivalio „Virus'28“ parodų atidarymus.

Pirmame galerijos aukšte veiks Rodiono Petroffo „Grupinė paroda“. Jos autorius yra menininkas, kuratorius ir kritikas viename asmenyje ir tai nėra pokštas ar genijaus pretenzijos. Jo sugalvota ir įgyvendinta grupinė vieno autoriaus paroda skamba kaip oksimoronas, bet, atėję į galeriją, būtent tai ir matote: vienas autorius pažadina savyje daug menininkų ir jų darbus sujungia į konceptuali visumą – t. y. sukuruoja. Ir tai ne koks fantastinis filmas, o realybė – kad ir kaip keistai skambėtų šis žodis postsimuliakriniame būvyje. Tačiau žiūrovas nuo to tik laimi – atėjęs į vieną parodą, jis gauna tris!

Medžiotojai-meškeriojai galės apžiūrėti tai, ką menininkas rodo (kas pavaižduota paveiksluose, ką primena skulptūriniai objektai); darbščiųjų rankų būrelio nariai, prikišę nosis, tyrinė, kaip visa tai nutapyta, išlieta, pagaminta; detektyvų mėgėjai ieškos paslėptų prasmų ir bandys atsakyti į klausimą – kodėl? Ši paroda primena *roman à clé* (pranc. „romanu su raktu“), tik vietoj vieno rakto čia reikia daugybės. Vagių visraktis nepadės –

nebent jums norisi pasiklausyti kaukiančių sirenų.

R. Petroffas kuria (multi)konceptualią tapybą, dėdamas klausukus prie kiekvieno kūrinio dėmens. Kas yra autorius? Autorystės klausimas šiuolaikiniame mene vis iš naujo persvarstomas – ar tai vardas, prekės ženklas, ar galiojimą praradęs, bet aukcionuose vis dar karaliaujantis genijaus mostas? Ar autorius prisikėlė, kai Michelis Foucault buvo jį numarinęs? Rodionas randa savo išeitį – jis kiekvienam paveikslui (ar jų ciklui) pasiūlo po naują autorių. O kartu yra tas, kuris turi jų visų vizitines korteles. Toks beveik fluksiskas / mačiūniškas impresarėjus, kuriam menas pokštas. Bet kuriamas su mirtinu rimtumu ir žvėrišku azartu.

Antrame galerijos aukšte menotyrininkės Skaidros Trilupaitytės kuruojama paroda „Pirmapradis dangus“ kvies panirti į dangaus tyrinėjimus. Nemažas autorių kolektyvas – Kristina Inčiūraitė, Matas Janušonis, nežinomas dailininkas, Maximilianas Oprishka, Lili Paškauskaitė, Artūras Raila, Mantas Talmantas, Skaidra Trilupaitytė ir Tomas And-

rijauskas, Leonas Katinas, Vitalijus Butyrinas – aktualizuoja lokalų jaukų dangų ir globalius, ne vien kraštą, o ištisus kontinentus aprėpiančius orus, biosferos ir klimato pokyčius, taip pat permąstomos nacionalinės oro erdvės daugiaprasmiškumas. Atkreipiamas dėmesys į „amžinuosius“ astronominius pavidalus ir virš mūsų tvyrančios „beribės erdvės“ galimybes, tačiau atsižvelgiama ir į grėsmes, galimai netikėtai iš dangaus pasirodysiančius ar ten mus pasitiksiančius pavojus. Deja, tam tikrų sistemų fluktuacijos yra anapus mūsų suvokimo, jos niekaip nepagaunamos biologinio kūno pojūčiais ir negali būti apibūdinamos kaip akimi fiksuojami reiškiniai. Taigi, tenka pasitelkti vaizduotę.

Aiškinimasis apie natūralią dangun nukreipto žvilgsnio trajektoriją, mėginimai rasti vis tikslesnes mokslines definicijas neatpažintiems ar galimai anomaliniams reiškiniams neišvengiamai provokuoja klausimus apie *Homo sapiens* žinių paradoksalumą. Juk, įsivaizduodami dangų, atsispiriame nuo konkrečios geografinės platumos ir jaučiame, jog viršuje mūsų nusibrėžtos ribos yra itin trapios, jos gali būti nuolat perbraižomos.

Pirmapradžio dangaus vaizdiniai istorijos bėgyje kito, o aukštybių vektoriai mūsų mentalinėje erdvėje



įgaudavo netikėtų konfigūracijų. O šandien galingose nematomose informacinės debesijos infrastruktūrose generuojami matematiniai duomenų srautai vis tiksliau numato ir netgi reguliuoja procesus gyvenamajame pasaulyje, kurio žemiškąją tvarką nai-

kina skaitmeninė. Parodos erdvėje atgaivintų fikcinių dangaus dievybių mintyse realiu laiku užgimsta miksuotos gyvybės pavidalai – jų tapsmas regimas virtualiosios realybės skliaute. Gali būti, jog pasaulis išties vis labiau tampa panašus į debesį arba vaiduoklį.

Parodų atidaryme muzikinį performansą atliks Šiaulių berniukų ir jaunuolių choras „Dagilėlis“, o muzikinį foną kurs DJ „I_DUBA“. Parodas galima aplankyti iki gruodžio 16 d.

Šiaulių dailės galerijos informacija

MICHELIO FOUCAULT FILOSOFIJA, ŽVELGIANT PRO MENO PRIZMĘ

▷ Atkelta iš 13 p.

– *Ar būtų galima išvesti paralelę tarp performanse choro atliekamo ir senovės graikų teatro vaidinimams būdingo choro vaidmens, kai choras buvo veiksmo pasakotojas, komentatorius?*

L. Balandis:

– Taip, choras bus veikėjas, kuris komentuos veiksmą.

– *Kaip atrodė pirmosios muzikinės idėjos, užfiksuotos partitūroje? Kokiais muzikiniiais keliais nuvedė postmodernioji filosofija ir tarpdiscipliniškumas?*

K. Bubnelis:

– Ši kartą leidausi į avantiūrą. Norėjau maksimaliai redukuoti muzikinę

medžiagą ir išryškinti teksto charakteristikas. Į pirmą planą iškilo prozodija – ritmas, pulsas, atsikartojimas, teksto reikšmės laipsniška kristalizacija, arba izoliacija. Žengiau į šiek tiek pavojingą, eksperimentinę teritoriją – leidau sau įsivaizduoti, kad skirtingas muzikines pjeses kuria tarsi vis kitas kompozitorius. Toks pėdų mėtymas atspindi XX a. idėjas apie autoriaus mirtį tokiuose veikaluose kaip Rolando Barthes'o „Autoriaus mirtis“ ir M. Foucault „Kas yra autorius“. Anksčiau nesu to daręs, tačiau tarpdisciplininio meno kontekste lengviau peržengti kai kurias šiuolaikinės muzikos tabu. Muzikoje, be abejo, yra ir ironiškų atspalvių, vietomis sąmoningai pasitelkiamas primityvizmas, o

kartais choras panyra į sudėtingas ir tankias faktūras, teksto reikšmė tampa labiau komplikuoja. Svarbus buvo ir muzikinio laiko momentas, kadangi, rašant ilgos trukmės kūrinį, reikia numatyti tam tikrus atskaitos taškus. Jais tapo A. Kaziliūnaitės eilėraščiai, kuriuos norėjau logotipizuoti, pritaikant apibrėžtą muzikinį

charakterį. Rašymo procesas buvo ilgas ir sudėtingas, reikėjo veikti griežtai apibrėžtoje teritorijoje, nenuklystant į nesibaigiančius apmąstymus, kas, kaip, kodėl, nes kitu atveju rizikuojama, kad muzika gali ir apskritai neatsirasti.

– *Kaip judesys papildys kūrinio suvokimą? Kokių judesių žiūro-*

Choras „Polifonija“ festivalio VIRUS programoje pristatys premjerą „Aušra Foucault šešėlyje“ – noktūrnas aktorei, balsams ir perkusijai. Premjera vyks gruodžio 1 d. 18 val. Šiaulių dailės galerijoje.

Projekto pamatas – prancūzų filosofo Michelio Foucault ir jaunosios kartos rašytojos Aušros Kaziliūnaitės „pokalbis“ – plėtojant panoptikumo temą šiandieninėje visuomenėje.

– *Kolomyckis: Choro choreografija chorui yra sudėtingas uždavinys, kadangi tam tikri balsai turi stovėti greta, privalo būti tiesioginis santykis su dirigentu ir kolegomis. Taip pat – choras nėra prapkęs judėti scenoje, tad choro choreografija tampa labiau išimtimi nei taisykle. Pagrindinės choreografinės kompozicijos, judesys scenoje ir atmosferinis veikimas kartu bei atskirai išsiskiria atsikartojančiomis trajektorijomis, kom-*

– *Choro choreografija chorui yra sudėtingas uždavinys, kadangi tam tikri balsai turi stovėti greta, privalo būti tiesioginis santykis su dirigentu ir kolegomis. Taip pat – choras nėra prapkęs judėti scenoje, tad choro choreografija tampa labiau išimtimi nei taisykle. Pagrindinės choreografinės kompozicijos, judesys scenoje ir atmosferinis veikimas kartu bei atskirai išsiskiria atsikartojančiomis trajektorijomis, kom-*

binacijomis, sujungtomis veikiant tarpusavyje bei gestikuliuojant. Tai kai kada veikia kaip sulėtintas šešėlio veikimas, tačiau taip pat primena kino filmuose anksčiau naudotą 25 kadra, kaip nevisiškai pastebimą užuominą ar žinutę, įtaigiai dekonstruojančią tai, kas matoma scenoje, ir tai, apie ką kalba libretas.

Choreografija šiame kūrinyje yra jungiamoji dalis tarp aktorės, choro, vaizdo projekcijų ir muzikos. Man svarbiausias uždavinys buvo suteikti pagrindą chorui perinterpretuoti statišką veikimą scenoje, keičiant jį šiek tiek kitokiu bei labiau atpažįstamu.

Gražina Montvidaitė

LRT | TV

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 Labas rytas, Lietuva.
6.30 Žinios. Sportas. Orai.
6.40 Labas rytas, Lietuva.
9.00 „Leipcigo kriminalinė policija“. (N-7).
9.50 „Komisaras Reksas“. (N-7).
10.40 „Sūlsidanai“. (N-7).
11.30 „Jaunieji slaugytojai“. (N-7).
12.15 Euromaxx.
12.30 Kas ir kodėl?
13.00 1 000 pasaulio stebuklų.
14.00 Žinios. Orai.
14.20 Laba diena, Lietuva.
15.00 Žinios. Orai.
15.15 Laba diena, Lietuva.
16.00 Žinios. Orai.
16.15 „Hartlando užuovėja“.
17.00 „Pažadai“. (N-7).
18.00 Kas ir kodėl?
18.30 Svarbi valanda.
19.30 Daiktų istorijos.
20.30 Panorama.
21.00 Dienos tema.
21.20 Sportas. Orai.
21.30 LRT forumas.
22.30 Dviračio žinios.
23.00 „Babilonas Berlynas“. (N-14).
23.50 „Komisaras Reksas“. (N-7).
0.35 Mano pasas meluoja.
1.05 Daiktų istorijos.
2.00 LRT radijo žinios.
2.05 LRT forumas.
3.00 LRT radijo žinios.
3.05 Savaitė.
4.00 LRT radijo žinios.
4.05 Kas ir kodėl?
4.30 Pakvaišę dėl ratų.
5.00 LRT radijo žinios.
5.05 Svarbi valanda.



6.00 „Beprotingos melodijos“.
6.30 „Tomo ir Džerio šou“.
7.00 Pelenė Princesė. (N-7).
8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).
10.00 „Magaiveris“. (N-7).
11.00 KK2 penktadienis. (N-7).
12.00 Vidurdienio žinios.
13.20 Pelenė Princesė. (N-7).
14.30 „Kartu saldu“. (N-7).
15.30 „Ir atleisk mūsų kaltes“. (N-7).
16.30 Labas vakaras, Lietuva.
18.30 Žinios.
19.20 Sportas.
19.27 Orai.
19.30 KK2. (N-7).
20.00 Nuo...iki...
21.00 „Rimti reikalai“. (N-7).
21.30 Žinios.
22.20 Sportas.
22.27 Orai.
22.30 F. Kriminalinė veiksmo drama „Vagių irštva“. 2018 m. (N-14).
1.15 „Magaiveris“. (N-7).
2.15 F. Veiksmo komedija „Vyrų juodais drabužiais“. Pasaulinė grėsmė“. 2019 m. (N-14).
4.25 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).



6.00 „Artūras ir apvalaus stalo vaikai“. (N-7).
6.35 „Didvyrių draugužiai“.
7.10 „Krudžiai. Šeimos medis“.

7.45 „Ar prisimeni mane?“.
 (N-7).
8.55 „Meilės sukuryje“.
 (N-7).
10.00 „Likimo svarstyklės“.
 (N-7).
11.00 „Gdytoja Vera“. (N-7).
12.00 „Sužeista širdis“.
 (N-7).
14.00 „Tėvo palikimas“. (N-7).
15.00 „Simpsonai“. (N-7).
16.00 TV3 žinios.
16.27 TV3 orai.
16.30 TV pagalba. (N-7).
18.30 TV3 žinios.
19.20 TV3 sportas.
19.27 TV3 orai.
19.30 Dėmesio centre su Edmundu Jakilaičiu.
20.30 „Moterys meluoja geriau“. (N-7).
21.00 „Detektyvai: 209“. (N-14)
21.30 TV3 vakaro žinios.
22.20 TV3 sportas.
22.27 TV3 orai.
22.30 F. Drama „Matau tik tave“. 2016 m. (N-14).
0.50 „Bošas“. (N-14)
1.55 „Franklinas ir Bešas“. (N-14)
3.00 Žaidimų žaidimas su Ellen. (N-7).
4.00 „Jausmų audros“. (N-7).
5.00 „Moderni šeima“. (N-7).

BTV

6.00 „Kalnietis“. (N-7).
7.00 Mano virtuvė geriausia.
8.15 „Šuo“. (N-7).
9.25 „Teisingumo agentai“. (N-7).
10.35 Nacionaliniai darbo ypatumai. (N-7).
11.35 „Mentalistas“. (N-7).
12.30 „Kalnietis“. (N-7).

13.30 Mano virtuvė geriausia.
14.50 „Šuo“. (N-7).
15.55 „Teisingumo agentai“. (N-7).
17.00 Info diena.
17.30 „Mentalistas“. (N-7).
18.30 Betsafe–LKL čempionatas. Kėdainių „Nevėžis–Optibet“ - Pasvalio „Pieno žvaigždės“. Tiesioginė transliacija.
21.00 F. Veiksmo trileris „Tamsos riterio sugrįžimas“. 2012 m. (N-7).
0.20 „Geriausios Los Andželes“. (N-7).
1.25 F. Veiksmo trileris „Seserų kerštas“. 2022 m. (N-14).
3.10 Reali mistika. (N-7).
5.10 Propagandos diagnostika.



5.29 Programa.
5.30 Vantos lapas. (N-7).
6.00 Bušido ringas.
6.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
10.00 24/7.
11.00 „Centrinė liginė“.
12.00 Ūkininkas Jurgis.
12.30 Kaimo akademija.
13.00 Nauja diena.
14.00 „Pėdsakas“.
15.00 „Aiškiaregė“. (N-7).
16.00 Reporteris.
16.20 Sportas.
16.28 Orai.
16.30 Lietuva tiesiogiai.
17.00 Laisvės TV valanda.
18.00 Reporteris.
18.20 Sportas.
18.28 Orai.
18.30 Pirmi kartai. 60+.
19.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. (N-7).
20.00 Reporteris.

20.40 Sportas.
20.48 Orai.
20.50 „Aiškiaregė“. (N-7).
21.25 „Centrinė liginė“.
22.30 Reporteris.
22.50 Sportas.
22.58 Orai.
23.00 Lietuva tiesiogiai.
23.30 Laisvės TV valanda.
0.30 „Pėdsakas“.
1.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
2.30 Pirmi kartai. 60+.
3.00 „Centrinė liginė“.
3.50 24/7.
4.25 Lietuva tiesiogiai.
4.50 Neatrasta Rusija.
5.15 Kaimo akademija.

LRT | PLUS

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.05 Beatos virtuvė.
7.00 Kas ir kodėl?
7.30 Samčių kovos.
8.30 Kelias.
9.00 Labas rytas, Lietuva.
11.30 Kas geresnio, kaimyne?
12.00 Lietuvos tūkstantmečio vaikai.
13.00 Gustavo enciklopedija.
13.30 Gyvūnų užkalbėtoja.
14.00 Gamtininko užrašai.
14.30 Knygų savaitė.
15.20 ... formatas. Poetė Violeta Palčinskaitė.
15.30 „Tarnauti ir ginti“. (N-7).
16.30 Laba diena, Lietuva.
18.30 Mokslo siuba.
19.00 Veranda.
19.30 F. Dokumentinis filmas „Kubrickas apie Kubricką“. 2020 m.
20.30 Panorama.
21.00 Dienos tema.
21.20 Sportas. Orai.
21.30 F. Dokumentinis

filmas „30 išsiskolinėjimo metų“. 2022 m.
22.50 Žvilgsnis iš paukščio skrydžio.
23.45 Kelionių atvirukai.
0.00 DW naujienos rusų kalba.
0.15 Dabar pasaulyje.
0.40 Nacionalinė ekspedicija. Lietuva Europoje.
1.35 Svarbi valanda.
2.35 Panorama.
3.05 Dienos tema.
3.25 Sportas. Orai.
3.30 Daiktų istorijos.
4.30 Dviračio žinios.
5.00 Dėmesio! Ieškome meno.
5.30 Kas geresnio, kaimyne?



6.00 Žinios.
7.00 Bus visko. (N-7).
8.00 Duryš į Ukrainą.
9.00 Tiesiog gyvūnai.
10.00 KK2. (N-7).
12.00 Kas žudikas? (N-7).
13.10 Vidurdienio žinios.
14.30 KK2 penktadienis. (N-7).
16.00 Tiesiog gyvūnai.
17.00 Info diena.
17.35 Info komentari su Arnu Mazėčiu.
18.00 Info diena.
18.30 Kas žudikas? (N-7).
19.30 Info diena.
20.00 Info komentari su Arnu Mazėčiu.
20.30 Info diena.
21.00 Didieji senovės statiniai.
22.00 Labas vakaras, Lietuva.
0.00 Dabar pasaulyje.
0.30 Info diena.

