

Tarp svajonės ir atsakomybės: kaip mėgėjų lyga tapo Marijampolės krepšinio širdimi



MKML socialinių tinklų nuotr.

► Šiomet Marijampolės krepšinio mėgėjų lyga (MKML) mini 15 metų jubiliejų.

Šiomet Marijampolės krepšinio mėgėjų lyga (MKML) mini 15 metų jubiliejų. Per pusantro dešimtmečio ši iniciatyva iš entuziastingos idėjos išaugo į reikšmingą regiono sporto reiškinių, sugebėjusį suburti bendruomenę, užauginti naujas kartas ir net kai kurioms komandoms tapti tramplinu į aukštesnes šalies lygas. MKML įkūrėjas ir vadovas Deividas Jurkša šiandien apie lygą kalba ne kaip apie projektą, o kaip apie savo gyvenimo dalį – „kūdiki“, kuriam atiduota širdis, laikas ir begalė bemiegių naktų.

Vaida MASAITIENĖ

MKML pradžia siekia 2011 metų pavasarį, kai po Marijampolės miesto lygos finalų D. Jurkšai buvo pasiūlyta įkurti privačią, profesionalesnę lygą. Tuo metu jis dirbo moterų krepšinio klube BC „Sūduva“, tačiau papildomos atsakomybės neišgąsdino – priešingai, tapo iššūkiu.

Ilgų svarstymų nebuvo. Sprendimas buvo greitas, o pirmasis turnyras – ambicingas. Atidarymo ceremonijoje žaidėjai žygiavo paskui šokėjas, nešančias medines lenteles su komandų pavadinimais. Šiandien

jos saugomos kaip simbolis to, nuo ko viskas prasidėjo. D. Jurkša pasakoja, kad, žvelgiant iš šiandieninės perspektyvos, rodos, sprendimai buvo paprasti, bet tuo metu tai atrodė įspūdingai.

„Per 15 metų technologijos spurtas neapsakomas žodžiais ir tuomet buvę dideli dalykai dabar atrodo tokie maži. Bet, iš tikrųjų, tuo metu tai buvo įspūdinga, o šiandien tiesiog sentimentalų. Kadangi šiemet MKML mini 15 metų sukaktį, planuojame ta progą suorganizuoti išskirtinį renginį, kurio metu prisiminsime tam tikras istori-

jos detales“, – sako MKML įkūrėjas.

Nors pradinis planas buvo surengti penkis sezonus ir gražiai užversti puslapį, penkeri metai virto dešimčia, o šie – penkiolika. Dabar jau svarstoma ir apie dvidešimtąjį sezoną.

Nuo miesto lygos iki regiono traukos centro

Per 15 metų MKML keitėsi – augo organizacinė prasme, stiprėjo komunikacija, plėtėsi geografija. Lygoje rungtyniavo ne tik Marijampolės, bet ir Liudvinavo, Kalvarijos, Sasnavos ir kitos komandos. Kai kurios ekipos MKML pa-

vertė tramplinu į aukštesnį lygį. Vilkaviškio „Perlas“ tapo NKL vicečempionais, Kazlų Rūdos „Ataka“ iškovojo RKL bronzą, o Lazdijų „Briedis“ sėkmingai rungtyniauja RKL pirmenybėse. Tai, pasak D. Jurkšos, geriausias įrodymas, kad mėgėjų lyga gali būti rimta sportinė platforma.

Vis dėlto bėgant metams iššūkių tik daugėjo. Jei pradžioje komandos pačios prašydavosi priimamos, vėliau jas teko kviešti, o šiemet net padėti suformuoti dvi ekipas, kad lyga išliktų įvairi ir gyvybinga.

Pilnos salės ir netikėti šou elementai

MKML visada siekė būti daugiau nei tik rungtynės. Per sezonus čia vyko žvaigždžių dienos, taurės turnyrai, forumai, protmūšiai. Finalai tapo trijų dienų švente, į kurią susirenka daugiau nei 2 tūkst. dalyvių. Salėje važinėjo motociklai, šoko Kauno „Žalgirio“ ir „Vilniaus Ryto“ palaikymo komandos šokėjos, koncertavo įvairūs atlikėjai, renginius vedė žinomi veidai. Reportažus rengė net legendinis žurnalistas Vidas Mačiulis.

„Didžiausia laimė – įžengti į salę ir pamatyti pilnas tribūnas“, – yra sakęs D. Jurkša.

► Nukelta į 3 p.



MKML socialinių tinklų nuotr.

► Per 15 metų lygoje įvyko daug įspūdingų ir sirgalių atmintyse įsirežusių akimirkų.

Šiame numeryje skaitykite:

Marijampolės taryba patvirtino vaikų skaičių klasėse ir grupėse, pritarė dėl humanitarinės pagalbos Ukrainai

Marijampolės savivaldybės tarybos posėdyje buvo patvirtinta 2026 metų užimtumo didinimo programa, kurios fokusuotėje – siekis padėti pažeidžiamoms grupėms sugrįžti į darbo rinką.

Taip pat patvirtintas švietimo įstaigų priešmokyklinio ugdymo grupių ir klasių komplektų skaičius.

► 2 p.

Darbo kodekso pokyčiai: stiprinama darbuotojų apsauga ir kolektyviniai darbo santykiai

Vyriausybė pritarė Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos parengtiems Darbo kodekso pakeitimams. Siūloma stiprinti darbuotojų ir jų atstovų teises, skatinti kolektyvinių sutarčių sudarymą, lanksčiau reguliuoti individualius darbo santykius, aiškiau reglamentuoti darbo apmokėjimo bei kolektyvinių ginčų sprendimo tvarką.

► 2 p.

Eismo įvykių statistika Marijampolės apskrityje: žūčių skaičius mažėja, bet neblaivūs vairuotojai vis dar kelia grėsmę

Kelių eismo situacija Marijampolės apskrityje išlieka stabili, tačiau pavojai neišnyksta. Per pastaruosius metus bendras eismo įvykių skaičius beveik nepasikeitė, o pagrindinės avarijų priežastys išliko tos pačios.

► 5 p.

Vaistinininkai: ar tikrai peršalimą galima „išvaryti per pėdas“?

► 6 p.



Internetinis
portalas



Marijampolės taryba patvirtino vaikų skaičių klasėse ir grupėse, pritarė dėl humanitarinės pagalbos Ukrainai

Marijampolės savivaldybės tarybos posėdyje buvo patvirtinta 2026 metų užimtumo didinimo programa, kurios fokusuotėje – siekis padėti pažeidžiamoms grupėms sugrįžti į darbo rinką. Taip pat patvirtintas švietimo įstaigų priešmokyklinio ugdymo grupių ir klasių komplektų skaičius. Svarbu pabrėžti, kad savivaldybė tęsia humanitarinę paramą Ukrainai, o „Marijampolės autobusų parkas“ rengia projektą, kurio įgyvendinimo metu planuojama atnaujinti viešojo transporto parką elektriniais autobusais.

Vaida MASAITIENĖ

Marijampolės savivaldybės taryba patvirtino 2026 metų Užimtumo didinimo programą, orientuotą į pažeidžiamų gyventojų grupių integraciją į darbo rinką, ilgalaikio nedarbo ir socialinės atskirties mažinimą. Ši priemonė suteiks galimybę bedarbiams ne tik laikinai įsidarbinti, bet ir atkurti darbinį įgūdžių,

įgyti patirties bei sustiprinti motyvą sugrįžti į aktyvų profesinį gyvenimą.

Planuojama, kad 2026 metais pagal programą bus įdarbinta iki 107 tikslinių grupių asmenų, o kompleksinės paslaugos pasieks iki 70 darbo rinkai besirengiančių gyventojų. Tikimasi, jog praėjus pusmečiui po dalyvavimo programoje ne mažiau kaip 15 proc. dalyvių dirbs arba vykdys savarankišką veiklą. Progra-



Redakcijos nuotr.

mos įgyvendinimui skirta 662 tūkst. eurų: 162 tūkst. eurų sudaro valstybės biudžeto specialioji tikslinė dotacija, 500 tūkst. eurų – savivaldybės lėšos. Programa ypač svarbi ilgalaikiams bedarbiams ir socialinę riziką patiriantiems gyventojams, kuriems sugrįžimas į darbo rinką neretai tampa sudėtingu iššūkiu.