1.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
1.30 Info diena.
2.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
3.00 Info diena.
4.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
4.30 Info diena.
5.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.

DELFI TV

6.00 Ukraina 24.
7.00 Šiandien kimba.
8.00 Delfi diena.
9.00 Kelionės tikslas – Žemaitija.
9.30 Lengvai ir skaniai.
10.00 Taip ir Ne.
11.00 Šiandien kimba.
11.55 Kenoloto.
12.00 Sveikatos receptas.
12.30 Jūs rimtai?
13.00 Kasdienybės herojai.
14.00 Pas Editą.
14.30 Krepšinio zona.
15.00 Delfi diena.
16.00 Šeima ant ratų. Afrikos link.
17.00 Orijaus kelionių archyvai.
17.55 Kenoloto.
18.00 Iš esmės.
19.00 Burėmis į arktį.
19.30 Skanios kelionės.
20.00 Kitokios kelionės.
20.30 Pas Editą.
21.00 Kasdienybės herojai.
22.00 Ūkininko Petro dienoraštis.
22.30 Jėga ir Kenoloto.
22.35 Skanios kelionės.
23.05 Iš esmės.
0.10 Delfi diena.
1.10 Delfi RU.
1.40 Ukraina 24.



6.00 „Moteris“. (N-7).
7.00 Šeimyninės melodramos.
8.00 „Akloji“.
9.00 „Uždraustas vaisius“. (N-7).
10.00 „Pabelsk į mano širdį“. (N-7).
11.00 „Tyrėjai. Aukos vardu“. (N-7).
12.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
13.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
14.00 „Visa menanti“. (N-7).
15.00 „Anupama“.
15.30 „Būk su manim“. (N-7).
16.00 Keičiu žmoną. (N-7).
17.00 Šeimyninės melodramos.
18.00 „Visa menanti“. (N-7).
19.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
20.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
21.00 „Atogrąžų detektyvai“. (N-14).
23.20 F. Detektyvas „Prancūziška žmogžudystė. Nusikaltimas Larzake“. 2020 m. (N-14).
1.25 Iš mergiotės į damas. (N-7).
2.25 „Raudonas kambarys“. (N-7).
3.25 „Uždraustas vaisius“. (N-7).



6.30 „Svieto lygintojai“. (N-7).
7.30 „Kobra 11“. (N-7).
8.30 Autopilotas.

9.00 Gazas dugnas.
9.30 Atliekų kultūra.
10.00 Krovinių karai. (N-7).
11.00 „Rezidentai“. (N-7).
12.00 „Tėvukas valdo“. (N-7).
12.30 Lombardų žvaigždės. (N-7).
13.00 Kulinarijos meistras.
14.00 „Kobra 11“. (N-7).
15.00 „CSI. Niujorkas“. (N-7).
16.00 „Svieto lygintojai“. (N-7).
18.00 „Simpsonai“. (N-7).
19.00 „Rezidentai“. (N-7).
20.00 Juokingiausi Amerikos namų vaizdeliai. (N-7).
21.00 F. Veiksmo drama „Viskas prarasta“. 2013 m. (N-14).
23.10 F. Siaubo filmas „Hanos Greis egzorcizmas“. 2018 m. (S).
0.50 „Skorpionas“. (N-7).
1.55 „Bulis“. (N-14)
2.55 Gero vakaro šou. (N-7).



8.00 „Nučiuožęs“. (N-7).
9.00 LDK giminės. Giedraičiai.
9.30 Skaidrinam 2023. Marijampolė. (N-7).
10.05 F. Animacinė nuotykių komedija „Aviukas Šonas“. 2015 m.
11.40 „Pagaminta Italijoje“. (N-7).
12.40 „Drugelio sparnai“. (N-7).
13.40 F. Komedija „Šokių karalienės“. 2019 m. (N-7).
15.20 „Baudžiauninkė“. (N-7).
16.20 F. Animacinė nuotykių komedija „Du ančiukai ir žąsinas“. 2018 m.

18.05 „Kepėjas ir gražuolė“. (N-7).
19.00 Tiek politikos su Rima Urbonaite.
20.00 „Varinis žiedelis“. (N-7).
21.00 F. „Evakuacija“. 2022 m. (N-7).
22.40 Tiek politikos su Rima Urbonaite.
23.40 „Pagaminta Italijoje“. (N-7).



6.00 Lietuvis pas lietuvi.
7.00 Kotrynos burtai.
7.30 Kviečiame daktarą!
8.00 TV Pagalba. (N-7).
9.55 „Nuodėminga žemė“. (N-7).
12.00 „Vilties spindulys“. (N-7).
13.00 „Mūsų meilės atspalviai“. (N-7).
15.00 „Beširdė“. (N-7).
16.00 „Likimo karuselė“. (N-7).
16.30 „Lemties vingiai“. (N-7).
17.00 „Lakšmės likimas“.
18.00 „Palikimas“. (N-7).
20.00 Labanakt, vaikučiai. „Šunyčiai patruliai“.
20.30 Labanakt, vaikučiai. „Agentas Binkis. Visatos augintiniai“.
21.00 F. Melodrama „Meilė ir arbata“. 2019 m. (N-7).
23.00 „Palikimas“. (N-7).
1.00 TV Pagalba. (N-7).
2.35 Kviečiu vakarienes. (N-7).
3.35 „Midsomerio žmogžudystės“. (N-14).



8.00 Techninė profilaktika.
15.00 Petro Šiaučiuo valanda.

16.00 Stasys Ušinskas. Nuo Pakruojo iki Paryžiaus.
16.30 Susitikimai.
17.20 Pradėk nuo savęs.
17.50 Specialisto patarimai.
18.00 Kvadratas apskritime.
18.30 Infostudija.
18.50 Kas? Kur? Kada?
19.00 Laisvės kryžkelės.
19.30 Labas iš Kelmės.
20.00 Ventos vingiais.
20.30 Akmenės žydų pėdsakai.
20.50 Specialisto patarimai.
21.00 Infostudija.
21.20 Tiek žinių.
21.30 Specialusis reportažas.
21.40 Užrašyta raštuose.
22.00 Išgirska mano istoriją.
22.30 Vyrų šešelyje.
23.00 Infostudija.
23.20 Tiek žinių.
23.30 Kas? Kur? Kada?



6.15 F. „Dirbtinis intelektas“.
8.40 F. „Paslaptingas langas“.
10.10 F. „Stebuklingi vaikai: niekam tikę burtininkai“.
11.45 F. „Grenlandija“.
13.45 F. „Alfis“.
15.25 F. „Džeris Magvairas“.
17.40 F. „Žodžiai“.
19.20 F. „Jsimintinas kelias“.
21.00 F. „Skambutis“.
22.50 F. „Drugelis“.
1.20 F. „Gyvilėlių kapinės“.
2.55 F. „Virimo taškas“.
4.25 F. „Alfis“.



6.35 F. „Vaikų aktas“.
8.20 F. „Monako princesė“.

10.00 F. „Geišos išpažintis“.
12.20 F. „Vaikų aktas“.
14.00 F. „Monako princesė“.
15.40 F. „Motinystės atostogos“.
17.25 F. „Astridos Lindgren jaunystė“.
19.25 F. „Dar kartą labas – vestuvių diena“.
21.00 F. „Sparingas“.
22.30 F. „Traukinys į Busaną 2: Pusiasalis“.
0.25 F. „Da Vinčio kodas“.
2.50 F. „Sparingas“.
4.20 F. „Motinystės atostogos“.



6.00 Senienų medžiotojai.
7.00 Automobilių meistrai.
9.00 Kaip tai veikia?
10.00 Seni geri daiktai.
10.30 Pamesto bagažo aukcionai.
11.00 Restauratoriai.
12.00 Senienų medžiotojai.
14.00 Jonas ir Kristina persto senas fermas.
17.00 Seni geri daiktai.
18.00 Automobilių meistrai Maikas ir Antas.
19.00 Kaip tai pagaminta?
19.30 Kaip tai veikia?
20.00 Restauratoriai.
21.00 Nuogi ir įbauginti.
1.00 Seni geri daiktai.



6.20 Geriausios žvejybos vietos.
7.25 Nefrito karštinė.
7.55 Sunkiasvorė pagalba: 401-asis greitkelis.
9.50 Australijos aukso ieškotojai.
11.40 Laužyno meistrai.

13.35 Australijos aukso ieškotojai.
16.25 Metalu laužo gelbėtojai.
17.15 Laužyno meistrai.
18.15 Nefrito karštinė.
19.10 Australijos omarų medžiotojai.
20.10 Australijos aukso ieškotojai.
22.00 Požemių brangakmenių medžiotojai.
0.10 Sunkiasvorė pagalba: 401-asis greitkelis.
2.05 Australijos aukso ieškotojai.
3.50 Požemių brangakmenių medžiotojai.
5.30 Seni kledarai ir grynieji pinigai.



6.30 Superstruktūros.
8.00 Nusausinti vandenynus.
9.40 Prarastieji majų lobiai.
13.00 Lėktuvų avarijų tyrimai.
16.00 Prarasti miestai su A. Linu.
21.00 Atskleisti senovės pasauliai su A. Linu.
23.45 Nusausinti vandenynus.
1.15 Narkotikai.
2.45 Nakties programa.



7.00 Spidvėjus. Europos Čempionatas. Lenkija. Trečiasis etapas.
9.40 Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Cholet - Lyon-Villeurbanne.
11.30 Portugalijos „Liga Portugal“ futbolo lyga. SL Benfica - Sporting CP.
13.30 Rankinio čempionų lyga. Paris Saint-Germain -

Kolstad Handball.
15.00 Pasaulio jėgos trikovės čempionatas. Lietuva. Vyrų 74 kg.
16.50 Rankinio čempionų lyga. Aalborg Handbold - THW Kiel.
18.20 Optibet ledo ritulio lyga. Airwell Energija - HS Riga.
20.10 Vokietijos BBL krepšinio lyga. Rasta Vechta - FC Bayern München Basketball.
22.00 Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Bo-urg-en-Bresse - Lyon-Villeurbanne.
23.50 „One championship“. One 164 Pacio vs. Brooks.
4.30 Spidvėjus. Europos Čempionatas. Lenkija. Trečiasis etapas.



7.00 Krepšinis. NBA. „Nuggets“ – „Cavaliers“.
9.05 Krepšinis. NBA. „Clippers“ – „Spurs“.
11.10 Krepšinis. Europos taurė. „Buducnost“ – „Dolomiti Energia Trento“.
13.20 Krepšinis. NCAA.
15.00 Krepšinis. NCAA.
16.40 Krepšinis. NBA. „Jazz“ – „Lakers“.
18.45 Automobilių sportas. MotoGP. Valensijos lenktynės.
19.45 Krepšinis. FIBA Čempionų lyga. VEF – „Cholet Basket“.
21.50 Tiesiogiai. Futbolas. La Liga. „Girona“ – „Athletic“.
0.20 Krepšinis. NCAA.
2.00 Tiesiogiai. Krepšinis. NBA. „Lakers“ – „76ers“.
5.10 Futbolas. Serie A. „Bologna“ – „Torino“.

LRT TV

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 Labas rytas, Lietuva.
6.30 Žinios. Sportas. Orai.
6.40 Labas rytas, Lietuva.
9.00 „Leipcigo kriminalinė policija“. (N-7).
9.50 „Komisaras Reksas“. (N-7).
10.40 „Sūlsidas“. (N-7).
11.30 „Jaunieji slaugytojai“. (N-7).
12.15 Euromaxx.
12.30 Kas ir kodėl?
13.00 1 000 pasaulio stebukly.
14.00 Žinios. Orai.
14.20 Laba diena, Lietuva.
15.00 Žinios. Orai.
15.15 Laba diena, Lietuva.
16.00 Žinios. Orai.
16.15 „Geroji ragana“. (N-7).
17.00 „Pažadas“. (N-7).
18.00 Kas ir kodėl?
18.30 Svarbi valanda.
19.30 (Ne)emigrantai.
20.30 Panorama.
21.00 Dienos tema.
21.20 Sportas. Orai.
21.30 Broliai ir sesės.
22.30 Dviračio žinios.
23.00 „Babilonas Berlynas“. (N-14).
23.50 „Komisaras Reksas“. (N-7).
0.35 Toliau nuo miesto.
1.05 (Ne)emigrantai.
2.00 LRT radijo žinios.
2.05 Broliai ir sesės.
3.00 LRT radijo žinios.
3.05 Istorijos detektyvai.
4.00 LRT radijo žinios.
4.05 Kas ir kodėl?
4.30 Mano pasas meluoja.
5.00 LRT radijo žinios.
5.05 Svarbi valanda.

3

6.00 „Beprotiškos melodijos“.
6.30 „Tomo ir Džerio šou“.
7.00 Pelenė Princesė. (N-7).
8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).
10.00 „Magaiveris“. (N-7).
11.00 Nuo...Iki...
12.00 Vidurdienio žinios.
13.20 Pelenė Princesė. (N-7).
14.30 „Kartu saldu“. (N-7).
15.30 „Ir atleisk mūsų kaltes“. (N-7).
16.30 Labas vakaras, Lietuva.
18.30 Žinios.
19.20 Sportas.
19.27 Orai.
19.30 KK2. (N-7).
20.00 Bus visko. (N-7).
21.00 „Rimti reikalai“. (N-7).
21.30 Žinios.
22.20 Sportas.
22.27 Orai.
22.30 F. Veiksmo filmas „Liūdnam pagarsėjė“. 2020 m. (N-14).
0.35 „Magaiveris“. (N-7).
1.35 F. Kriminalinė veiksmo drama „Vagių irštva“. 2018 m. (N-14).
4.15 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).

10.00 „Likimo svarstyklės“. (N-7).
11.00 „Gydytoja Vera“. (N-7).
12.00 „Sužeista širdis“. (N-7).
14.00 „Tėvo palikimas“. (N-7).
15.00 „Simpsonai“. (N-7).
16.00 TV3 žinios.
16.27 TV3 orai.
16.30 TV pagalba. (N-7).
18.30 TV3 žinios.
19.20 TV3 sportas.
19.27 TV3 orai.
19.30 Prieš srovę. (N-7).
20.30 „Moterys meluoja geriau“. (N-7).
21.00 „Detektyvai: 209“. (N-14).
21.30 TV3 vakaro žinios.
22.20 TV3 sportas.
22.27 TV3 orai.
22.30 F. Trileris „Itariamas“. 2003 m. (N-14).
0.45 „Bošas“. (N-14).
1.50 „Franklinas ir Bešas“. (N-14).
2.55 Žaidimų žaidimas su Ellen. (N-7).
3.55 „Jausmų audros“. (N-7).
4.50 „Moderni šeima“. (N-7).
5.15 „Bošas“. (N-14).

BTV

6.00 „Kalnietis“. (N-7).
7.00 „Mano virtuvė geriausia“.
8.15 „Šuo“. (N-7).
9.25 „Teisingumo agentai“. (N-7).
10.35 „CSI. Majamis“. (N-7).
11.35 „Mentalistas“. (N-7).
12.30 „Kalnietis“. (N-7).
13.30 „Mano virtuvė geriausia“.
14.50 „Šuo“. (N-7).
15.55 „Teisingumo agentai“. (N-7).

17.00 Info diena.
17.30 „Mentalistas“. (N-7).
18.30 „CSI. Majamis“. (N-7).
19.30 „Greitojo reagavimo būrys“. (N-7).
20.30 Pričiupom!
21.00 F. Veiksmo filmas „Romeo turi mirti“. 2000 m. (N-14).
23.20 F. Veiksmo trileris „Tamsos riterio sugrįžimas“. 2012 m. (N-7).
2.45 „Greitojo reagavimo būrys“. (N-7).
3.40 Reali mistika. (N-7).
4.35 Propagandos diagnostika.

LITVANS RYTAI

5.29 Programa.
5.30 Nauja diena.
6.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
7.30 Pusvalandis su Valatka.
8.00 „Jos vardas Kozaim“.
9.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. (N-7).
10.00 „Netikėtas teisingumas“.
11.00 „Centrinė ligoninė“.
12.00 Sveikatos kodas.
12.40 Sveikatos kodas. Televitrina.
13.00 Nauja diena.
14.00 „Pėdsakas“.
15.00 „Aiškiaregė“. (N-7).
16.00 Reporteris.
16.20 Sportas.
16.28 Orai.
16.30 Lietuva tiesiogiai.
17.00 „Paranormalūs atvejai 911“.
18.00 Reporteris.
18.20 Sportas.
18.28 Orai.
18.30 Gyvenimas versle.
19.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. (N-7).
20.00 Reporteris.

20.40 Sportas.
20.48 Orai.
20.50 „Aiškiaregė“. (N-7).
21.25 „Centrinė ligoninė“.
22.30 Reporteris.
22.50 Sportas.
22.58 Orai.
23.00 Lietuva tiesiogiai.
23.30 „Paranormalūs atvejai 911“.
0.30 „Pėdsakas“.
1.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
2.30 Gyvenimas versle.
3.00 „Centrinė ligoninė“.
3.50 „Azija 3600“.
4.25 Lietuva tiesiogiai.
4.50 „Netikėtas teisingumas“.

LRT PLIUS

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.05 Daiktų istorijos.
7.00 Kas ir kodėl?
7.30 Istorijos detektyvai.
8.30 7 Kauno dienos.
9.00 Labas rytas, Lietuva.
11.30 Pahonia. Vytis.
12.00 Legendos. Šiandien ir visados.
13.00 Atspindžiai. Paveldo kolekcija.
13.30 Dėmesio! leškome meno.
14.00 Perspektyva. Fotografijos menas ir kasdienybė.
14.30 F. Dokumentinis filmas „Kubrickas apie Kubricką“. 2020 m.
15.30 „Tarnauti ir ginti“. (N-7).
16.30 Laba diena, Lietuva.
18.30 Pakvaišę dėl ratų.
19.00 Mūšio laukas.
19.30 Paskutinių veiksmo filmų herojų beiškant.
20.30 Panorama.
21.00 Dienos tema.