Taryba taip pat patvirtino švietimo įstaigų priešmokyklinio ugdymo grupių ir klasių komplektų skaičių 2026–2027 mokslo metams. Naujai formuojamose pirmosiose klasėse vaikų skaičius išlieka toks pat – iki 22 mokinių, penktosiose ir devintosiose – iki 28, paskutinių klasių moksleivių skaičius klasėje – iki 30 mokinių.

Priimtas ir sprendimas perduoti humanitarinę pagalbą Ukrainos Užkarpatės srities Rachivo rajono Jasinės gyvenvietės tarybai – šešias transporto priemones, tarp jų tris mokyklinius autobusus bei tris lengvuosius automobilius ir vieną mikroautobusą. Jie bus naudojami humanitarinei pagalbai gabenti

ir gyventojų evakuacijai. Nors transporto priemonės yra nusidėvėjusios, jos vis dar tinkamos eksploatuoti ir prisidės prie būtiniausių paslaugų užtikrinimo vietos bendruomenėje.

Be to, pritarta projekto „Miesto ir priemiesčio viešojo transporto priemonių parko atnaujinimas“ rengimui ir įgyvendinimui. Jo metu planuojama įsigyti 11 elektrinių autobusų: 4 mažesnės talpos (po 25 sėdimas vietas) ir 7 vidutinės talpos (po 35 sėdimas vietas). Projektas bus finansuojamas Europos regioninės plėtros fondo bei UAB „Marijampolės autobusų parkas“ lėšomis, o bendra jo vertė siekia 5,4 mln. eurų. Įsigijus elektrinius autobusus bus mažinama oro tarša, triukšmo lygis mieste bei eksploatacinės išlaidos ilgalaikėje perspektyvoje. Tai reikšmingas žingsnis tvaresnės ir aplinkai draugiškesnės miesto infrastruktūros link.

Darbo kodekso pokyčiai: stiprinama darbuotojų apsauga ir kolektyviniai darbo santykiai

Vyriausybė pritarė Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos parengtiems Darbo kodekso pakeitimams. Siūloma stiprinti darbuotojų ir jų atstovų teises, skatinti kolektyvinių sutarčių sudarymą, lanksčiau reguliuoti individualius darbo santykius, aiškiau reglamentuoti darbo apmokėjimo bei kolektyvinių ginčų sprendimo tvarką. Pakeitimams dar turės pritarti Seimas.

Greta PAULEVIČIŪTĖ

Vyriausybė pritarė Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos parengtiems Darbo kodekso pakeitimams, kuriais siekiama aiškesnio ir teisingesnio darbo santykių reglamentavimo, kolektyvinių santykių stiprinimo bei efektyvesnio streikų reguliavimo.

„Darbo kodekso pakeitimų, iš tikrųjų, yra nemažai. Siekiama kelių tikslų. Vienas iš jų – įgyvendinti Vyriausybės programą ir jos priemones, taip pat atsižvelgti į socialinių partnerių susitarimus“, – sako darbo teisės grupės vadovė Vita Baliukevičienė.

Daugiau galimybių kolektyvinėms sutartims

Vienas svarbiausių pakeitimų – daugiau lankstumo kolektyvinėse sutartyse, suteikiant galimybę susitarti kitaip, negu nu-

mato teisės aktai.

Numatoma, kad kolektyvinėse sutartyse būtų galima nustatyti trumpesnę terminą pasinaudoti kasmetinėmis atostogomis bei numatyti kompensacijas už dalį nepanaudotų atostogų.

Taip pat darbdaviai privalėtų tenkinti tam tikrų darbuotojų prašymus dirbti nuotoliu, jeigu tai leidžia darbo pobūdis.

Siūloma plėsti ir kolektyvinių sutarčių aprėptį – būtų galima susitarti, kad tam tikros šakos, pavyzdžiui, teritorinio ar nacionalinio lygmens kolektyvinių sutarčių nuostatos būtų taikomos ne tik profesinių sąjungų nariams, bet ir visiems toje šakoje, teritorijoje ar visoje šalyje dirbantiems darbuotojams.