21.20 Sportas. Orai.
21.30 F. Vaidybinis filmas „Sūnus palaidūnas“. 1984 m.
23.00 Tai kur toliau?
0.00 DW naujienos rusų kalba.
0.15 Dabar pasaulyje.
0.40 Nacionalinė ekspedicija. Lietuva Europoje.
1.35 Svarbi valanda.
2.35 Panorama.
3.05 Dienos tema.
3.25 Sportas. Orai.
3.30 (Ne)emigrantai.
4.30 Dviračio žinios.
5.00 Čia – kinas.
5.30 Pahonia. Vytis.

i

6.00 Žinios.
7.00 Info diena.
7.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
8.00 Didieji senovės statiniai.
9.00 Tiesiog gyvūnai.
9.00 Labas vakaras, Lietuva.
12.00 Kas žudikas? (N-7).
13.10 Vidurdienio žinios.
14.30 Nuo...Iki...
15.30 KK2. (N-7).
16.00 Tiesiog gyvūnai.
17.00 Info diena.
17.35 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
18.00 Info diena.
18.30 Kas žudikas? (N-7).
19.30 Info diena.
20.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
20.30 Info diena.
21.00 Didieji senovės statiniai.
22.00 Labas vakaras, Lietuva.
0.00 Dabar pasaulyje.
0.30 Info diena.

1.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
1.30 Info diena.
2.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
3.00 Info diena.
4.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
4.30 Info diena.
5.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.

DELFI TV

6.00 Ukraina 24.
7.00 Alfo didysis šou.
8.00 Delfi diena.
9.00 Iš esmės.
10.00 Šeima ant ratų. Afrikos link.
11.00 Alfo didysis šou.
11.55 Kenoloto.
12.00 Kasdienybės herojai.
13.00 Orijaus kelionių archyvai.
14.00 Skanios kelionės.
14.30 Ūkininko Petro dienoraštis.
15.00 Delfi diena.
16.00 Šeima ant ratų. Afrikos link.
17.00 Orijaus kelionių archyvai.
17.55 Kenoloto.
18.00 Iš esmės.
19.00 Ūkininko Petro dienoraštis.
19.30 Skanios kelionės.
20.00 Mamų virtuvė.
20.30 Lengvai ir skaniai.
21.00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu.
22.00 Burėmis į arktį.
22.30 Jėga ir Kenoloto.
22.35 Skanios kelionės.
23.05 Iš esmės.
0.10 Delfi diena.
1.10 Delfi RU.
1.40 Ukraina 24.

1

6.00 „Moteris“. (N-7).
7.00 Šeimyninės melodramos.
8.00 „Akloji“.
9.00 „Uždraustas vaisius“. (N-7).
10.00 „Pabelsk į mano širdį“. (N-7).
11.00 „Tyrėjai. Aukos vardu“. (N-7).
12.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
13.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
14.00 „Visa menanti“. (N-7).
15.00 „Anupama“.
15.30 „Būk su manim“. (N-7).
16.00 Keičiu žmoną. (N-7).
17.00 Šeimyninės melodramos.
18.00 „Niu Amsterdamas“. (N-7).
19.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
20.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
21.00 F. Detektyvas „Aleksas Hugo. Laisvės kaina“. 2020 m. (N-14).
22.55 „Atogrąžų detektyvai“. (N-14).
1.15 Iš mergiotės į damas. (N-7).
2.20 „Raudonas kambarys“. (N-7).
3.20 „Uždraustas vaisius“. (N-7).

12.30 Lombardų žvaigždės. (N-7).
13.00 Kulinarijos meistras.
14.00 „Kobra 11“. (N-7).
15.00 „CSI. Niujorkas“. (N-7).
16.00 „Svieto lygintojai“. (N-7).
18.00 „Simpsonai“. (N-7).
19.00 „Rezidentai“. (N-7).
20.00 Juokingiausi Amerikos namų vaizdeliai. (N-7).
21.00 F. Trileris „Pavojainga tiesa“. 2021 m. (N-14).
22.50 „Elementaru“. (N-7).
23.40 „Tyrėja“. (N-14).
0.40 „Komisaras Aleksas“. (N-7).
1.45 „Bulis“. (N-14).
2.45 Gero vakaro šou. (N-7).

B

8.00 „Varinis žiedelis“. (N-7).
9.00 „Vieta po saule“. (N-7).
10.00 Tiek politikos su Rima Urbonaite.
11.00 „Nučiuožęs“. (N-7).
12.00 LDK giminės. Giedraičiai.
12.30 F. Animacinė fantastinė nuotykių drama „Mažasis princas“. 2015 m.
14.30 „Pagaminta Italijoje“. (N-7).
15.30 F. Romantinė drama „Švyturys tarp dviejų vandenynų“. 2016 m. (N-7).
17.55 „Baudžiauninkė“. (N-7).
18.55 Laikykitės ten svečias Monika Navickienė. (N-7).
19.45 Tiek žinių.
20.00 „Kepejas ir gražuolė“. (N-7).
21.00 „Kraujo broliai“. (N-14).
22.00 Tiek žinių.
22.15 „Nučiuožęs“. (N-7).
23.15 „Dvynys“. (N-14).
0.15 Laikykitės ten svečias Monika Navickienė. (N-7).

8.00 TV Pagalba. (N-7).
9.55 „Nuodėminga žemė“. (N-7).
12.00 „Vilties spindulys“. (N-7).
13.00 „Mūsų meilės atspalviai“. (N-7).
15.00 „Beširdė“. (N-7).
16.00 „Likimo karuselė“. (N-7).
16.30 „Lemties vingiai“. (N-7).
17.00 „Lakšmės likimas“.
18.00 „Palikimas“. (N-7).
20.00 Labanakt, vaikučiai. „Šunyčiai patroliai“.
20.30 Labanakt, vaikučiai. „Agentas Binkis. Visatos augininiai“.
21.00 F. Melodrama „Baltosios balandės paslaptis“. 2012 m. (N-7).
23.00 „Palikimas“. (N-7).
1.00 TV Pagalba. (N-7).
2.35 Kviečiu vakarienes. (N-7).
3.35 F. Detektyvas „Piršlės detektyvai. Mirtinos sužadėtuves“. 2019 m. (N-7).

SIAULIŲ TELEVIZIJA

8.00 Tiek žinių.
8.10 Infostudija.
8.30 Kas? Kur? Kada?
8.40 Slemeriai LT - varžytuvės.
8.55 Lietuvos mokslininkai.
9.20 Stasys Užsiskas. Nuo Pakruojo iki Paryžiaus.
9.50 Specialius reportažas.
10.00 Infostudija.
10.20 Tiek žinių.
10.30 Etnokultūros pašaukti.
11.00 Priklausomybės.
11.25 Kauno istorijos.
11.50 Kas? Kur? Kada?
12.00 Infostudija.
12.20 Tiek žinių.
12.30 Kas? Kur? Kada?
12.40 Pradėk nuo savęs.
13.10 Gyvoji Sūduvos istorija.
13.40 Gynibinis paveldas Lietuvoje.
14.10 Kas? Kur? Kada?

14.20 Vyrų šešelyje.
14.50 180 laipsnių kamu.
15.20 Specialisto patarimai.
15.30 Taurio ragas.
15.55 Dingusio pasaulio pėdsakai. Žydiškėji Šiauliai.
16.20 Tarp mūzos ir gyvenimo.
16.50 Kas? Kur? Kada?
17.00 POST Kryžkelė: konfliktai ir saveikos.
17.20 Anądien Šiauliuose.
17.50 Prikelti daiktai.
18.10 Šypt te vypt.
18.30 Infostudija.
18.50 Kas? Kur? Kada?
19.00 Mokslo lyderiai renkami.
19.20 Specialisto patarimai.
19.30 Sodžius.
20.00 Svarūs miestai.
20.25 Nepažintas pasaulis.
20.50 Kas? Kur? Kada?
21.00 Infostudija.
21.20 Tiek žinių.
21.30 Kvadratas apskritime.
21.55 Laisvės keliu.
22.20 Grįžtantys.
22.50 Kas? Kur? Kada?
23.00 Infostudija.
23.20 Tiek žinių.
23.30 Kas? Kur? Kada?

VIASAT KINO

6.10 F. „Dvieji šimtmečių žmogus“.
8.15 F. „Klientas“.
10.15 F. „Tristanas ir Izolda“.
12.15 F. „Žodžiai“.
13.55 F. „Jsimintinas kelias“.
15.35 F. „Monos Lizos šypsena“.
17.30 F. „Meile tikiu“.
19.25 F. „Vimbldonas“.
21.00 F. „Ką numirėliui veikti Denveryje?“.
22.50 F. „Netark nė žodžio“.
0.45 F. „Skambutis“.
2.35 F. „Juodos gyvatės dejonė“.
4.30 F. „Užmiršti“.

WORLD KING TV1000

6.15 F. „Gražuolė ir pabaisa“.
8.05 F. „Mano draugas Kalėdų senelis“.
9.25 F. „Motinystės atostogos“.
11.10 F. „Astridos Lindgren jaunystė“.
13.10 F. „Jėjimas ir išėjimas“.
14.30 F. „Kung fu joga“.
16.20 F. „2 valandos“.
17.40 F. „Rekviem žudikui“.
19.10 F. „Tylioji revoliucija“.
21.00 F. „Dabar arba niekada“.
22.35 F. „Viltis“.
0.35 F. „Niekas nesakyk“.
2.15 F. „Dabar arba niekada“.
3.45 F. „Kung fu joga“.
5.45 F. „Astridos Lindgren“.

D

6.00 Senienų medžiotojai.
7.00 Automobilių meistras.
9.00 Kaip tai veikia?
10.00 Seni geri daiktai.
10.30 Pamesto bagažo aukcionai.
11.00 Restoratoriai.
12.00 Senienų medžiotojai.
13.00 Automobilių meistras Maikas ir Antas.
14.00 Nuogi ir jbauginti.
17.00 Seni geri daiktai.
18.00 Automobilių meistras.
19.00 Kaip tai pagaminta?
20.00 Restoratoriai.
21.00 Aukso karštinė.
0.00 Automobilių meistras.
2.00 Senienų medžiotojai.

E

6.20 Nefrito karštinė.
7.35 Sunkiasvorė pagalba: 401-asis greitelis.
9.35 Australijos aukso ieškotojai.
11.30 Laužyno meistras.

13.25 Australijos aukso ieškotojai.
16.05 Požemių brangakmenių medžiotojai.
18.15 Nefrito karštinė.
19.10 Australijos omarų medžiotojai.
20.10 Australijos aukso ieškotojai.
22.00 Rytų uosto didvyriai.
22.55 Sidnėjaus uosto pajėgos.
23.55 Sunkiasvorė pagalba: 401-asis greitelis.
1.50 Australijos aukso ieškotojai.
3.35 Rytų uosto didvyriai.
4.25 Sidnėjaus uosto pajėgos.
5.15 Seni kledarai ir grynietis pinigai.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.30 Superstruktūros.
8.00 Nusausinti vandenynus.
9.40 Hitleris: dingę Trečiojo reichio jrašai.
11.20 Paskutiniai Hitlerio gynėjai.
13.00 Lėktuvų avarių tyrimai.
16.00 Hitleris: dingę Trečiojo reichio jrašai.
17.55 Hitlerio jaunystė.
19.50 Paskutiniai Hitlerio gynėjai.
23.45 Nusausinti vandenynus: gilus panirimas.
1.15 Įkalinti: už grotų.
2.45 Nakties programa.

SPORT 1 HD

7.00 Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Limoges - Le Mans.
8.50 Vokietijos BBL krepšinio lyga. Alba Berlin - Syntainics MBC.
10.40 Rankinio čempionų lyga. FC Porto - Montpellier HB.
12.10 Pasaulio jėgos trikovės

čempionatas. Lietuva. Vyrų 120 kg.
14.00 Rankinio čempionų lyga. Industria Kielce - HC Zagreb.
15.30 Dailiusis čiuožimas. ISU Grand Prix. Japonija. Šokiai ant ledo. Laisvoji programa.
17.20 Vokietijos BBL krepšinio lyga. ratiopharm ulm - Merlins Crailsheim.
19.10 Optibet ledo ritulio lyga. Kaunas City - HK Prizma.
21.00 Tiesiogiai. Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Le Mans - Monaco.
23.00 Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Blois - Strasbourg.
0.50 „One championship“. One 163 Akimoto vs. Petchtanong.
2.50 Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Limoges - Le Mans.
4.40 Vokietijos BBL krepšinio lyga. Alba Berlin - Syntainics MBC.
6.30 One Championship. One Vault.

Go! sport 1

7.00 Futbolas. La Liga. „Girona“ - „Athletic“.
8.50 Krepšinis. NBA. „Lakers“ - „76ers“.
11.00 Krepšinis. NCAA.
12.40 Krepšinis. FIBA Čempionų lyga. VEF - „Cholet Basket“.
14.50 Krepšinis. Europos taurė. „Wolves“ - „Wolves“.
16.40 Krepšinis. NBA. „Nuggets“ - „Cavaliers“.
18.50 Tiesiogiai. Krepšinis. Europos taurė. „Wolves“ - „London“.
21.00 Futbolas. Serie A. „Bologna“ - „Torino“.
22.50 Krepšinis. NBA. „Clippers“ - „Spurs“.
1.00 Ledo ritulys. Šveicarijos lyga. „Zug“ - „ZSC Lions“.
5.00 Tiesiogiai. Krepšinis. NBA. „Warriors“ - „Kings“.

LRT | TV

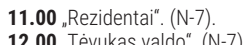
6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 Labas rytas, Lietuva.
6.30 Žinios. Sportas. Orai.
6.40 Labas rytas, Lietuva.
9.00 „Leipcigo kriminalinė policija“. (N-7).
9.50 „Komisaras Reksas“. (N-7).
10.40 „Sūlsidas“. (N-7).
11.30 „Jaunieji slaugytojai“. (N-7).
12.15 Euromaxx.
12.30 Kas ir kodėl?
13.00 1 000 pasaulio stebuklų.
14.00 Žinios. Orai.
14.20 Laba diena, Lietuva.
15.00 Žinios. Orai.
15.15 Laba diena, Lietuva.
16.00 Žinios. Orai.
16.15 „Geroji ragana“. (N-7).
17.00 „Pažadasi“. (N-7).
18.00 Kas ir kodėl?
18.30 Svarbi valanda.
19.30 1 000 pasaulio stebuklų.
20.30 Panorama.
21.00 Dienos tema.
21.20 Sportas. Orai.
21.30 Lietuva kalba.
22.30 Dviračio žinios.
23.00 „Babilonas Berlynas“. (N-14).
23.55 „Komisaras Reksas“. (N-7).
0.45 Euromaxx.
1.05 1 000 pasaulio stebuklų.
2.00 LRT radijo žinios.
2.05 Lietuva kalba.
3.00 LRT radijo žinios.
3.05 Stilius.
4.00 LRT radijo žinios.
4.05 Kas ir kodėl?
4.30 Gyventi kaime gera.
5.00 LRT radijo žinios.
5.05 Svarbi valanda.



6.00 „Beprotingos melodijos“.
6.30 „Tomo ir Džerio šou“.
7.00 Pelenė Princesė. (N-7).
8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).
10.00 „Magaiveris“. (N-7).
11.00 Bus visko. (N-7).
12.00 Vidurdienio žinios.
13.20 Pelenė Princesė. (N-7).
14.30 „Kartu saldu“. (N-7).
15.30 „Ir atleisk mūsų kaltes“. (N-7).
16.30 Labas vakaras, Lietuva.
18.30 Žinios.
19.20 Sportas.
19.27 Orai.
19.30 KK2. (N-7).
20.00 Šeškinės 20. (N-7).
21.00 „Rimti reikalai“. (N-7).
21.30 Žinios.
22.20 Sportas.
22.27 Orai.
22.30 F. Veiksmo komedija „Patruliai“. 2017 m. (N-14).
0.35 „Magaiveris“. (N-7).
1.35 F. Veiksmo filmas „Liūdnai pagarsėjė“. 2020 m. (N-14).
3.35 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).



6.00 „Artūras ir apvalaus stalo vaikai“. (N-7).
6.35 „Didvyrių draugužiai“.
7.10 „Krudžiai. Šeimos medis“.
7.45 „Ar prisimeni mane?“.
8.55 „Tyrėja“. (N-7).
10.00 „Likimo svarstyklės“. (N-7).



6.00 „Motėris“. (N-7).
7.00 Šeimyninės melodramos.
8.00 „Akloji“.
9.00 „Uždraustas vaisius“. (N-7).
10.00 „Pabelsk į mano širdį“. (N-7).
11.00 „Tyrėjai. Aukos vardai“. (N-7).
12.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
13.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
14.00 „Niu Amsterdamas“. (N-7).
15.00 „Anupama“.
15.30 „Būk su manim“. (N-7).
16.00 Keičiu žmoną. (N-7).
17.00 Šeimyninės melodramos.
18.00 „Niu Amsterdamas“. (N-7).
19.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
20.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
21.00 F. Detektyvas „Aleksas Hugo. Žlugusi svajonė“. 2020 m. (N-14).
23.05 F. Detektyvas „Aleksas Hugo. Laisvės kaina“. 2020 m. (N-14).
1.00 Iš mergiotės į damas. (N-7).
2.00 „Raudonas kambarys“. (N-7).
2.55 „Uždraustas vaisius“. (N-7).



8.00 „Drugelio sparnai“. (N-7).
9.00 Tiek žinių.
9.15 F. Komedija „Mokykla: blogiausi mano gyvenimo metai“. 2016 m.
11.00 „Baudžiauninkė“. (N-7).
12.00 „Vieta po saule“. (N-7).
13.00 Tiek žinių.
13.15 Tiek politikos su Rima Urbonaite.
14.15 „Kepėjas ir gražuolė“. (N-7).
15.15 „Nučiuožęs“. (N-7).
16.15 F. Romantinė komedija „Mano didelės storos graikiškos vestuvės 2“. 2016 m. (N-7).
18.00 „Varinis žiedelis“. (N-7).
19.00 Skaidrinam 2023. Kretingos rajonas. (N-7).
19.45 Tiek žinių.
20.00 „Pagaminta Italijoje“. (N-7).
21.00 „Žinau, kas esi“. (N-14).
22.30 Tiek žinių.
22.45 F. Komedija „Mažulė Džeksi“. 2019 m. (N-14).
0.20 „Misijos“. (N-14).



5.40 „Svieta lygintojai“. (N-7).
7.30 „Kobra 11“. (N-7).
8.30 Sandėlių karai. (N-7).
9.00 Vienam gale kablys.
9.30 „Goldbergai“. (N-7).
10.00 Juokingiausi Amerikos namų vaizdeliai. (N-7).

11.00 „Gydytoja Vera“. (N-7).
12.00 „Sužeista širdis“. (N-7).
14.00 „Tėvo palikimas“. (N-7).
15.00 „Simpsonai“. (N-7).
16.00 TV3 žinios.
16.27 TV3 orai.
16.30 TV pagalba. (N-7).
18.30 TV3 žinios.
19.20 TV3 sportas.
19.27 TV3 orai.
19.30 Gero vakaro šou. (N-7).
20.30 „Moterys meluoja geriau“. (N-7).
21.00 „Detektyvai: 209“. (N-14).
21.30 TV3 vakaro žinios.
22.20 TV3 sportas.
22.27 TV3 orai.
22.30 F. Drama „Trys stendai prie Ebingo, Misūryje“. 2017 m. (N-14).
0.55 „Bošas“. (N-14).
2.00 „Franklinas ir Bešas“. (N-14).
3.05 Žaidimų žaidimas su Ellen. (N-7).
4.05 „Jausmų audros“. (N-7).
5.05 „Moderni šeima“. (N-7).

BTV

6.00 „Kalnietis“. (N-7).
7.00 Mano virtuvė geriausia.
8.15 „Šuo“. (N-7).
9.25 „Teisingumo agentai“. (N-7).
10.35 „CSI. Majamis“. (N-7).
11.35 „Mentalistas“. (N-7).
12.35 „Kalnietis“. (N-7).
13.40 Mano virtuvė geriausia.
15.55 „Teisingumo agentai“. (N-7).



6.00 Lietuvis pas lietuvi.
7.00 La Maistas.
8.00 TV Pagalba. (N-7).
9.55 „Nuodėminga žemė“. (N-7).
12.00 „Vilties spindulys“. (N-7).
13.00 „Mūsų meilės atspalviai“. (N-7).
15.00 „Beširdė“. (N-7).
16.00 „Likimo karuselė“. (N-7).
16.30 „Lemties vingiai“. (N-7).
17.00 „Lakšmės likimas“.
18.00 „Palikimas“. (N-7).
20.00 Labanakt, vaikučiai. „Šunyčiai patroliai“.
20.30 Labanakt, vaikučiai. „Agentas Binkis. Visatos augintiniai“.
21.00 F. Melodrama „Meilės istorijos“. 2021 m. (N-7).
23.00 „Palikimas“. (N-7).
1.00 TV Pagalba. (N-7).
2.35 Kviečiu vakarieniš. (N-7).
3.35 F. Detektyvas „Piršlės detektyvai. Mirtinas romanas“. 2020 m. (N-7).



8.00 Tiek žinių.
8.10 Infostudija.
8.30 Kas? Kur? Kada?
8.40 Šodžius.
9.10 Švarūs miestai.
9.40 Šypt tele vypt.
10.00 Infostudija.
10.20 Tiek žinių.
10.30 Specialisto patarimai.
10.40 Pradėk nuo savęs.
11.05 Lietuvos mokslininkai.
11.30 Užrašyta raštuose.
12.00 Infostudija.
12.20 Tiek žinių.
12.30 Kas? Kur? Kada?
12.40 Laisvės keliu.
13.05 Akmenės žydų pėdsakais.
13.15 Kas? Kur? Kada?

17.00 Info diena.
17.30 „Mentalistas“. (N-7).
18.30 „CSI. Majamis“. (N-7).
19.30 „Greitojo reagavimo būrys“. (N-7).
20.30 Pričiupom!
21.00 F. Veiksmo trileris „Skubi siunta“. 2012 m. (N-7).
22.50 F. Veiksmo filmas „Romeo turi mirti“. 2000 m. (N-14).
1.10 Pragaro virtuvė.
2.10 „Greitojo reagavimo būrys“. (N-7).
3.10 Padėtis nevaldoma. Žmonijos katastrofos.
4.20 Propagandos diagnostika.



5.29 Programa.
5.30 Nauja diena.
6.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
7.30 Vyrų šešėlyje.
8.00 „Jos vardas Kozaim“.
9.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. (N-7).
10.00 „Netikėtas teisingumas“.
11.00 „Centrinė ligoninė“.
12.00 Pirmi kartai. 60+.
12.30 Maisto kūrėjai.
13.00 Nauja diena.
14.00 „Pėdsakas“.
15.00 „Aiškiaregė“. (N-7).
16.00 Reporteris.
16.20 Sportas.
16.28 Orai.
16.30 Lietuva tiesiogiai.
17.00 Slaptas Hitlerio seksualinis gyvenimas.
18.00 Reporteris.
18.20 Sportas.
18.28 Orai.
18.30 Lietuvos mokyklos.
19.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. (N-7).

13.25 Kauno istorijos.
13.50 Specialisto patarimai.
14.00 Petro Šiaučiūno valanda.
15.00 Kas? Kur? Kada?
15.10 Išgirs mano istoriją.
15.40 Radvilų Biržai.
16.10 Specialisto patarimai.
16.20 Praeities kartų liudytojai.
16.50 Nepažintas pasaulis.
17.10 Mokslo lyderiai renkasi.
17.30 Gyvoji Sūduvos istorija.
18.00 Gynybinis paveldas Lietuvoje.
18.10 Infostudija.
18.50 Specialusis reportažas.
19.00 Grįžtantys.
19.30 Etnokultūros pašaukti.
19.55 180 laipsnių kampu.
20.20 Radviliškis šiandien ir rytoj.
20.50 Specialisto patarimai.
21.00 Infostudija.
21.20 Tiek žinių.
21.30 Kas? Kur? Kada?
21.40 Prikelti daiktai.
22.00 Pradėk nuo savęs.
22.30 F. Dokumentinis filmas „Broliai iš Alsėdžių valsčiaus“.
23.00 Infostudija.
23.20 Tiek žinių.
23.30 Kas? Kur? Kada?



6.00 F. „Gosfordo parkas“.
8.15 F. „Džeris Magvairas“.
10.30 F. „Geriausia, ką turiu“.
12.25 F. „Meile tikiu“.
14.15 F. „Vimbldonas“.
15.50 F. „Jsimintinas kelias“.
17.30 F. „Meilės priesaika“.
19.10 F. „Bilis Eliotas“.
21.00 F. „Luiso Drakso deivintasis gyvenimas“.
22.45 F. „Raktas“.
0.25 F. „Ką numirėliui veikti Denveryje?“.
2.20 F. „(NE)antgamtiška“.
3.50 F. „Noras gyventi“.

20.00 Reporteris.
20.40 Sportas.
20.48 Orai.
20.50 „Aiškiaregė“. (N-7).
21.25 „Centrinė ligoninė“.
22.30 Reporteris.
22.50 Sportas.
22.58 Orai.
23.00 Lietuva tiesiogiai.
23.30 Slaptas Hitlerio seksualinis gyvenimas.
0.30 „Pėdsakas“.
1.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
2.30 Lietuvos mokyklos.
3.00 „Centrinė ligoninė“.
3.50 „Azija 3600“.
4.25 Lietuva tiesiogiai.
4.50 „Netikėtas teisingumas“.



6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.05 (Ne)emigrantai.
7.00 Kas ir kodėl?
7.30 Lietuvos tūkstantmečio vaikai.
8.30 Tikėjimas ir gyvenimas.
9.00 Labas rytas, Lietuva.
11.30 Mes ukrainiečiai.
12.00 Širdyje lietuvis.
13.00 Mokslo siurba.
13.30 Euromaxx.
14.00 Čia – kinas.
14.30 Paskutinių veiksmo filmų herojų beišeikant.
15.30 „Tarnauti ir ginti“. (N-7).
16.30 Laba diena, Lietuva.
18.30 Išpažinimai.
18.55 Krepšinis. Europos taurė. Klužo-Napokos „U-BT“ – Panevėžio „7bet-Lietkabelis“. Tiesioginė transliacija iš Klužo.
21.00 Žvelk giliau. (N-7).
21.30 Vizionieriai. Teatras.
21.35 LNOBT simfoninio orkestro koncertas „Ekspresionizmo genijai“.

23.30 Daugiau nei mokytojas.
0.00 DW naujienos rusų kalba.
0.15 Dabar pasaulyje.
0.40 Nacionalinė ekspedicija. Lietuva Europoje.
1.35 Svarbi valanda.
2.35 Legendos. Šiandien ir visados.
3.30 1 000 pasaulio stebuklų.
4.30 Dviračio žinios.
5.00 Pakvaišę dėl ratų.
5.30 Mes ukrainiečiai.



6.00 Žinios.
7.00 Info diena.
7.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
8.00 Didieji senovės statiniai.
9.00 Tiesiog gyvūnai.
10.00 Labas vakaras, Lietuva.
12.00 Kas žudikas? (N-7).
13.10 Vidurdienio žinios.
14.30 Bus visko. (N-7).
15.30 KK2. (N-7).
16.00 Tiesiog gyvūnai.
17.00 Info diena.
17.35 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
18.00 Info diena.
18.30 Kas žudikas? (N-7).
19.30 Info diena.
20.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
20.30 Info diena.
21.00 Didieji senovės statiniai.
22.00 Labas vakaras, Lietuva.
0.00 Dabar pasaulyje.
0.30 Info diena.
1.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.

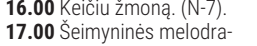
1.30 Info diena.
2.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
3.00 Info diena.
4.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
4.30 Info diena.
5.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.

DELFI TV

6.00 Ukraina 24.
7.00 Duok leteną.
7.30 Sveikatos receptas.
8.00 Delfi diena.
9.00 Iš esmės.
10.00 Šeima ant ratų. Afrikos link.
11.00 Kada įkurtuvės?
11.30 Misija ūkis.
11.55 Kenoloto.
12.00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu.
13.00 Orijaus kelionių archyvai.
14.00 Skanios kelionės.
14.30 Burėmis į jarktį.
15.00 Delfi diena.
16.00 Šeima ant ratų. Afrikos link.
17.00 Kasdienybės herojai.
17.55 Kenoloto.
18.00 Iš esmės.
19.00 Burėmis į jarktį.
19.30 Skanios kelionės.
19.55 Eurojackpot.
20.00 Delfi interviu.
20.30 Ar galiu užėti?
21.00 Orijaus kelionės.
22.00 Ūkininko Petro dienoraštis.
22.30 Jėga ir Kenoloto.
22.35 Vikinglotto.
22.40 Skanios kelionės.
23.10 Iš esmės.
0.15 Delfi diena.
1.15 Delfi RU.
1.45 Ukraina 24.



6.00 „Motėris“. (N-7).
7.00 Šeimyninės melodramos.
8.00 „Akloji“.
9.00 „Uždraustas vaisius“. (N-7).
10.00 „Pabelsk į mano širdį“. (N-7).
11.00 „Tyrėjai. Aukos vardai“. (N-7).
12.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
13.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
14.00 „Niu Amsterdamas“. (N-7).
15.00 „Anupama“.
15.30 „Būk su manim“. (N-7).
16.00 Keičiu žmoną. (N-7).
17.00 Šeimyninės melodramos.



18.00 „Niu Amsterdamas“. (N-7).
19.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
20.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
21.00 F. Detektyvas „Aleksas Hugo. Žlugusi svajonė“. 2020 m. (N-14).
23.05 F. Detektyvas „Aleksas Hugo. Laisvės kaina“. 2020 m. (N-14).
1.00 Iš mergiotės į damas. (N-7).
2.00 „Raudonas kambarys“. (N-7).
2.55 „Uždraustas vaisius“. (N-7).



5.40 „Svieta lygintojai“. (N-7).
7.30 „Kobra 11“. (N-7).
8.30 Sandėlių karai. (N-7).
9.00 Vienam gale kablys.
9.30 „Goldbergai“. (N-7).
10.00 Juokingiausi Amerikos namų vaizdeliai. (N-7).



7.40 F. „Tylioji revoliucija“.
9.30 F. „Kung fu joga“.
11.15 F. „Rekviem žudikui“.
12.50 F. „2 valandos“.
14.10 F. „Tylioji revoliucija“.
16.00 F. „Espenas ieško auksinės pilies“.
17.40 F. „Aukštosios mados kepsnys“.
19.10 F. „Adelainos amžius“.
21.00 F. „Amerikietis“.
22.40 F. „Drakono bučiny“.
0.15 F. „Traukinys į Busaną 2: Pusiasalis“.
2.10 F. „Amerikietis“.
3.50 F. „Espenas ieško auksinės pilies“.
5.50 F. „Mano draugas Kalėdų senelis“.

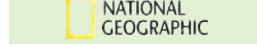


6.00 Senienų medžiotojai.
7.00 Automobilių meistrai.
9.00 Kaip tai pagaminta?
10.00 Seni geri daiktai.
10.30 Pamesto bagažo aukcionai.
11.00 Restoratoriai.
12.00 Senienų medžiotojai.
17.00 Seni geri daiktai.
18.00 Automobilių meistrai.
19.00 Kaip tai pagaminta?
19.30 Kaip tai veikia?
20.00 Restoratoriai.
21.00 Svajonių automobilis.
22.00 Automobilių meistrai.
23.00 Automobilis už milijoną.
0.00 Automobilių meistrai.
2.00 Senienų medžiotojai.



6.05 Seni kledarai ir grynėji pinigai.
7.20 Nefrito karštinė.
7.50 Sunkiasvorė pagalba: 401-asis greitelis.
9.50 Australijos aukso

ieškotojai.
11.45 Laužyno meistrai.
13.35 Australijos aukso ieškotojai.
16.20 Rytų uosto didvyriai.
17.15 Sidnėjaus uosto pajėgos.
18.15 Nefrito karštinė.
19.10 Australijos omarų medžiotojai.
20.10 Australijos aukso ieškotojai.
22.00 Mafijos žudikai su Kolinu Maklarenu.
22.55 Bėbaimiai sunkvežimių vairuotojai.
23.50 Sunkiasvorė pagalba: 401-asis greitelis.
1.50 Australijos aukso ieškotojai.
3.35 Mafijos žudikai su Kolinu Maklarenu.
4.30 Bėbaimiai sunkvežimių vairuotojai.
5.15 Seni kledarai ir grynėji pinigai.



6.30 Superstruktūros.
8.00 Nusausinti vandenynus: gilūs panirimas.
9.40 Nejmanomi statiniai su D. Ašviliumi.
13.00 Lėktuvų avarijų tyrimai.
16.00 Nepaprastų mašinų viduje.
21.00 Megastruktūros.
22.45 Eurotunelis.
23.45 Nusausinti vandenynus.
1.15 Nakties programa.

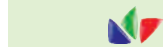


7.00 Portugalijos „Liga Portugal“ futbolo lyga. Vitória SC - FC Porto.
9.00 Vokietijos BBL krepšinio lyga. Telekom Baskets Bonn - FC Bayern München

Basketball.
11.10 Portugalijos „Liga Portugal“ futbolo lyga. Arouca - SC Braga.
13.10 Pasaulio jėgos trikovės čempionatas. Lietuva. Moterys 84 kg + Vyrai 120 kg.<

LRT | TV

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.02 Labas rytas, Lietuva.
6.30 Žinios. Sportas. Orai.
6.40 Labas rytas, Lietuva.
9.00 „Leipcigo kriminalinė policija“. (N-7).
9.50 „Komisaras Reksas“. (N-7).
10.40 „Sūlsidas“. (N-7).
11.30 „Jaunieji slaugytojai“. (N-7).
12.15 Euromaxx.
12.30 Kas ir kodėl?
13.00 1 000 pasaulio stebuklų.
14.00 Žinios. Orai.
14.20 Laba diena, Lietuva.
15.00 Žinios. Orai.
15.15 Laba diena, Lietuva.
16.00 Žinios. Orai.
16.15 „Geroji ragana“. (N-7).
17.00 „Pažadasi“. (N-7).
18.00 Kas ir kodėl?
18.30 Svarbi valanda.
19.30 Samčių kovos.
20.30 Panorama.
21.00 Dienos tema.
21.20 Sportas. Orai.
21.30 Gimę tą pačią dieną.
22.30 Dviračio žinios.
23.00 „Babilonas Berlynas“. (N-14).
23.50 „Komisaras Reksas“. (N-7).
0.35 Gyventi kaime gera.
1.05 Samčių kovos.
2.00 LRT radijo žinios.
2.05 Gimę tą pačią dieną.
3.00 LRT radijo žinios.
3.05 Beatos virtuvė.
4.00 LRT radijo žinios.
4.05 Kas ir kodėl?
4.30 Toliau nuo miesto.
5.00 LRT radijo žinios.
5.05 Svarbi valanda.



6.00 „Beprotiškos melodijos“.
6.30 „Tomo ir Džerio šou“.
7.00 Pelenė Princesė. (N-7).
8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).
10.00 „Magaiveris“. (N-7).
11.00 Šeškinės 20. (N-7).
12.00 Vidurdienio žinios.
13.20 Pelenė Princesė. (N-7).
14.30 „Kartu saldu“. (N-7).
15.30 „Ir atleisk mūsų kaltes“. (N-7).
16.30 Labas vakaras, Lietuva.
18.30 Žinios.
19.20 Sportas.
19.27 Orai.
19.30 KK2. (N-7).
20.00 Bučiuoju. Rūta. (N-7).
21.00 „Rimti reikalai“. (N-7).
21.30 Žinios.
22.20 Sportas.
22.27 Orai.
22.30 F. Trileris „Karščio banga“. 2022 m. (N-14).
0.40 „Magaiveris“. (N-7).
1.40 F. Veiksmo komedija „Patruliai“. 2017 m. (N-14).
3.45 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. (N-7).
4.35 Alchemija.
5.05 Retrospektyva.

3

6.00 „Artūras ir apvalaus stalo vaikai“. (N-7).
6.35 „Didvyrių draugužiai“.
7.10 „Krudžiai. Šeimos medis“.
7.45 „Ar prisimeni mane?“. (N-7).
8.55 „Meilės sūkurys“. (N-7).