Lankstesnės sąlygos daugiau uždirbantiems

Jei darbuotojo atlyginimas siekia bent du vidutinius darbo užmokesčius, būtų leidžiama lanksčiau



► Keičiamas ir streikų reguliavimas. Įspėjamasis streikas galėtų trukti iki keturių valandų. Po streiko tris mėnesius negalėtų būti bloginamos streikavusių darbuotojų darbo sąlygos.

susitarti dėl kai kurių darbo sutarties sąlygų. Tokiems darbuotojams siūloma leisti taikyti iki šešių mėnesių išbandymo terminą.

Paprastesnė streikų tvarka

Keičiamas ir streikų reguliavimas. Įspėjamasis streikas galėtų trukti iki keturių valandų. Po streiko tris mėnesius negalėtų būti bloginamos streikavusių darbuotojų darbo sąlygos.

Taip pat skelbiant streiką nebereikėtų pateikti balsavimo dokumentų, užtektų nurodyti pritarusių darbuotojų skaičių.

„Lietuvoje mažai streikų, nes streiko paskelbimo procedūra sudėtinga ir

ilga. Mūsų tikslas nėra, kad streikų būtų daugiau, tačiau streikas yra priemonė, kuri darbuotojams suteikia daugiau galimybių derėtis su darbdaviu. Galimybė paskelbti streiką motyvuoja darbdavius eiti į kolektyvines derybas“, – teigia specialistė.

Didesni delspinigiai ir aiškesnė atsiskaitymo tvarka

Dar vienas darbuotojams aktualus pokytis – padidėję delspinigiai už laiku neišmokėtą atlyginimą. Jie būtų skaičiuojami pagal vartotojų kainų indeksą, padaugintą iš penkių.

„Kadangi labai didelė dalis darbo ginčų bylų

yra susijusios su darbo užmokesčio nemokėjimu, siūloma delspinigių dydį padidinti penkis kartus“, – pabrėžia darbo teisės grupės vadovė.

Trumpinant darbo laiką prieš šventes viena valanda, už ją būtų mokamas atlyginimas. Taip pat numatyta aiškesnė atsiskaitymo tvarka atleidimo dieną: iki vieno vidutinio darbo užmokesčio (VDU) suma turėtų būti išmokėta iš karto, o likusi dalis – per sutartą laiką, bet ne vėliau kaip per tris mėnesius.

Pakeitimais taip pat siūloma suteikti teisę įteviams pasinaudoti tėvystės atostogomis net ir tuo atveju,

kai jau buvo suteiktos atostogos vaikui prižiūrėti.

Be to, numatyta galimybė nutraukti darbo sutartį, jei darbuotojas neatitinka nepriekaištingos reputacijos reikalavimų.

„Skirtinguose įstatymuose nepriekaištingos reputacijos reikalavimai apibrėžiami nevienodai. Pavyzdžiui, tai reglamentuojama Mediacijos įstatyme, Švietimo įstatyme ir kituose teisės aktuose. Nepriekaištinga reputacija gali būti siejama su tam tikrais korupciniais ar darbo drausmės pažeidimais“, – aiškina V. Baliukevičienė.

Visus siūlomus pakeitimus dar turės patvirtinti Seimas.

Tarp svajonės ir atsakomybės: kaip mėgėjų lyga tapo Marijampolės krepšinio širdimi

► Atkelta iš 1 p.

Anksčiau žiūrovai atedavo patys, šiandien juos tenka kviesti. Tačiau emocija, anot jo, išlieka ta pati – gyvas bendruomenės pulsas.

Rėmėjai ir žmonės, be kurių nieko nebūtų

Lyga gyvuoja ne tik dėl entuziazmo. Nuo pirmųjų metų ją palaiko generalinis partneris – UAB „Mantinga“, kurios vadovas Klemencas Agentas pats pasiūlė prisidėti prie projekto. Prie lygos augimo reikšmingai prisideda ir Marijampolės savivaldybės administracija bei ištikimos komandos.

„Tarp tokių būtina išskirti „Išvien“ narius ir jų vadovą Andrių Levaną, „Veteranų“ komandą su Povilu Anelausku priešakyje, „Vytį-Masažo namus“ ir jų idėjinį vadą Mantą Varnagirį, „Kalvarijos“ vyrus su Karoliu Birgeliu, taip pat Marijampolės sporto centro komandas, kurioms pakaitomis vadovauja treneriai Gintautas Žibūda, Kęstutis Juozaitis bei Domas Kriščiūnas. Būtina paminėti ir Tomo Štaraičio vadovaujamą „Simedvos“ organizaciją. Be šių idėjinų žmonių nieko nebūtų. Esu dėkingas ne tik šiems išvardintiems, bet ir kitiems klubams“, – su dėkingumu pasakoja D. Jurkša, pabrėždamas, kad be šių žmonių ir organizacijų MKML paprasčiausiai neegzistuos.