10.00 „Likimo svarstyklės“. (N-7).
11.00 „Gydytoja Vera“. (N-7).
12.00 „Sužeista širdis“. (N-7).
14.00 „Tėvo palikimas“. (N-7).
15.00 „Simpsonai“. (N-7).
16.00 TV3 žinios.
16.27 TV3 orai.
16.30 TV pagalba. (N-7).
18.30 TV3 žinios.
19.20 TV3 sportas.
19.27 TV3 orai.
19.30 Farai. (N-7).
20.30 „Moterys meluoja geriau“. (N-7).
21.00 „Detektyvai: 209“. (N-14)
21.30 TV3 vakaro žinios.
22.20 TV3 sportas.
22.27 TV3 orai.
22.30 F. Veiksmo filmas „Reaktorius“. 2021 m. (N-14).
0.30 „Bošas“. (N-14)
1.40 „Franklinas ir Bešas“. (N-14)
2.45 Žaidimų žaidimas su Ellen. (N-7).
3.50 „Jausmų audros“. (N-7).
4.50 „Moderni šeima“. (N-7).
5.10 „Bošas“. (N-14).

BTV

6.00 „Kalnietis“. (N-7).
7.10 Mano virtuvė geriausia.
9.25 „Teisingumo agentai“. (N-7).
10.35 „CSI. Majamis“. (N-7).
11.35 „Mentalistas“. (N-7).
12.30 „Kalnietis“. (N-7).
13.30 Mano virtuvė geriausia.
14.50 „Šuo“. (N-7).
15.55 „Teisingumo agentai“. (N-7).
17.00 Info diena.
17.30 „Mentalistas“. (N-7).
18.30 „CSI. Majamis“. (N-7).

19.30 „Greitojo reagavimo būrys“. (N-7).
20.30 Priečiupom!
21.00 F. Trileris „Tomo Krauno afera“. 1999 m. (N-14).
23.15 F. Veiksmo trileris „Skubi siunta“. 2012 m. (N-7).
1.05 Pragaros virtuvė. (N-7).
2.05 „Greitojo reagavimo būrys“. (N-7).
3.05 Apleisti statiniai.
4.05 Propagandos diagnostika.

rytas

5.29 Programa.
5.30 Nauja diena.
6.30 „Aiškiaregė“. (N-7).
7.30 Krepšinio pasaulyje.
8.00 „Jos vardas Kozaim“.
9.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. (N-7).
10.00 „Netikėtas teisingumas“.
11.00 „Centrinė ligininė“.
12.00 Vanto lapas.
12.30 Švarūs miestai.
13.00 Nauja diena.
14.00 „Pėdsakas“.
15.00 „Aiškiaregė“. (N-7).
16.00 Reporteris.
16.20 Sportas.
16.28 Orai.
16.30 Lietuva tiesiogiai.
17.00 Slaptas Hitlerio seksualinis gyvenimas.
18.00 Reporteris.
18.20 Sportas.
18.28 Orai.
18.30 Būsto anatomija.
19.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. (N-7).
20.00 Reporteris.
20.40 Sportas.
20.48 Orai.
20.50 „Aiškiaregė“. (N-7).
21.25 „Centrinė ligininė“.
22.30 Reporteris.

LRT | PLUS

6.00 Lietuvos Respublikos himnas.
6.05 1 000 pasaulio stebuklų.
7.00 Kas ir kodėl?
7.30 Broliai ir sesės.
8.30 Menora.
9.00 Labas rytas, Lietuva.
11.30 Mūsų rusų gatvė.
12.00 Gyventi kaime gera.
12.30 Toliau nuo miesto.
13.00 Pradėk nuo savęs.
13.30 Gyvenk kaip galima švariau.
14.00 Aš gyvenu iliuzijų pasaulyje.
14.30 Žvilgsnis iš paukščio skrydžio.
15.20 „Tarnauti ir ginti“. (N-7).
16.20 Pasaulio biatlono taurė. Vyrai. 4x7,5 km estafetė. Dalyvauja Lietuvos rinktinė.
17.00 Reporteris.
17.40 Atgimę miestai.
18.30 Knygų žiurkės.
19.00 LRT ŪPUS pilnatis.
19.30 F. Dokumentinis filmas „Danas Pozniakas. Auksinio ringo istorija“.
20.20 m.
20.30 Daugiau nei mokytojas.

21.00 Eurolyga per LRT. Krepšinio apžvalga.
21.15 Eurolygos krepšinio turnyras. Milano „EA7 Emporio Armani“ – Kauno „Žalgiris“. Tiesioginė transliacija iš Milano.
23.30 Žvelk giliau. (N-7).
0.00 DW naujienos rusų kalba.
0.15 Dabar pasaulyje.
0.40 Nacionalinė ekspedicija. Lietuva Europoje.
1.35 Svarbi valanda.
2.35 Širdyje lietuvis.
3.30 Samčių kovos.
4.30 Dviračio žinios.
5.00 Mūšio laukas.
5.30 Mūsų rusų gatvė.

i

6.00 Žinios.
7.00 Info diena.
7.30 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
8.00 Didieji senovės statiniai.
9.00 Tiesiog gyvūnai.
10.00 Labas vakaras, Lietuva.
12.00 Kas žudikas? (N-7).
13.10 Vidurdienio žinios.
14.30 Šeškinės 20. (N-7).
15.30 KK2. (N-7).
16.00 Tiesiog gyvūnai.
17.00 Info diena.
17.35 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
18.00 Info diena.
18.30 Kas žudikas? (N-7).
19.30 Info diena.
20.00 Info komentarai su Arnu Mazėčiu.
20.30 Info diena.
21.00 Darvino paslaptis. Indėnų vaikų pagrobimo eksperimentas.
22.00 Labas vakaras,

DELFI TV

6.00 Ukraina 24.
7.00 Alfo vila.
8.00 Delfi diena.
9.00 Iš esmės.
10.00 Šeima ant ratų. Afrikos link.
11.00 Alfo vila.
11.55 Kenoloto.
12.00 Orijaus kelionės.
13.00 Kasdienybės herojai.
14.00 Skanios kelionės.
14.30 Ūkininko Petro dienoraštis.
15.00 Delfi diena.
16.00 Kas žudikas? (N-7).
16.00 Šeima ant ratų. Afrikos link.
17.00 Iš esmės.
17.55 Kenoloto.
18.00 7bet-NKL čempionatas. Telšiai „Telšiai“ – Palangos „Olimpas“.
20.00 Sporto baras.
21.00 Ką žmonės dirba visą dieną?
21.30 Kitokios kelionės.
22.00 Burėmis į artį.
22.30 Jėga ir Kenoloto.
22.35 Skanios kelionės.
23.05 Iš esmės.
0.10 Delfi diena.
1.10 Delfi RU.
1.40 Ukraina 24.

1

6.00 „Moterys“. (N-7).
7.00 Šeimyninės melodramos.
8.00 „Akloji“.
9.00 „Uždraustas vaisius“. (N-7).
10.00 „Pabelsk į mano širdį“. (N-7).
11.00 „Tyrėjai. Aukos vardai“. (N-7).
12.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
13.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
14.00 „Niu Amsterdamas“. (N-7).
15.00 „Anupama“.
15.30 „Būk su manim“. (N-7).
16.00 Keičių žmoną. (N-7).
17.00 Šeimyninės melodramos.
18.00 „Niu Amsterdamas“. (N-7).
19.00 „Nusikalstami protai“. (N-7).
20.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. (N-7).
21.00 F. Detektyvas „Nusikaltimo vieta - Kelnas. Įkalintoji“. 2020 m. (N-14).
22.55 F. Detektyvas „Aleksas Hugo. Žlugusi svajonė“. 2020 m. (N-14).
1.00 Iš mergiotės į damas. (N-7).
2.00 „Raudonas kambarys“. (N-7).
2.55 „Uždraustas vaisius“. (N-7).

11.00 „Rezidentai“. (N-7).
12.00 „Tėvukas valdo“. (N-7).
12.30 Lombardų žvaigždės. (N-7).
13.00 Kulinarijos meistras.
14.00 „Čikagos ugniagesiai“. (N-7).
15.00 „CSI. Niujorkas“. (N-7).
16.00 „Svieto lygintojai“. (N-7).
18.00 „Simpsonai“. (N-7).
19.00 „Rezidentai“. (N-7).
20.00 Juokingiausi Amerikos namų vaizdeliai. (N-7).
21.00 F. Mokslinės fantastikos filmas „Liusi“. 2014 m. (N-14).
22.50 „Elementaru“. (N-7).
23.45 „Tyrėja“. (N-14)
0.50 „Komisaras Aleksas“. (N-7).
1.55 „Bulis“. (N-14)
2.55 Gero vakaro šou. (N-7).

B

8.00 „Kepėjas ir gražuolė“. (N-7).
9.00 Tiek žinių.
9.15 „Pagaminta Italijoje“.
10.15 Laikykitės ten svečias Monika Navickienė. (N-7).
11.05 „Varinis žiedelis“. (N-7).
12.05 Tiek žinių.
12.20 F. Romantinė komiška drama „Atsisveikinimai“. 2018 m. (N-7).
14.10 Skaidrinam 2023. Kretingos rajonas. (N-7).
14.55 „Vieta po saule“. (N-7).
15.55 F. Melodrama „Graži pabaissa“. 2013 m.
17.45 „Drugelio sparnai“. (N-7).
18.45 „Nučiuožęs“. (N-7).
19.45 Tiek žinių.
20.00 „Baudžiauninkė“. (N-7).
21.00 „Misijos“. (N-14).
22.00 Tiek žinių.
22.15 F. Veiksmo trileris „Amerikietis žudikas“. 2017 m. (N-14).
0.20 „Žinau, kas esi“. (N-14).

6.00 Vytaro ferma.
7.00 Gardu Gardu.
7.30 Virtuvės istorijos.
8.00 TV Pagalba. (N-7).
9.55 „Nuodėminga žemė“. (N-7).
12.00 „Vilties spindulys“. (N-7).
13.00 „Mūsų meilės atspalviai“. (N-7).
15.00 „Beširdė“. (N-7).
16.00 „Likimo karuselė“. (N-7).
16.30 „Lemties vingiai“. (N-7).
17.00 „Lakšmės likimas“.
18.00 „Palikimas“. (N-7).
20.00 Labanakt, vaikučiai. „Šunyčiai patroliai“.
20.30 Labanakt, vaikučiai. „Agentas Binkis. Visatos augintiniai“.
21.00 F. Melodrama „Meilė, verta antros progos“. 2020 m. (N-7).
23.00 „Palikimas“. (N-7).
1.00 TV Pagalba. (N-7).
2.35 Kviečių vakarienės. (N-7).
3.35 F. Melodrama „Meilės istorijos“. 2021 m. (N-7).

SIAULIŲ TELEVIZIJA

8.00 Tiek žinių.
8.10 Infostudija.
8.30 Kas? Kur? Kada?
8.40 Radviliškis šiandien ir rytoj.
9.10 Grįžtantys.
9.30 Specialisto patarimai.
10.00 Infostudija.
10.20 Tiek žinių.
10.30 Vyrų šešelyje.
10.55 Kvadratas apskritime.
11.20 Užrašyta raštuose.
11.50 Kas? Kur? Kada?
12.00 Infostudija.
12.20 Tiek žinių.
12.30 Specialusis reportažas.
12.40 Išgirsks mano istoriją.
13.05 Specialisto patarimai.
13.20 Etnokultūros pašaukti.

13.40 Kas? Kur? Kada?
13.50 Susitikimai.
14.25 Švarūs miestai.
14.55 Specialisto patarimai.
15.05 Tarp mūzos ir gyvenimo.
15.30 180 laipsnių kampas.
16.00 Kas? Kur? Kada?
16.10 Dingusio pasaulio pėdsakai. Žydiškųjų Šiauliai.
16.40 Nepažintas pasaulis.
17.00 Specialisto patarimai.
17.10 POST Kryžkelė: konfliktai ir sąveikos.
17.35 Prikelti daiktai.
17.55 Laisvės keliu.
18.20 Specialisto patarimai.
18.30 Infostudija.
18.50 Kas? Kur? Kada?
19.00 Priklausomybės.
19.30 Susitikime prie Kruojos.
20.00 Laisvalaikio alchemija.
20.15 Specialisto patarimai.
20.25 Tauro ragas.
20.50 Kas? Kur? Kada?
21.00 Infostudija.
21.20 Tiek žinių.
21.30 Specialisto patarimai.
21.40 Labas iš Kelmės.
22.10 Radvilų Biržai.
22.35 Mokslo lyderiai renkasi.
23.00 Infostudija.
23.20 Tiek žinių.
23.30 Kas? Kur? Kada?

VIASAT KINO

6.00 F. „Alfis“.
7.40 F. „Grenlandija“.
9.35 F. „Monos Lizos šypseną“.
11.35 F. „Meilės priesaika“.
13.15 F. „Bilis Eliotas“.
15.00 F. „Prabudimai“.
17.00 F. „Prabudimai“.
18.55 F. „Ko nori moterys“.
21.00 F. „Pagreitis“.
22.30 F. „Kam tie vyrai?“.
0.25 F. „Luiso Drakso devintasis gyvenimas“.
2.10 F. „Pasilik“.
3.50 F. „Gyvilūlių kapinės“.

WORLD KINO TV1000

7.10 F. „Aukštosios mados kepsnys“.
8.45 F. „Adelainos amžius“.
10.35 F. „Espanas ieško aukštinės pilies“.
12.15 F. „Aukštosios mados kepsnys“.
13.45 F. „Adelainos amžius“.
15.35 F. „Espanas ir kalno karalius“.
17.15 F. „Kol vestuvės mus išskirs“.
19.05 F. „Liūtas“.
21.00 F. „Juodoji jūra“.
22.50 F. „Galvų medžiotojai“.
0.25 F. „Viltis“.
2.30 F. „Juodoji jūra“.
4.20 F. „Espanas ir kalno karalius“.

Discovery

6.00 Senienų medžiotojai.
7.00 Automobilių meistrai.
9.00 Kaip tai pagaminta?
10.00 Seni geri daiktai.
10.30 Pamesto bagažo aukcionai.
11.00 Aukso ieškotojai.
12.00 Senienų medžiotojai.
17.00 Seni geri daiktai.
18.00 Automobilių meistrai.
19.00 Kaip tai pagaminta?
19.30 Kaip tai veikia?
20.00 Senienų medžiotojai.
21.00 Seni geri daiktai.
22.00 Restoratoriai.
23.00 Kelkimės gyventi į pakrantę.
0.00 Automobilių meistrai.
1.00 Senienų medžiotojai.

E

6.05 Seni kledarai ir grynijai pinigai.
7.20 Sunkiasvorė pagalba:

401-asis greitkelis.
9.20 Australijos aukso ieškotojai.
11.15 Laužyno meistrai.
13.10 Australijos aukso ieškotojai.
16.00 Autobekos sunkvežimių vairuotojai.
18.15 Nefrito karštinė.
19.10 Australijos omarų medžiotojai.
20.10 Australijos aukso ieškotojai.
22.00 Didžiulės inžinerijos klaidos.
22.55 Neįmanomi geležinkeliai.
23.55 Sunkiasvorė pagalba: 401-asis greitkelis.
1.55 Australijos aukso ieškotojai.
3.40 Didžiulės inžinerijos klaidos.
4.30 Neįmanomi geležinkeliai.
5.20 Seni kledarai ir grynijai pinigai.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.30 Mega fabrikai.
8.00 Nusausinti vandenynus.
9.40 Pagauti kontrabandininkus.
13.00 Lėktuvų avarijų tyrimai
16.00 Pagauti kontrabandininkus: narkotikai.
23.45 Nusausinti vandenynus.
1.15 Nakties programa.

SPORT 1 HD

7.00 Vokietijos BBL krepšinio lyga. ratiopharm ulm - Merlins Crailsheim.
8.50 Dailūs čiuožimas. ISU Grand Prix. Japonija. Šokiai ant ledo. Laisvoji programa.
10.40 Portugalijos „Liga Portugal“ futbolo lyga. SL Benfica

- Sporting CP.
12.40 Vokietijos BBL krepšinio lyga. Alba Berlin - Syntainics MBC.
14.30 Prancūzijos LNB krepšinio lyga. Bourg-en-Bresse - Lyon-Villeurbanne.
16.20 Optibet ledo ritulio lyga. Kaunas City - Airwell Energija.
18.10 Rankinio čempionų lyga. GOG - FC Porto.
19.45 Tiesiogiai. Rankinio čempionų lyga. Telekom Veszprem - Barcelona.
21.45 Tiesiogiai. Rankinio čempionų lyga. SC Magdeburg - Montpellier.
23.20 „One championship“. One 161 Petchmorakot vs. Tawanchai.
4.40 Vokietijos BBL krepšinio lyga. ratiopharm ulm - Merlins Crailsheim.
6.30 One Championship. One Vault.

Go! sport 1

7.00 Krepšinis. Europos taurė. „Lietkabelis“ – „Cluj-Napoca“.
9.10 Krepšinis. FIBA Čempionų lyga. „Rytas“ – „Promitheas Patras“.
11.20 Krepšinis. NBA. „Lakers“ – „76ers“.
13.30 Krepšinis. NCAA. „Bologna“ – „Torino“.
17.00 Krepšinis. Europos taurė. „Wolves“ – „London“.
19.10 Krepšinis. NBA. „Clippers“ – „Kings“.
21.15 Tiesiogiai. Krepšinis. Eurolyga. „Olimpia Milano“ – „Žalgiris“.
23.30 Krepšinis. NBA. „Warriors“ – „Kings“.
1.40 Futbolas. La Liga. „Girona“ – „Athletic“.
5.00 Tiesiogiai. Krepšinis. NBA. „Clippers“ – „Warriors“.

Rūšiuoti atliekas vaikus skatins spektaklis „Peliuko Tvarkiaus atostogos“

Alytaus lėlių teatras „Aitvaras“ ir pakuočių atliekų tvarkymo organizacija Lietuvoje „Žalioji taškas“ pristato spektaklį ikimokyklinio ir pradinio ugdymo vaikams „Peliuko Tvarkiaus atostogos“, kurio tikslas – per įsimintinų personažų nuotykius papasakoti vaikams apie aplinkosaugą, sukurti tvarų santykį su daiktais ir suprantama kalba papasakoti apie neišnaudotas atliekų rūšiavimo galimybes.



► Pirmojo lėlių spektaklio „Kontis ir Tvarkius“ akimirkos.

Tai jau antrasis lėlių spektaklis vaikams, įkvepiantis mažuosius rūšiuoti atliekas, kurį lėlių teatras „Aitvaras“ ir organizacija „Žalioji taškas“ dovanoja Lietuvos vaikams.

Premjera – Alytaus kultūros centre

Spektaklis „Peliuko Tvarkiaus atostogos“ bus rodomas visoje Lietuvoje: dar-

želiuose, mokyklose, kultūros centruose bei miestų aikštėse. Spektaklio premjera įvyks lapkričio 24 d. teatro kūrybinės grupės gimtajame Alytaus mieste, Alytaus kultūros centre.

Kaip teigia spektaklio pjesės autorė, dailininkė ir režisierė Loreta Skruibienė, šio spektaklio personažų nuotykiškai leidžia vaikams suprantama kalba papasa-

koti apie neišnaudotas atliekų rūšiavimo galimybes.

„Vaikai – labai imlūs ir greitai mokosi, todėl net neabejojame, kad po spektaklio jie ne tik galės atpažinti rūšiavimo konteinerius, bet ir priminti tėveliams bei seneliams, draugams apie teisingo rūšiavimo taisykles. Vaikai nebus pasyvūs spektaklio stebėtojai, priešingai, aktorės juos įtrauks į spektaklio veiksmą. Pagrindinės spektaklio aktorės – Jūratė Kundrotienė ir Rūta Petkutė, spektaklio muzikos autorė ir aktorė, kuri pagal poreikį pakeičia pagrindines aktorės, – Laura Misiukevičiūtė“, – teigia L. Skruibienė.

Pasiteiravus, kur režisierė bei visa kūrybinė komanda semiasi idėjų tokiems spektakliams, ji atvira: „Idėjos gyvena šalia mūsų, tik reikia gerai pasidairyti ir jos tampa labai aiškios bei matomos, o tuomet tik belieka įjungti fantaziją.“

Pagrindinis personažas – peliukas Tvarkius

Pagrindinis spektaklio personažas – peliukas Tvarkius, kuris ilgai gyvena mišrių atliekų konteineryje. Ten jis sunkiai dirbo, rūšiuodamas atliekas, nes juk daugelis rūšiuoti



► Spektaklio „Peliuko Tvarkiaus“ atostogos anonas.

atliekas tingi arba nemoka. Vieną dieną į peliuko Tvarkiaus kiemą atvežė gražius ir naujus konteinerius, skirtus popieriui, plastikui, stiklui. Ir ėmė visi tokiems gyventojai tinkamai rūšiuoti atliekas. Peliukui nieko kito neliko, kaip eiti atostogų, apie kurias seniai svajojo.

„Spektaklio siužetas susideda iš atostogaujančio peliuko Tvarkiaus nuotykių. Nors ir atostogų metas, bet, keliaudamas Lietuvos miškais ir pievomis, jis sutinka daugybę išmėtytų įvairių atliekų. Vėjo nešiojamą čipsų maišelį, seną kartoninę dėžę, svajojančią tapti maža rožine dovanų dėžute, žaislinį meškiuką, paliktą be ausies, stiklinį puodelį, iš-

mestą iš pravažiuojančios mašinos. Juk išmesti daiktai taip pat turi svajonių. O peliukas Tvarkius labai mėgsta tvarką ir gerai žino, kad kiekvienas daiktas turi turėti savo vietą. Tad ir atostogaudamas jis padeda šioms atliekoms surasti savo svajonių šalis – tam skirtus rūšiavimo konteinerius“, – su šypsena spektaklio siužeto detales atskleidžia režisierė L. Skruibienė.

Lėlių teatras – puiki terpė ekologinio sąmoningumo ugdymui

Kaip teigia spektaklio režisierė L. Skruibienė, teatras (ypač lėlių) pasižymi išskirtinėmis galiomis, kuriant ir formuojant vaikų socialinius ryšius, padeda efektyviai atskleisti kultūrinį jų sąmoningumą. „Teatras per lėlių animaciją, aktorių vaidybą, muziką ir žaidimą labai efektyviai prisideda prie ekologinio sąmoningumo. Lėlių teatro spektaklis suteikia estetinį pasitenkinimą, detalės sužadina fantaziją bei kūrybiškumą, nes vaizdai ir garsai, kitaip nei televizoriaus ekrane, keičiasi tolygiai, pamažu, leisdami pajusti ir patirti, išgyventi, suvokti ir mokytis“, – lėlių teatro privalumus vaikų ekologiniam sąmoningumo

ugdymui vardija L. Skruibienė ir priduria, kad tai nėra tik skambūs žodžiai, nes teatro edukacine galia kūrybinė komanda galėjo įsitikinti penkerius metus, keliaudami po Lietuvą ir edukuodami vaikus su pirmuoju spektakliu „Kontis ir Tvarkius“.

150 spektaklių visoje Lietuvoje

Pats pirmasis lėlių teatro spektaklis „Kontis ir Tvarkius“ buvo sukurtas pagal to paties pavadinimo Aldonos Zinkevičiūtės-Jankauskienės knygą. Didžiulės sėkmės sulaukusių spektaklių „Aitvaro“ teatro kūrybinė komanda suvaidino daugiau nei 150 spektaklių visoje Lietuvoje.

„Spektaklis „Kontis ir Tvarkius“ – labai sėkmingas projektas. Atsiliepiami šio spektaklio tiesiog puikūs. Vaikams labai patiko ir patinka Končio bei Tvarkiaus nuotykių. Labai dažnai buvo prašoma jų istorijos pratęsimo. Tad, matydami tokios edukacinės formos naudą ir prasmę, drauge su režisierė Loreta nusprendėme pratęsti šių vaikų numylėtų personažų istorijas“, – teigė pakuočių atliekų tvarkymo organizacijos „Žalioji taškas“ rinkodaros ir komunikacijos vadovė Asta Burbaitė.

Pakels atlyginimus mokslo darbuotojams

Seimas nuo sausio pakels atlyginimus mokslo darbuotojams, bendras augimas kitąmet turi siekti maždaug 30 proc., skaičiuoja Švietimo, mokslo ir sporto ministerija.



Freepik.com nuotr.

Seimas antradienį priėmė Mokslo ir studijų įstatymo pataisą, kuriomis nuo 2024 m. sausio 1 d. mokslo darbuotojų pareiginės algos koeficientai didinami 10 proc., nuo tų pačių metų rugsėjo 1 d. – dar 18,7 proc.

Tokie pakeitimai priimti už balsavus 126 Seimo nariams, vienas buvo prieš ir tvis susilaukė.

Kaip nurodoma aiškinamajame rašte, bendras mokslo darbuotojų darbo užmokesčio augimas kitąmet vidutiniškai sieks 30,6 proc.

Taip pat nuo kitų metų pradžios atlyginimai bus skaičiuojami pagal naują bazinį dydį, kuris susietas su pernykščiu vidutiniu mėnesiniu dar-

bo užmokesčiu ir sieks 1 785,4 Eur.

Švietimo, mokslo ir sporto ministerija nurodo, kad valstybiniuose mokslinių tyrimų institutuose pareiginė alga iki mokesčių vyriausiajam mokslo darbuotojui kils 209–370 Eur, vyresniajam mokslo darbuotojui – 191–284 Eur, mokslo darbuotojui, mokslininkui stažuotojui – 191–218 Eur, jaunesniajam mokslo darbuotojui – 169–205 Eur.

Nuo 2024 m. rugsėjo 1 d. vyriausiojo mokslo darbuotojo pareiginė alga bruto dar papildomai padidės 429–768 Eur, vyresniojo mokslo darbuotojo – 375–607 Eur, mokslo darbuotojo, mokslininko stažuotojo – 375–464 Eur, jaunesniojo mokslo darbuotojo – 357–429 Eur.

Pokyčiais siekiama, kad kitais metais mokslo darbuotojų vidutinis darbo užmokestis sudarytų 150 proc. šalies vidutinio darbo užmokesčio.

BNS informacija

2023.12.08 | 18 val. ŠMKC „Laiptų galerija“
Žemaitės g. 83, Šiauliai

Teatralizuotas renginys

Jau atvažiuoja šventa Kalėda!

31 - OSIOS KALĖDINIŲ MINIATIŪRŲ PARODOS ATIDARYMAS

POEZIJA
MUZIKA

ROLANDAS KAZLAS

MARTYNO SIRISO nuotr.
GRAŽINA ARLAUSKAITĖ-VINGRIENĖ
VIRGINIUS TAMOŠIŪNAS
ANDRIUS BUTVILAS

Bilieto kaina 10 €
Vietų skaičius ribotas, rezervuoti tel. (841) 200 642
Renginys fotografuojamas

Savaitės renginiai

TEATRAS



Lapkričio 24 d. 18.30 val. teatro Didžiojoje salėje – PREMĖRA! „Laimės žodynas“ (vienos dalies šokio spektaklis). Režisierė – choreografė Agnija Šeiko.

Lapkričio 25 d. 18 val. teatro Didžiojoje salėje – PREMĖRA! „Laimės žodynas“ (vienos dalies šokio spektaklis). Režisierė – choreografė Agnija Šeiko.

Gruodžio 1 d. 18 val. teatro Mažojoje salėje – „Tobula pora“ (Eženo Jonesko). Absurdo komedija. Režisierius – Paulius Ignatavičius.

Gruodžio 2 d. 18 val. teatro Didžiojoje salėje – „Vardan tos“ (pagal Petro Vaičiūno pjesę „Patriotai“). Satyrinis farsas. Režisierius – Aidas Giniotis.

TURIZMO INFORMACIJOS CENTRAS



Lapkričio 25 d. 14 val. – ekskursija į Šv. apaštalo Petro ir Pauliaus katedros bokštą. Gidas lauks katedros šventoriuje. Bilieto kaina – 3 Eur + auka katedrai.

Gruodžio 2–31 d. – fotokonkursas „Miestas kaip atvirukas“. Ateikite į Turizmo informacijos centrą, gaukite šventinį rėmelį, padarykite miesto nuotrauką, žymėkite @visitsiauliai ir laimėkite prizus, laimėtojai bus skelbiami kas savaitę Šiaulių TIC „Facebook“ paskyroje.

Būtina išankstinė registracija el. paštu ekskursijos@visitsiauliai.lt, tel. (8 41) 523 110 arba adresu Vilniaus g. 213. Turizmo informacijos centras pasilieka teisę keisti renginių programą.

„POLIFONIJA“



Lapkričio 30 d. 18.30 val. – koncertas JE CHANTE PIAF kamerinėje salėje „Polifonija“. Dalyviai: Evelina Sašenko (vokalas), Paulius Zdanavičius (fortepijonas), Nerijus Bakula (akordeonas). Programoje skambės puikiai pažįstami, populiariausi prancūzų šlageriai. Bilietai: 18 ir 25 Eur.

Gruodžio 1 d. 18 val. – PREMĖRA „Aušra Foucault šešėlyje“. Noktiurnas aktolei, balsams ir perkusijai. Šiaulių dailės galerijoje – šiuolaikinis meno ir mados festivalis „VIRUS'28“. Dalyviai: tekstas – Michel'is Foucault ir Aušra Kaziliūnaitė; muzika – Kristupas Bubnelis; režisūra – Augustas Gornatkevičius; video – Ūla Valentaitė ir Karolina Latvytė-Bibiano; choreografija – Denisas Kolomyckis; scenografija – Liudvikas Kesminas, Barbora Matonytė; atlikėjai – Šiaulių valstybinis kamerinis choras „Polifonija“, Pavelas Giunteris (perkusija), Guntars Freibergs (perkusija, Latvija); aktorė – Ligita Kondrotaitė. Dirigentas – Linas Balandis. Bilietai: 8 ir 6 Eur.

Bilietus galima įsigyti salės „Polifonija“ kasoje (Aušros al. 15) ir www.ticketmarket.lt. Nuolaidos taikomos moksleiviams, studentams, neįgaliesiems ir senjorams. Bilietų rezervacija +370 677 65 655. www.polifonija.lt.

PARODOS, RENGINIAI



Chaimo Frenkelio viloje-muziejuje (Vilniaus g. 74) – nuolatinės ekspozicijos „Provincijos dvaras ir miestas“, „Žydų kultūros paveldas Šiauliuose: pirkliai Frenkeliai“.

Žaliūkių malūnininko sodyboje (Architektų g. 73) – nuolatinė Žaliūkių vėjo malūno ekspozicija.

Dviračių muziejuje (Vilniaus g. 139) – ekspozicija „Dviratis technologijų pasaulyje“.

Radio ir televizijos muziejuje (Vilniaus g. 174) – nuolatinė garso ir vaizdo atkūrimo prietaisų ekspozicija.

Šiaulių istorijos muziejuje (Aušros al. 47) – Šiaulių praeitį nuo seniausių laikų iki Lietuvos nepriklausomybės atkūrimo 1918 m. atskleidžianti ekspozicija ir nuolatinė atvirų saugyklų ekspozicija.

Fotografijos muziejuje (Vilniaus g. 140) – nuolatinė ekspozicija „Laisvę fotografijai!“

Venclauskių namuose-muziejuje (Vytauto g. 89) – nuolatinė ekspozicija.

Iki lapkričio 30 d. Šiaulių istorijos muziejuje (Aušros al. 47) veikia Mažosios Lietuvos istorijos muziejaus paroda „1923-ieji. Klaipėda ir Lietuva: istorija, politika, diplomatija“.

Iki gruodžio 15 d. Venclauskių namuose-muziejuje (Vytauto g. 89) veikia visai šeimai skirta paroda „Modernizmo architektūra Šiauliuose: pažink, kurk, žaisk“.

Iki gruodžio 31 d. Chaimo Frenkelio viloje-muziejuje (Vilniaus g. 74) rodomas VR filmas „Angelų takais“, paremtas M. K. Čiurlionio kūryba. Bilietai ir registracija – www.angelutakais.lt.

Iki gruodžio 31 d. Chaimo Frenkelio viloje-muziejuje (Vilniaus g. 74) veikia Šiaulių „Aušros“ muziejaus įkūrimo 100-mečiui skirta paroda „Šiaulių albumas“.

Iki 2024 m. balandžio 21 d. Venclauskių namuose-muziejuje (Vytauto g. 89) veikia paroda „Tegul sklinda tautoje Vlodo Pūtvio idėjos“, skirta V. Putvinskio-Pūtvio 150-osioms metinėms.

Ukrainos piliečiams Šiaulių „Aušros“ muziejaus padalinių lankymas nemokamas. Šiuose padaliniuose vykdomos ir nemokamos edukacijos grupėms nuo 4 asmenų. Būtina išankstinė registracija tel. +370 41 433 680.



Iki gruodžio 9 d. vyksta šiuolaikinio meno ir mados festivalis „VIRUS'28“. Programa – www.siauliugalerija.lt.

SPORTAS



Lapkričio 26 d. 17.20 val. Šiaulių arenoje (J. Jablonskio g. 16) – „Betsafe-LKL“ rungtynės. Šiaulių „Šiauliai“ – Panevėžio „7bet-Lietkabelis“.

Lapkričio 25 d. sporto centre „Dubysa“ (Gumbinės 18A) – 2023–2024 m. Lietuvos jaunučių berniukų U15 tinklinio čempionato varžybos. **11 val.** – Šiaulių „SC Dubysa“ – Panevėžio SC; **14 val.** – Kauno SM „Startas“-2 – Šiaulių „SC Dubysa“.

Lapkričio 26 d. 18 val. sporto centre „Dubysa“ (Gumbinės 18A) – 2023–2024 m. „Meistro kodas“ Lietuvos vyrų tinklinio čempionato varžybos. Šiaulių „Elga-Grafaitė-SC Dubysa“ – Vilniaus universitetas.



Laisvės premija – P. Plumpai ir EP

Seimas ketvirtadienį Laisvės premijas skyrė Lietuvos neginkluoto pasipriešinimo sovietų okupaciniam režimui dalyviui Petru Plumpai ir Europos Parlamentui (EP).

Už tokį sprendimą balsavo 97 parlamentarai, niekas nebuvo prieš, 13 politikų susilaikė. Pagal įstatymą, Laisvės premijos laureatai gauna Laisvės statulėlę ir 5 tūkst. Eur premiją.

EP premija skirta už šiandienos pastangas, stiprinant demokratiją, žmogaus teises, už laisvą tautų apsisprendimo teises ir tautų suvereniteto gynimą, nuolatinį istorinio teisingumo siekį, indėlį, remiant Lietuvos laisvės bylą ir Sovietų Sąjungos okupuotą Baltijos valstybių nepriklausomybės tikslą, diplomatinę paramą nepriklausomybę atkūrusiai Lietuvos valstybei ir už indėlį Lietuvos integracijoje į Europos Sąjungą.

Kaip nurodoma Visuotinėje lietuvių enciklopedijoje, P. Plumpa 1954 metais su kitais leido nelegalų leidinį „Laisvės balsas“, platino atsišaukimus, 1958 metų vasario 16 dieną ant Petrašiūnų elektrinės kamino iškelė Lietuvos vėliavą, vėliau su kitais įkūrė organizaciją „Laisvę Lietuvai“, platino draudžiamą literatūrą.

1972–1973 metais P. Plumpa su Sigitu Tamkevičiumi leido „Lietuvos katalikų bažnyčios kroniką“. Už antisovietinę veiklą jis buvo suimtas, 1958–1965 ir 1973–1981 metais kalintas Mordovijos, Permės sričių lageriuose, Čistopolio kalyje.

P. Plumpa 1992 metais ėjo Valstybės saugumo departamento generallinio direktoriaus pareigas, 1993–2001 metais buvo Vyriausybės patarėjas religijų klausimais.

Jis yra apdovanotas Vyčio Kryžiaus ordino Komandoro kryžiumi 1999 metais ir Lietuvos nepriklausomybės medaliu 2000 metais.

Europos Parlamentas dar 1983 metais priėmė rezoliuciją, kurioje pasmerkė Baltijos šalių okupaciją bei po to sekusį Lietuvos nepriklausomybės siekių palaikymą. Be to, kitamet Lietuva minės įstojimo į Europos Sąjungą dvidešimtmetį.

Pernai Laisvės premijos laureatu pripažintas Ukrainos prezidentas Volodymyras Zelenskis.

Anksčiau šia premija apdovanoti: Rusijos disidentas, žmogaus teisių gynėjas Sergejus Kovaliovas, Lietuvos laisvės lygos įkūrėjas, buvęs politinis kalinys Antanas Terleckas, pogrindinio leidinio „Lietuvos katalikų bažnyčios kronikos“ steigėjas, arkivyskupas Sigitas Tamkevičius, buvęs Lenkijos disidentas, dienraščio „Gazeta Wyborcza“ vyriausiasis redaktorius Adamas Michnikas, kadenciją baigęs prezidentas Valdas Adamkus.