Daugiau nei lyga

Per ilgus gyvavimo metus MKML išaugo į platesnę krepšinio platformą. „Jau septintus metus vyksta MKML vaikų lygos kovos, kuriose dalyvauja komandos iš visos Lietuvos. Kai kūriau šią lygą, daug kas sakė, kad ji nepasitei-



MKML socialinių tinklų nuotr.

► MKML visada siekė būti daugiau nei tik rungtynės. Per sezonus čia vyko žvaigždžių dienos, taurės turnyrai, forumai, protmūšiai.

sins, nes šalyje jau yra MKL ir dar vieni vaikams skirtų varžybų tikrai nereikia. Visgi aš nepasidaviau ir įkūriau analogų Lietuvoje neturinčią lygą. Pradėjome nuo 8 ekipų, o dabar jų yra apie pusę šimto! Jau septynerius metus vyksta vaikų lyga, kurioje dalyvauja apie 50 komandų iš visos Lietuvos“, – apie lygos plėtrą pasakoja D. Jurkša.

Antrus metus lygoje veikia ir teisėjų akademija – iniciatyva, gimusi iš realaus poreikio, nes regione jau kurį laiką jaučiamas teisėjų stygius. Šiandien ji jau duoda pirmuosius apčiuopiamus rezultatus: įvairiose varžybose teisėjauja keturi ar penki akademijos auklėtiniai, pamažu išsiliejančios ir oficialių rungtynių ritmą. Kartu rengiami ir sekretoriato darbuotojai, taip nuosekliai stiprinant visą varžybų organizavimo grandį. Pasak lygos vadovo, jei

kada nors nutrūktų MKML veikla, natūraliai išnyktų ir šios iniciatyvos, kurios seniai peržengė mėgėjiškumo ribas. Tai jau ne tik turnyras, o savotiška krepšinio kultūros akademija, ugdanči naująją sporto bendruomenės kartą.

Žvilgsnis į ateitį

Ar D. Jurkša mato save prie MKML vairo dar 15 metų? Greičiausiai – ne. Jis atviras – ateityje gali tekti ieškoti naujos energijos ir idėjų. Dabartinio lygos vadovo sūnus Tauras – krepšinio aistringas, todėl D. Jurkša, galvodamas apie ateitį, slapta pasvajoja, kad, galbūt, būtent sūnus galėtų perimti jo pradėtą darbą ir į lygą atnešti naujų iniciatyvų, minčių bei idėjų. Daug vilčių siejama ir su galimos naujos arenos atsiradimu Marijampolėje. Tačiau viena aišku – 15 metų istorija



► Per ilgus gyvavimo metus MKML išaugo į platesnę krepšinio platformą.

jau parašyta. Tai istorija apie atkaklumą, bendruomenę, sporto kultūrą ir tikėjimą tuo, ką darai. Kalbėdamas apie 15-mečio minėjimą, lygos vadovas išlieka intriguojantis – planų esą daug, tačiau

visų kortų atskleisti dar nenori. Jubiliejaus proga ketinama suburti žmones, kurie per metus labiausiai prisidėjo prie MKML augimo, juos pagerbti ir padėkoti. Numatyta fotografijų paroda, priminsianti ryškiau-

sias akimirkas, svarstoma ir netradicinė apdovanojimų ceremonijos erdvė. Vieną jis gali pažadėti užtikrintai – renginys bus ypatingas, vertas penkiolikos metų istorijos, kuri, kaip pats sako, nepakartojama.



MKML socialinių tinklų nuotr.

► Kaip sako pats lygos įkūrėjas – tai istorija, kuri nepakartojama.



MKML socialinių tinklų nuotr.

► Kadangi šiemet MKML mini 15 metų sukaktį, planuojama ta proga suorganizuoti išskirtinį renginį, kurio metu prisiminsime tam tikras istorijos detales.