BNS informacija

ATLANTIS CINEMAS		PREKYBOS CENTRAS „TILŽĖ“ .TILŽĖS G. 225 ATLANTISCINEMAS.LT, KAŠA TEL.: 422923
ATLANTIS CINEMAS LAPKRIČIO 24 - 30 DIENOMIS ŽIŪRĖKITE PIRKITE BILIETĄ INTERNETU: TAI PAPRASTA, PIGU IR GREITA. ATLANTISCINEMAS.LT		
BROLIAI LOKIAI: DINGĖS LOBIS - (2023, Kinija, 92 min., animacija, nuotykių, šeimos, V, dubliuotas lietuviškai)	10.00 val.	
PABAISIUKĖ - (2023, Australija, 92 min., animacija, nuotykių, šeimos, V, dubliuotas lietuviškai)	10.00 val.	
DŽIUNGLIŲ BŪRYS 2 - (2023, Prancūzija, 92 min., animacija, nuotykių, šeimos, V, dubliuotas lietuviškai)	11.45 val.	
Premjera! NORAS - (2023, JAV, 92 min., animacija, nuotykių, šeimos, V, dubliuotas lietuviškai)	12.00, 14.00 val.	
Premjera! LAIKINAI JŪSŲ - (2023, Lietuva, 100 min., drama, istorinis, detektyvas, N-13)	13.40, 18.30 val.	
Premjera! GURMANIŠKA AISTRA - (2023, Prancūzija, 155 min., drama, romantinis, N-13)	15.45 val.	
Premjera! PRAEJĘ GYVENIMAI - (2023, JAV, P. Korėja, 105 min., drama, romantinis, N-13)	16.00 val.	
Premjera! RUGSTIS - (lapkričio 30 d. seanso nebus) (2023, Prancūzija, Belgija, 100 min., drama, fantastinis, N-16)	18.05 val.	
BADO ŽAIDYNĖS: SAKMĖ APIE STRAZDĄ - (lapkričio 30 d. seanso nebus) (2023, JAV, 165 min., veiksmo, nuotykių, drama, N-13)	20.10 val.	
Premjera! PRAEITIS ŠMĖKLOS - (2023, JAV, 92 min., siaubo, N-16)	20.40 val.	
Išankstinė premjera! NAPALEONAS - (lapkričio 30 d.) (2023, JAV, 100 min., drama, istorinis, biografinis, N-16)	18.15 val.	
filmų aprašymus rasite: www.atlantiscinemas.lt		

MEISTRAS | NAMUS
Atlieka būsto remonto, elektros, santehnikos tvarkymo ir kanalizacijos valymo darbus. Teikiamos konsultacijos pasirenkant medžiagas.
Tel. 8 683 81 700.

Perku butus, bendrabučius, namus, sodus, sodybas, žemę, sklypus. Gali būti su skolomis. Be remonto. Atsiskaitau iš karto. Apmoku notaro išlaidas.
Tel. 8 653 56 751.

ECHOSKOPIJOS: kojų venų, pilvo organų, inkstų, skydliaukės, krūtų ir kt.
CHIRURGO KONSULTACIJOS dėl chirurginių susirgimų, kojų venų lazerinių ir kitų chirurginių operacijų.
Gydytojas
Rolandas Burkauskas.
„Valerijono“ vaistinė, Šiauliai, Vilniaus g. 173.
Registracija tel. (8 41) 424 888.

PERKA MIŠKUS
BRANDŽIUS, JAUNUS, MALKINIUS, IŠKIRSTUS, ŽEMES, SODYBAS
VISOJE LIETUVOJE 8 676 41 155

BRANGIAI PERKAME AUTOMOBILIUS NUO 1990 METŲ, GALI BŪTI SU DEFEKTAIS. KONSULTUOJAME.
Šiauliai, tel. 8 610 26 654.

ŠIEMETINIS MEDUS
D. Pauliukevičienės bityno (Kairių sen., Žadžiūnai)
Vasaros medus 1 kg stiklainyje – 5,50 Eur, plastikiniame kibirėlyje – 5 Eur.
Pavasario medus 1 kg plastikiniame kibirėlyje – 4,50 Eur.
Perkant didelį kiekį, kainą deriname. Šiauliuose pristatome nemokamai.
Kontaktai:
Tel. +370 647 15 866
Bičių kaimo medus info@biciukaimas.lt

UAB „EMP recycling“
Šiaulių supirktuvėje
Nuklono g. 19
SUPERKA
katalizatorius, spalvotuosius metalus, seną buitinę techniką, akumuliatorius.
Tel. 8 682 59 765.
Nemokamai SURENKA seną buitinę techniką.
Tel. 1806.
Darbo laikas:
I–IV 8–17 val.,
V 8–15.45 val.
VI 9–13 val.
Pietų pertrauka:
12–12.45 val.
www.emp.lt

PARDUODAMAS GARAŽAS
Miesto centre parduodamas garažas su rūsiu ir palėpe.
Kaina 20 000 Eur.
Tel. +370 698 36 929.

SANTECHNIKAS MONTUOJU KIETOJO KURO KATILUS, ATLIEKU ĮVAIRIUS SANTECHNIKOS DARBUS, KEIČIU, RESTAUROJU ŠILDYMO, VANDENTIEKIO, KANALIZACIJOS SISTEMAS.
TEL. 8 637 52 482.

Perkame automobilius, gali būti nevažiuojantys. Sutvarkome dokumentus, pasimame patys.
Tel. 8 603 99 450

PREKIAUJAME NAUJA TELE-, VIDEO-, AUDIO- ir buitine technika.
Neturimą prekę užsakome ir atvežame per 1-2 d.
Mokamas siuntų pristatymas su DPD.
Parduodame ir išsimokėtinai, 0 proc. palūkanomis.
Akcija nuo 11.24-12.30 D.
DIRBAME IR SEKMADIENIAIS
Alytaus g. 53A, Šiauliai
www.judra.lt tel. 8 687 14 557

Superkame metalo laužą aukštomis kainomis, esant būtinybei pastatome konteinerius, išsivežame savo transportu.
Tel. 8 650 52 220.

etapius

Daugiau nei 20 metų patirtis
Plastikiniai-aliuminiai LANGAI, DURYS nuo 189 €
PAKELIAMIEJI GARAŽO VARTAI
Tel.: 8-616-46655, 8-640-22992
www.manonamukas.lt

Laukiame Jūsų „Laiptų galerijos“ renginiuose!

Gruodžio 8 d. 18 val. – tarptautinės kalėdinių miniatiūrų parodos-projekto JAU ATVAŽIUOJA ŠVENTA KALĖDA atidarymas: eiles skaitys aktorius Rolandas Kazlas. Lietuviškas kalėdines giesmes dovanos „Laiptų galerijos“ folkloro ansamblis „Salduvė“. Bilieto kaina – 10 Eur. Parodos dalyviams įėjimas nemokamas.

Gruodžio 10 d. 11-15 val. GERAS SEKMADIENIS ŠIAULIUOSE: tarptautinė kalėdinių miniatiūrų paroda „Jau atvažiuoja šventa Kalėda“ ir lankytojų simpatijas pelniusios miniatiūros rinkimai. Renginys nemokamas!

Gruodžio 14 d. 18 val. – Vytauto Tomaševičiaus tapybos parodos RAMYBĖ VIESULO AKY pristatymas. Parodą pristatys menotyrininkė dr. Dalia Karatajienė. Renginys nemokamas!

Gruodžio 17 d. 18 val. – Sauliaus Petreikio naujo albumo SAPNŲ VARTAI pristatymas. Bilietų kainos: 16,16–19,19 Eur. Bilietai www.kakava.lt.

Iki lapkričio 30 d. veikia tarptautinio dailės festivalio ŠIAULIŲ MONMARTRO RESPUBLIKA'23 plenero paroda JUODA-BALTA IR KITOS SPALVOS.

Iki gruodžio 10 d. veikia Elgos Grynvaldės (Elga Grīnvalde) tapybos paroda LABIRINTAS. Paroda skirta Latvijos nepriklausomybės dienai.

Renginiai vyks „Laiptų galerijoje“, Žemaitės g. 83, Šiauliai
Informacija apie bilietus ir kt. klausimais:
tel. (8 41) 200 642, el. p. julita.galdikiene@lauptai.com
ŠMKC „Laiptų galerija“

Kapų tvarkymas, akmenų gaminiai, paminklų gamyba, pamatų betonavimas, trinkelio klojimas, dekoravimas skaldele.
Tel. 8 609 16 323.

PAMINKLŲ, BORTELIŲ GAMYBA. DENGIMAS GRANITO PLOKŠTĖMS. PAMATŲ LIEJIMAS. TRINKELIŲ KLOJIMAS. KAPO UŽPYLIMAS SKALDELE. GRANITO IDĖKLAI URNOMS. PAMINKLŲ AIKŠTELĖS GAMINIAI SU NUOLAIDOMIS. VYKSTAME IR Į RAJONUS. PAMINKLŲ AIKŠTELĖ TILŽES G. 291A
WWW.PAMINKLAISIAULIUOSE.LT
TEL.: 8 651 61 310; 8 652 04 287.

PAMINKLAI
Atliekame visus kapaviečių tvarkymo darbus. Turint ilgametę patirtį darbus atliekame kokybiškai ir greitai.
Dirbame Šiauliuose ir Šiaulių rajone.
Tel. 8 696 43 506.

UAB „BŪSTKAITA“ Šiauliai
Mūsų teikiamos paslaugos:
* Krovimo paslaugos.
* Paveldėtų patalpų valymas.
* Apleistų rūšių valymas.
* Įvairių buitinių atliekų išvežimas: seni baldai, drabužiai, muzikos instrumentai ir kiti nenaudojami daiktai.
* NEMOKAMAI išvežame įvairų metalo laužą: radiatorius, vonias, vamzdžius, skardą, armatūrą ir kt.
* Griovimo darbai.
* Sutvarkome teritoriją.
* Statybinių atliekų išvežimas.
* Žolės pjovimas, mulčiavimas
* Sākų išvežimas ir smulkinimas vietoje.
* Apleistų sklypų tvarkymas, krūmynų pjovimas, šakų išvežimas.
Dirbame ir savaitgaliais.
Lapkričio mėnesį taikomos nuolaidos
iki 30 proc.
Tel. 8 646 18 718.

Pjaunu pavojingus medžius, augančius prie pastatų, geniu, pjaunu vaismedžius, išvežu šakas.
Tvarkau apleistus sklypus, raunu kelmus.
Dirbu ir savaitgaliais.
8 628 94 177
Deividas

um UTENOS MĖSA
SUPERKAME GALVIJUS
8 620 33544

AKCIJA iki -50%
BALKONŲ (tinka renovacijai) TERASŲ STIKLINIMAS PLASTIKINIAI LANGAI GARAŽO VARTAI
Tel. 8 659 05 977

BALDŲ GAMYBA
VIRTUVĖS BALDAI, SPINTOS IR KT. BALDAI
TEL. 8 617 30 770
www.arta.lt

ARTIMIAUSIOS PAŽINTINĖS KELIONĖS

12.02–03 Cinamonu ir meduoliais kvėpianti Kalėdų mugė Gdanske (2 d., 1 n.) – 165 Eur.
12.09–10 Romantiškoji kalėdinė Varšuva–Karališkasis Vilanovo šviesos sodas (2 d., 1 n.) – 189 Eur.
12.15–17 Kalėdinė mugė imperatoriškoje Vienoje (3 d., 2 n.) – 295 Eur.
12.16–17 Savaitgalis Taline ir Tartu, kur baltiška Kalėdų dvasia (2 d., 1 n.) – 155 Eur.
12.24–26 Kalėdinis Baltijos kruizas: Talinas–Stokholmas–Talinas (3 d., 2 n.) – 199 Eur.
12.29–01.02 Naujųjų metų sutikimas meilės mieste Veronoje (5 d., 4 n.) – 495 Eur.
12.30–01.01 Naujajametiniam kruizui Baltijos jūra: Talinas–Stokholmas–Limbažiai (3 d., 2 n.) – 284 Eur.
12.30–01.01 Naujųjų metų sutikimas karališkojoje Krokovoje (3 d., 2 n.) – 269 Eur.
12.30–01.01 Naujieji metai Žemutinės Silezijos sostinėje Vroclave (3 d., 2 n.) – 270 Eur.
12.31–01.01 Naujieji metai viduramžiais alsuojančiame Taline (2 d., 1 n.) – 180 Eur.
12.31–01.01 Naujųjų metų sutikimas Rygoje: Rundalės rūmai–Kugrėnų vėninė–Ryga–Jūrmala (2 d., 1 n.) – 159 Eur.
12.31–01.01 Naujųjų metų sutikimas Varšuvoje (2 d., 1 n.) – 199 Eur.
12.31–01.01 Puikus Naujųjų metų sutikimas pajūryje – Liepojoje (2 d., 1 n.) – 149 Eur.

ARTIMIAUSIĄ SAVAITGALĮ APLANKYKITE

12.02 Kalėdinis Rygos ir Ogrės žavesys, „SierStelle“ sūrių degustacija – 35 Eur.
12.02 Kalėdų stebuklo laukimas – gardus Kalėdų pyragas ir kalėdinių žaisliukų gamyba Raudondvarėje – 35 Eur.
12.02 Po Kelmės kraštą su žemaitiška vakaruška – 22 Eur.
12.02 Po Vidurio Lietuvą: Paberžė–kerintys Kėdainiai–išskirtinės Krakės – 28 Eur.
12.09 Kalėdinių eglučių kelias: Klaipėda–Palanga–Kretinga–Plungė–Telšiai – 33 Eur.
12.10 Po „Pasaulio bamba“ Šiaulius, didžiausią kosminį Kalėdų festivalį–Kalėdų kosminę stotį Pakruojo dvare – 25 Eur.

IŠVYKOS | TEATRAI

12.10 Kaunas. Muzikiniame teatre operetė „Šikšnosparnis“. Kelionės su bilietu kaina – 53 Eur.
12.31 Naujieji metai Palangoje „Queen Show“ – žiemos švenčių ugnis (bilieto kaina 35 Eur). Kelionės kaina – 35 Eur.
2024.01.14 Ryga. Operos teatre baletas „Spragtukas“ ir „Cosmos“ iliuzijų muziejus. Kelionės su bilietu kaina – 50 Eur.
2024.02.04 Baletas „Žydrasis Dunojus“ Rygoje ir ledo skulptūrų festivalis Jelgavoje. Kelionės su bilietu kaina – 50 Eur.
2024.02.25 Kaunas ir Muzikiniame teatre jausmingas miuziklas – „Aida“. Kelionės su bilietu kaina – 55 Eur.
2024.03.17 Bundanti gamta Rundalės rūmuose ir baletas „Miegantioji gražuolė“. Kelionės su bilietu kaina – 50 Eur.
2024.03.24 Ryga ir magiškas P. Čaikovskio baletas „Gulbių ežeras“. Kelionės su bilietu kaina – 50 Eur.
2024.04.21 Pavasaris Kaune ir Muzikiniame teatre operetė „Balius Savojoje“. Kelionės su bilietu kaina – 55 Eur.

INFORMACIJA IR REGISTRACIJA | KELIONES IR EKSKURSIJAS:
VILNIAUS G. 206, ŠIAULIAI, ARBA TEL.: 8 601 97 003, 8 670 88 723, 8 696 84 064, KELIONĖS KOLEKTYVAMS TEL.: 8 698 07 197, 8 618 46 466. AUTOBUSŲ SU VAIRUOTOJU NUOMA TEL. 8 648 41 044.
KELIONIŲ APRAŠYMAI: WWW.TRAVELCENTRE.LT.

PRANEŠIMAS BENDRATURČIAMS DĖL PARDUODAMO TURTO

Valstybės įmonė Turto bankas (įm. k. 112021042, Kęstučio g. 45, LT-08124 Vilnius) viešame elektroniniame aukcione parduoda valstybei nuosavybės teise priklausantį nekilnojamojį turtą: 67/100 dalys bendro ploto 91,70 kv. m gyvenamojo namo 1A12, un. Nr. 2994-6003-4014; ūkinis pastatas 211m, un. Nr. 2994-6003-4028, užstatytas plotas 6,00 kv. m; ūkinis pastatas 311m, un. Nr. 2994-6003-4030, užstatytas plotas 17,00 kv. m; ūkinis pastatas 411m, un. Nr. 2994-6003-4041, užstatytas plotas 4,00 kv. m; ūkinis pastatas 511m, un. Nr. 2994-6003-4052, užstatytas plotas 8,00 kv. m; ūkinis pastatas 711m, un. Nr. 2994-6003-4063, užstatytas plotas 25,00 kv. m; 67/100 dalys kiemo statinių (šulinys h=7 m, lauko tualetas, tvora L=133,55 m), un. Nr. 2994-6003-4074; 898/1500 dalys ploto 0,1500 ha žemės sklypo, un. Nr. 4400-0760-4499, Šiauliai, Ragainės g. 73B. Kitos aukciono sąlygos: nekilnojamoji turtas yra parduodamas esamos fizinės ir funkcinės būklės bei pagal esamus nekilnojamojo turto kadastro duomenis. VĮ Turto bankas neįsipareigoja nustatyti aktualios nekilnojamojo turto kadastro duomenų būklės, iškraustyti jame esančių daiktų. Žemės sklypo patikėtiniai nėra sudarę susitarimų dėl naudojimosi žemės sklypo dalimis tvarkos. Sudarytas 1992-07-01 bendraturčių susitarimas Nr. 1345 dėl naudojimosi bendros dalinės nuosavybės turto tvarkos. Gyvenamasis namas 1A12 yra fiziškai pažeistas. Ūkiniai pastatai 211m, 311m, 411m, 511m yra sunykę. Ūkinis pastatas 711m yra fiziškai pažeistas. 2005.12.13 Apskritis viršininko įsakyme Nr.V-4579 numatyti papildomi žemės sklypo apribojimai: A1 (statoma pagal statybos normas ir taisykles, žemės kasimo darbams būtina turėti nustatytą tvarka suderintus projekto dokumentus ir leidimą darbus vykdyti). VĮ Turto bankas akcentuoja, kad vienas iš inžinerinių statinių (lauko tualetas), unikalus Nr. 2994-6003-4074, neatitinka jo įrengimui ir eksploatavimui taikomų teisės aktų reikalavimų. Potencialus Aukciono dalyvis turi išnagrinėti visas su tokios būklės statinio pirkimu susijusias teises bei ekonomines rizikas. Šiuo tikslu potencialiam Aukciono dalyviui rekomenduojama iki Aukciono dienos savarankiškai atlikti šio statinio apžiūrą vietoje, surinkti informaciją apie galimybes jį tinkamai įrengti ar nugriauti, galimus kaštus. VĮ Turto bankas neatsako už jokių nuostolių dėl šio statinio trūkumų, įskaitant bet neapsinbuojant, galinčių kilti dėl jo neatitikimo statybos, aplinkos apsaugos ir (ar) kitiems teisės aktų reikalavimams, tinkamumo naudoti tam tikrai paskirčiai, bet kokio privalomo leidimo nebuvimo. Pradinė pardavimo kaina 6444 EUR, iš jos nekilnojamojo turto kaina 4359 EUR, žemės sklypo kaina 2085 EUR. Kainos didinimo intervalas 100 EUR. Dalyvio registravimo mokestis 30 EUR. Garantinis įnašas 644 EUR. Aukciono dalyvių registracijos į elektroninį aukcioną pradžia ir pabaiga (data ir laikas): 2023-12-04 00 val. 00 min. 00 sek. – 2023-12-06 23 val. 59 min. 59 sek. Elektroninio aukciono pradžia (data ir laikas): 2023-12-11 9 val. 00 min. 00 sek. Aukcionas vykdomas informacinių technologijų priemonėmis interneto svetainėje www.evarzytynes.lt (registracija į aukcioną vykdoma elektroniniu būdu), vadovaujantis Lietuvos Respublikos valstybės ir savivaldybių turto valdymo, naudojimo ir disponavimo juo įstatymo 21 straipsniu bei 2014 m. spalio 28 d. Vyriausybės nutarimu Nr. 1178 „Dėl valstybės ir savivaldybių nekilnojamojį daiktų pardavimo viešame aukcione tvarkos aprašo patvirtinimo“. Nekilnojamojo turto pirkimo-pardavimo sutartis su aukciono laimėtoju turi būti sudaryta per 30 dienų nuo pardavimo aukcione vykdymo dienos, o visa nekilnojamojo turto kaina sumokėta ne vėliau kaip per 10 dienų po nekilnojamojo turto pirkimo-pardavimo sutarties pasirašymo. Pirkimo – pardavimo sutartys nuo 2023 m. gegužės 3 d. iki 2024 m. gegužės 2 d. nebus sudaromos su aukcioną laimėjusiais asmenimis, kurie pagal Lietuvos Respublikos ribojamųjų priemonių dėl karinės agresijos prieš Ukrainą nustatymo įstatymą neturi teisės įsigyti nuosavybės teise nekilnojamojį turtą, esantį Lietuvos Respublikos teritorijoje. Vadovaujantis Civilinio kodekso 4.79 str., parduodamo Turto bendraturčiai kviečiami dalyvauti viešame aukcione. Jeigu Jūs nedalyvausite viešame aukcione arba Jūsų pasiūlyta kaina iš visų aukciono dalyvių nebus didžiausia, Turtas bus parduotas viešo aukciono laimėtoji, pasiūliusiai didžiausią kainą. Informaciją apie parduodamą turtą, jo apžiūrą, pirkimo-pardavimo sutarčių projektus teikia Pardavimų projektų vadovė Indrė Staniulienė, mob. 8 614 36 202, el. p. indre.staniuliene@turtas.lt. Daugiau informacijos www.turtas.lt.

Kitos savaitės astrologinė prognozė

AVINAMS savaitės pradžioje tikėtinos šiek tiek tokios bendravimo ir logistikos problemos. Seksas įgyvendinti teisingus siekius, todėl nustebsite, jei koks nors slidus reikalas nepavyks. Komercinius sandorius sudarinėkite itin apdairiai. Saugokitės sukčių ir venkite svaigalų. Atsargiai kelyje. Nuo savaitės vidurio prioritetą teiksime šeimai, namams. Seksas gerinti gyvenimo sąlygas. Savaitgalį pralinksmėsite. Net jei kišenėse švilpauja vėjai, rasite kuo pasidžiaugti. Jeigu tik panorėsite, žinoma. Galite pajusti kūrybinį įkvėpimą.

JAUČIAI savaitės pradžioje išleis pinigų mokesčiams, grožio procedūroms, naudingiems daiktams, šventinei atributikai arba partnerių užgaidoms. Gali būti, kad ir patys sėkmingai prekiausite bei neblogai užsidirbsite. Savaitės viduryje suaktyvės kontaktai su giminačiais, kaimynais ir pažįstamais. Galite išgirsti įdomių pasiūlymų. Tikty bendrauti su žinia sklauda, rašyti, reklamuotis. Deja, dideli savaitgalio planai gali subliūkti dėl netikėto pokyčio. Visgi gerai jausitės ir namuose su šeima. Gali atvykti svečias iš toli.

DVYNIAMS savaitės pradžioje situacija gali būti įdomi, tačiau įtempta dėl konkurencijos, aršaus oponavimo. Gali apvilti žmogus, iš kurio daug tikėjotės. Regis, jis arba jūs paisysite tik savo nuomonės bei interesų. Nerizikuokite savo reputacija. Apie kitus asmenis mažiau kalbėkite, neregizikuokite. Savaitės viduryje galite siekti įgyvendinti materialinius tikslus bei šiek tiek pasilepinti žemiškais malonumais. Savaitgalį tikriausiai išleisite per daug pinigų daiktams, kurių kokybė ar vertė nebūtinai yra pagirtina.

VĖZIAI savaitės pradžioje bus lengvai pažeidžiami, todėl reikia saugotis pervargimo ir infekcijų. Dėl savo patiklumo galite nepastebėti užkulisių klaidų ir intrigų. Mažiau kalbėkite, daugiau stebėkite. Savaitės viduryje palanku spręsti problemas, susijusias su darbu, sutarčių pasirašymu. Kai kurie kontaktai jus turėtų nudžiuginti. Pajusite, kad esate vertinami. Savaitės pabaigoje teks pasirinkti prioritetus – kam skirti daugiausia dėmesio ir ką iš norimų daiktų įsigyti. Viso negalite, todėl gebėkite riboti nebūtinus poreikius.

LIŪTAI savaitės pradžioje asmenines, šeimos problemas pirmiausia turėtų spręsti patys, neveddami į jas draugų ir kitų žmonių. Saugokitės sukčių, užsisakinėdami prekes, investuodami ir pan. Labai atsakingai prižiūrėkite vaikus, nes bus didesnė traumų grėsmė. Nuo savaitės vidurio nelabai norėsite bendrauti, nors ir būsite pastebimi viešumoje. Konfidenciali informacija gali kažkuo pasitarnauti. Artėjant savaitgaliiui, daugės ūpo tvarkytis, bendrauti, pramogauti. Gali kilti ginčų dėl pasirenkamų prekių ir paslaugų.

MERGELĖMS savaitės pradžioje bus kupina darbų. Gana lengva apsigauti, pasiduoti netikusiai pagundai, viešai apsijuokti ir pan. Stipri supratimo, palaikymo tiek iš kolegų, tiek iš artimųjų. Nesivelkite į intrigas. Savaitės viduryje su geru kolektyvu, draugiška komanda seksis darbuotis, sportuoti ar ką nors organizuoti. Gali būti, kad vyksite į renginį. Savaitės pabaigoje jausitės ne taip gerai, kad pavyktų realizuoti suplanuotus savaitgalio planus. Itin tausokite sveikatą. Į šeimos narių poreikius atsižvelkite, tačiau ne per didelė kaina.

SVARSTYKLĖMS savaitės pradžioje aktualūs bus su mokslu, teisėtvarka, kultūra, užsieniu susiję reikalai. Tikėtina, jog gausite žinią, kuri privers nerimauti. Nelengva bus apsispręsti, jei gausite pasiūlymą keisti darbą, leistis į kelionę. Apdairiai elkitės su technika bei kelyje. Savaitės viduryje turėsite daug darbo ir stengsitės jį laiku užbaigti. Tikėtina, kad pavyks pasipelnyti iš papildomos veiklos. Regis, savaitgalį daug dėmesio skirsite draugams, socialiniams tinklams. Tuo galite nuvilti artimuosius, kurie tikisi bendrų pramogų.

SKORPIONŲ savaitės pradžioje verslo partneris arba klientas reikalaus paramos, garantijų arba atsiskaitymų. Regis, atrodysite praradę finansinės realybės jausmą. Verčiau kol kas internete neužsisakinėkite prekių. Jeigu nesate sutvarkę finansinių reikalų, gražinę skolų, užgrius rūpesčiai. Savaitės viduryje tikėtini kontaktai su plataus akiračio žmonėmis. Jums gali atsiverti neblogos perspektyvos. Šį savaitgalį turėsite darbo arba ūpo darbuotis. Jei nelabai paisysite artimo žmogaus interesų, galite išprovokuoti neįdomių nekalbadienių.

ŠAULIUS savaitės pradžioje gali apvilti žmonės, su kuriais dėl kažko svarbaus susitarė. Galbūt staiga pasijusite priklausomi nuo nesuprantamų įtakų, priešiškių jėgų. Saugokitės agresijos, ugnies, dujų nuotėkių, venkite svaigalų. Mielai bendrausite tik su tais, kurie maloniai elgiasi, flirtuoja. Savaitės viduryje gali susidaryti galimybės naujems vėjams, praturtėjimui finansine ar kitokia prasme. Artėjant savaitgaliiui, parūps išvykos, tarptautiniai renginiai. Ne itin norėsis rutininio tvarkymosi ir prieššventinių apsipirkimų.

ŪZIARAGIAI savaitės pradžioje vikriai sėkmingai įprastiniame darbe verpete, tačiau dėl aktualių reikalų gali susikirsti jų ir kitų žmonių interesai. Regis, būsite susirūpinę savo ar artimo žmogaus, augintinio problema, negalavimu ir pan. Atsargiai kelyje. Savaitės antroje pusėje geriau seksis bendrauti, tartis. Aplinkybės klostysis taip, kad gali atsiverti jūsų akys. Galbūt pasireikšite kaip geri tarpininkai, konsultantai. Savaitgalį galite neišvengti spaudimo išlaidauti. Pasitelkite kantrybę, būkite atlaidesni kitų silpnybėms, pagundoms.

VANDENIAMS šios savaitės pradžioje neabejotinai rūpės draugų, mylimų žmonių ir vaikų poreikiai bei interesai. Galbūt jie tiesiog privers atkreipti į juos dėmesį tam tikrais savo poelgiais. Kūrybinio darbo atstovus aplankys įkvėpimas. Kita vertus, aplinkybės bus stipresnės už jūsų norus ir valią. Pasistenkite neprarasti to, ką turite. Savaitės viduryje nebloggerai klostysis reikalai darbe ar mėginant įsidarbinti. Pravartu labiau pasirūpinti gyvūnais, jei jų turite. Savaitgalį leiskite ir kitiems pasakyti, ką jie galvoja, ko norėtų.

ŽUVYS savaitės pradžioje stokos optimizmo, susivaldymo ir takto. Ir kiti, ir jūs būsite linkę kritikuoti, priekaištauti. Pasisaugokite sukčių, infekcijų bei traumų. Svaigalai gali itin pakenkti. Kai kurios jūsų nuojautos ir baimės gali būti ne be pagrindo. Savaitės viduryje pradės geriau sektis meilės reikalai, kūrybinė ar visuomeninė veikla. Galvosite, planuosite būsimus šventinius renginius, dovanas. Galite užsisakyti kelionę. Savaitgalį turėtumėte daug nuveikti. Regis, skirsite lėšų sveikatos ir grožio profilaktikai.

Jeį manai, kad tavo sveikata – tai tik fizinio kūno reikalas, žvelk giliau!

Nuo vaikystės buvusi itin jautri, augusi aplinkoje, kurioje suaugusieji nebuvo linkę rodyti šiltų jausmų, buvo labai užimti, turėjo ir savų sunkumų, problemų, kurių nespėdė, psichikos sveikatos iniciatyvos „Žvelk giliau“ ambasadorė Diana atvirauja: „Svarstydam apie ateitį, tikėjau, kad gyvenis visai kitaip nei tėvai.“ Deja, ne viskas klostėsi paprastai.

Ji jauna sukūrė šeimą, kuri greitai iširo, nesėkminga buvo ir antroji moters santuoka. Skyrybų procesas buvo itin skausmingas, kėlė daug negatyvių jausmų ir jautriai asmenybei tapo dideliu iššūkiu. „Jaučiausi labai blogai, išgyvenau jau antras skyrybas, tad kaltinau save, kad tai aš kažką dariau ne taip, – mintimis į sudėtingą laikotarpį grįžta moteris, – jaučiau ir itin kritišką aplinkos požiūrį, dėl to prasidėjo nuolatinės savigrauzės, nerimo etapas, patyriau ir panikos atakų. Buvo ir naktį šokinėjimo iš lovos, buvo dienų, kai negalėjau pakilti iš lovos, jaučiausi apatiška viskam.“ Jos manymu, situaciją gerokai apsunkino ir tai, kad tuo metu vaikai buvo paauglystės laikotarpyje, reikėjo jais pasirūpinti ne tik materialiai, bet ir skirti daug emocinio dėmesio, kurio tuo metu ji, pati būdama labai sudėtingoje psichologinėje situacijoje, nelabai galėjo duoti.

Kai kalba pasisuka apie pagalbos paiešką, moteris teigia nuėjusi nelengvą kelią. Diana pradžioje bandė įvairiausių būdų padėti sau – skaitė straipsnių, knygų, lankė seminarus, tačiau ilgainiui vis tik brenė sprendimas kreiptis į specialistą, nes darėsi sudėtinga susidoroti ne tik su savo, bet ir paauglei dukrai tuo metu kilusiais psichologiniais iššūkiais. Sunkumus ji bandė spręsti kreipdamasi į Pedagoginę-psichologinę tarnybą, vaiko teisių specialistus, mokyklų socialinius pedagogus. „Iš pradžių jutau, kad tos tarnybos apipintos legendomis, stigmatizuojamos, ir mane šiek tiek gąsdino, bet vėliau supratau, kad jose dirba puikūs specialistai, tad iš patirties sakau, kad su jais konsultuoti tėvams naudinga bei reikalinga“, – tikina Diana. Pasak moters, jai pako išsprusimo, psichologinio raštingumo, tad nebuvo sunku kreiptis į psichikos sveikatos specialistą, tačiau pirmas bandymas greitai ir efektyviai gauti pagalbos ją smarkiai nuvylė, mat, būdama veiksmo žmogus, moteris buvo pratusi problemas išspręsti vienu ypu: „Sprendimo norėjau čia ir dabar“, – sako Diana, kuriai reikėjo pripažinti ir suprasti, kad gijimo procesas ilgas, reikalaujantis resursų. Teko kurį laiką ir būti nedirbingai, pakeisti psichologą, kol rado sau tinkamą. Pastangos pasiteisino ir dabar moteris jaučiasi psichologiškai sustiprėjusi, todėl, ambasadoriaudama „Žvelk giliau“ iniciatyvoje, nori padrasinti kitus panašioje situacijoje atsідurusius žmones: su pagalba įmanoma save pamilti, nustoti save kaltinti, teisti, pradėti save įvertinti ir priimti su unikaliais savo ypatumais. Šiuo metu Diana gyvena įvairios veiklos pilną gyvenimą. Be to, kad dirba atsakingą darbą, moteris dalyvauja bažnytinio choro „Džiaugsmas“ veikloje, didžiuojasi važinėjanti po koncertus ir skleidžianti žmonėms džiaugsmą, kas jai irgi tapo puikia terapijos forma. Diana savanoriauja ir Lietuvos Raudonojo Kryžiaus organizacijoje. Pastaruoju metu jai visai nebloggerai sekasi susidoroti su depresijos ir nerimo simptomais, tik darbe patiriamas stresas vis provokuoja emocinio valgyimo epizodus, kai kasdienės problemos buityje, stresinės situacijos darbe ar kilę neigiami jausmai verčia valgyti viską iš eilės. Su šiais psichologiniais sunkumais moteris vis dar tvarkosi: lankosi pas psichologus, dalyvau-



D. Jankauskienės asmeninio archyvo nuotr.

ja įvairiuose psichologų ir psichoterapeutų vedamuose mokymuose ir seminaruose. Ji supranta, kad tai ilgai trunkantis procesas, kuriam reikalingos ir žinios, ir ištvermė, ir gebėjimas taikyti tam tikrus metodus.

„Kaip psichikos sveikatos ambasadorė, man svarbu dalytis savo istorija, kad žmonės labiau atpažintų savo problemas, skausmą, nerimą ir nebijotų apie tai papasakoti ne tik savo artimiesiems, bet ir kreiptis į gydytoją, galėtų drąsiai apie tai pasikalbėti su darbdaviu. Manau, kad kaip fizinė sveikata yra svarbi, taip turėtų būti ir psichologinė, nes nuo to priklauso, kaip žmogus jaučiasi, kaip gyvena, kiek jis pasiekia, ką duos visuomenei ir kiek pasiims sau“, – ambasadorystės idėja dalijasi Diana.

Antrindama ambasadorė, Žmogiškųjų išteklių stebėsenos ir plėtros biuro vykdomame projekte dirbanti „Žvelk giliau“ iniciatyvos koordinatorė Asta

Ivoškienė taip pat ragina į savo sveikatą žvelgti kaip į visumą bei nenuvertinti psichikos sveikatos specialistų – psichologų, psichiatrų, psichoterapeutų pagalbą, tad turime jas keisti.“ Ji sutinka, kad yra savi-pagalbos būdų, tačiau skatina nelaukti, kol emociniai sunkumai taps nebepakeičiamais, ir kreiptis pagalbos anksčiau, kol jie neužsitęsė ir neišsivystė į tikrai sudėtingas psichikos sveikatos būkles. A. Ivoškienė primena, kad apie Šiaulių mieste teikiamas nemokamas (kai kuriais atvejais ir anonimos) psichologinės pagalbos paslaugas galima sužinoti Šiaulių miesto visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.sveikatos-biuras.lt.

Kalbino Asta Ivoškienė

Splus

Išbandyk „Plius.TV“ programėlę
savo televizoriuje **nemokamai!**



Žiūrėk filmą kada tau patogiu!

Net iki 14 dienų archyvas

Tel. 19955, www.splus.lt