Marijampolės kultūros
centro informacija

Eismo įvykių statistika Marijampolės apskrityje: žūčių skaičius mažėja, bet neblaivūs vairuotojai vis dar kelia grėsmę

Kelių eismo situacija Marijampolės apskrityje išlieka stabili, tačiau pavojai neišnyksta. Per pastaruosius metus bendras eismo įvykių skaičius beveik nepasikeitė, o pagrindinės avarijų priežastys išliko tos pačios. Su kokiais iššūkiais keliuose susiduria pradedantieji vairuotojai, paspirtukų vairuotojai ir patyrę eismo dalyviai?

Ugnė SVENCIŪNAITĖ

Marijampolės apskrities vyriausiojo policijos komisariato aptarnaujamos teritorijos (į kurią patenka ir Jurbarko rajonas) duomenimis, 2025 metais užfiksuoti 468 eismo įvykiai, iš kurių 134 – įskaitiniai. Palyginti su 2024 metais, bendras eismo įvykių skaičius sumažėjo 7 atvejais, todėl galima teigti, kad situacija išlieka stabili. Įskaitinių eismo įvykių skaičius apskrityje kasmet svyruoja nuo 120 iki 150 atvejų. Per 2025 metus keliuose žuvo 11 žmonių – tiek pat, kiek ir 2024-aisiais. Vis dėlto ilgesnio laikotarpio tendencijos rodo, kad eismo įvykiuose žuvusių asmenų skaičius palaipsniui mažėja. Tai atspindi kryptingą judėjimą „Vizija nulis“ link – siekį, kad keliuose nežūtų nė vienas žmogus.

Pagrindinės eismo įvykių priežastys

Marijampolės kelių policijos skyriaus viršininko Rolando Gylio teigimu, eismo įvykių sezoniškumas dažnai susijęs su stagiais orų pokyčiais. Atšilus orams, gyventojai tampa aktyvesni – daugiau keliauja, leidžia laiką gamtoje. Keliuose padaugėja transporto priemonių, o intensyvesnis eismas didina nelaimingų atsitikimų tikimybę. Iššūkių netrūksta ir atšalus orams – vairuotojams tenka prisiminti atsargų vairavimą bei prisitaikyti prie sudėtingų eismo sąlygų. R. Gylys pabrėžia, kad jau ne vienerius metus pagrindinės eismo įvykių priežastys išlieka panašios. „Pagrindinės eismo įvykių priežastys – viršytas arba nepasirinktas saugus greitis, vairavimas apsvaigus ir neatsargus elgesys kelyje, kai išvažiuojama į priešpriešinę eismo juostą

ar lenkiama draudžiamose vietose“, – teigia R. Gylys. Skyriaus viršininkas atkreipia dėmesį ir į nerimą keliančią tendenciją – jau kelerius metus iš eilės Marijampolės ir Jurbarko rajonuose kasmet žūsta po 2–3 motociklininkus ar mopedų vairuotojus. „Į tokio pobūdžio eismo įvykius dažniausiai patenka jauno amžiaus vairuotojai, neseniai įgiję teisę vairuoti transporto priemones“, – sako jis.

Opi problema – neblaivūs vairuotojai

Vairavimas apsvaigus nuo alkoholio išlieka viena aktualiausių eismo įvykių priežasčių. Nepaisant modernėjančių automobilių, diegiamų greičio matavimo sistemų ir nuolatinių reidų, dalis vairuotojų vis dar sėda prie vairo būdami neblaivūs, taip keldami pavojų sau ir kitiems eismo dalyviams. R. Gylio teigimu, neblaivių vairuotojų problema ir toliau kelia rimtą susirūpinimą. Turimais duomenimis, Marijampolės ir Jurbarko rajonuose maždaug vienas iš 200 vairuotojų prie vairo sėda būdamas neblaivus. „Apskrityje jau ne vienerius metus nustatoma daugiau kaip tūkstantis



Redakcijos nuotr.

R. Gylys.

neblaivių vairuotojų: 2024 metais jų buvo 1108, 2023 metais – 1062“, – pabrėžia Marijampolės kelių policijos skyriaus viršininkas. Nauji reikalavimai paspirtukų vairuotojams R. Gylys teigia, kad pažeidimų fiksuojama tarp įvairių eismo dalyvių grupių. Pavyzdžiui, praėjusiais metais apie 720 paspirtukų vairuotojų buvo nubausti už kelių eismo taisyklių pažeidimus. Marijampolės kelių policijos skyriaus viršininkas

akcentuoja, kad visuomenės sąmoningumas ilgainiui keičiasi, tačiau tam reikia laiko ir nuoseklaus darbo. „Prieš maždaug penkio-rika metų dauguma vairuotojų transporto priemones valdydavo neprisisegę saugos diržų. Nors šiuo metu tokių pažeidimų vis dar pasitaiko, didžioji dalis eismo dalyvių sąmoningai segasi saugos diržus ir tai daryti ragina vežamus keleivius. Tikimės, kad bėgant metams, vairuotojai sąmoningiau laikysis ir kitų eismo

taisyklių“, – komentuoja kelių policijos viršininkas. Šiame išgalioje ir nauji reikalavimai paspirtukų vairuotojams. Policijos pareigūnas teigia, kad prasidėjus šiltajam sezonui dėmesys bus skiriamas švietimui ir kontrolei. „Šiais metais išgalioje pakeitimai, kad visi paspirtukus vairuojantys asmenys turi dėvėti apsauginius šalmus. Prasidėjus tikrajam paspirtukų vairuotojų sezonui, vėl turėsime juos auklėti, mokyti ir šviesti“, – sako R. Gylys.

Lietuviai įgudo iš tortilijų kepti pigius tinginių „čeburekus“

Čeburekai – skanus, sotus patiekalas, bet jiems reikia ir laiko: tešlą minkyti, duoti jai pailsėti, kočioti, lipdyti. Tačiau yra būdas šį daugelio mėgstamą patiekalą pasigaminti greitai, pigiai ir su mažiau kalorijų bei be netvarkos virtuvėje: vietoj tradicinės tešlos verta panaudoti tortilijas.

Šefė Jolita Tamoševičienė pastebi, kad šiandien populiariaja pigūs „tinginių“ receptai. Daugelis stengiasi pažvelgti į nuo seno pamėgtus patiekalus kiek kitaip – gaminti juos lengviau ir greičiau, neatsisakant skonio. Panaši logika veikia ir tinginių čeburekų atveju: atsisakoma ilgiausio ir sudėtingiausio gamybos etapo – tešlos ruošimo. Tortilija yra plona, elastinga, gerai išlaiko įdarą, jo sultingumą ir kepant įgautą traškumą plutelę. Įdarą tiesiog uždėkite ant pusės tortilijos ir sulenkite. Bus mažiau kaloringa, greičiau

– o skonis nepaliks abejingų. Įdaras – jūsų fantazijos vaisius Kai nereikia ruošti tešlos, lieka daugiau laiko ir eksperimentams su įdaru. Klasikinis variantas – smulkinta kiauliena su svogūnu, druska ir pipirais. Tačiau mėsos mėgėjai gali drąsiai naudoti smulkintą vištieną ar kalakutieną – patiekalas išeina lengvesnis. Prie mėsos derės ir sūris, daržovės. Norinti ryškesnio aromato – verta į įdarą įdėti šviežio česnako, smulkintų krapų ar petražolių. Kas mėgsta aš-



triau – žiupsnelis aitriųjų paprikų pipirų ar šaukštelis adžikos padarys savo. „Leiskite pasireikšti kūrybai: labai skanu čeburekus gaminti su varške ir žalumynais, su kepiniais grybais ir svogūnais ar net su špinatais ir fetos sūriu. Svarbu atsiminti vieną taisyklę – įdaras turi būti pakankamai sultingas. Į smulkintą mėsą galima įpilti kelis šaukštus vandens ar sultinio ir gerai išmaišyti: būtent drėgmė sukuria tą sultingumą, ku-

rio čeburėkuose ieškome“, – pataria kulinarijos šefė. Taip pat, pasak jos, svarbu gerai užspausti tortilijų kraštus, kad įdaras liktų ten, kur jam ir vieta. Sulipdyti juos bus paprasta kraštelius patepus išplaktu kiaušiniu arba tiesiog vandeniui ir tuomet užspaudus šakute. „Patogu ir tai, kad taip paruoštus „čeburekus“ galima kepti tiek keptuvėje, tiek orkaitėje ar karšto oro gruzdintuvėje – pastarosiose jie bus dar ir mažiau

kaloringas variantas“, – priduria J. Tamoševičienė. Tinginių čeburekai iš tortilijų Porcijos: 4 Gaminimo laikas: 20 min. Reikės: 4 didelių tortilijų, 400 g smulkintos šviežios kiaulienos arba kitos mėsos, 1 vidutinio svogūno, 3–4 šaukštų šalto vandens arba sultinio, druskos, pipirų, 1 kiaušinio. Gaminate: 1. Svogūną smulkiai sukapokite ir sumaišykite su mėsa. Įpilkite šalto vandens ar sultinio, pagardinkite druska ir pipirais. Gerai išmaišykite – įdaras turi būti vientisas ir šiek tiek drėgnas. 2. Ant vienos tortilijos pusės dėkite nestorą įdarą sluoksni, paliekant apie 1–2 centimetrus krašte. Kraštus patepkite išplaktu kiaušiniu, sulenkite tortiliją ir juos tvirtai prispauski-

te šakute ar tiesiog pirštais. 3. Jei keptuvėje keptuvėje: kepkite ant vidutinės kaitros keptuvėje iš abiejų pusių po 3–4 minutes, kol tortilija taps auksinė ir traški. Padėkite ant popierinio rankšluosčio, kad sugertų aliejus. 4. Jei keptuvėje orkaitėje: aptepkite tortilijas kiaušinio plakiniu (galite ir pabarstyti sezamų sėklomis), išdėliokite ant kepimo popieriumi išklotos skardos, dėkite į iki 200 °C įkaitintą orkaitę ir kepkite 12–15 minučių. Galima ir kartą apversti praėjus pusei laiko, kad geriau apskrustų iš abiejų pusių. 5. Jei keptuvėje karšto oro gruzdintuvėje: pakaks 180 °C ir maždaug 8–10 minučių, kartą apverčiant. Dėkite irgi aptepę plaktu kiaušiniu. 6. Patiekite iškart – su grietine, adžika ar tiesiog vienus. Pranešimas žiniasklaidai

Vaistininkai: ar tikrai peršalimą galima „išvaryti per pėdas“?

Vos tik pradeda kibti peršalimas, daugelis automatiškai atsigręžia į tai, kas pažįstama nuo vaikystės: šiltas kojų vonėles, kompresus, šildančius tepalus ar eterinius aliejus. Vieni tikina, kad taip ligą galima „išvaryti per pėdas“, kiti tai daro tiesiog dėl jaukumo, kai kūną krečia šaltkrėtis ir norisi greitesnio palengvėjimo. Tačiau ar tokios priemonės realiai padeda sveikti, ar tik laikinai pagerina savijautą?

Pasak „Gintarinės vaistinės“ vaistininkės Evelinos Šeibokaitės, idėja, kad peršalimą galima „gydyti per pėdas“, kilo iš liaudies medicinos tradicijų, kuriose šiluma laikyta vienu pagrindinių būdų padėti organizmui kovoti su liga. Žmonės pastebėdavo, kad sušilus ar išsprakaitavus sumažėja šaltkrėtis ir tampa lengviau, todėl šiltos pėdų vonelės, kompresai ar masažai ilgainiui tapo įprasta namų priemone. „Šiluma atpalaiduoja, gerina paviršinę kraujotaką, mažina įtampą ir gali laikinai sumažinti nemalonių pojūčius. Taigi realiai tai nėra gydymas, o tik savijautą gerinanti pagalbinė priemonė“, – sako ji.

Druska kojų vonelėje

Viena populiariausių priemonių peršalus – šilta kojų vonelė su druska. Ta-

čiau, pasak E. Šeibokaitės, čia svarbiausia saikas ir saugumas, nes per karštas vanduo ar per ilgą procedūrą gali duoti priešingą efektą.

„Vanduo turėtų būti maloniam šiltas, bet ne karštas – apie 37–39 °C, o mirkymo trukmė – 10–20 minučių. Per karštos ar per ilgos vonelės gali išsausinti odą, sukelti paraudimą ar sudirgimą, ypač jei oda jautresnė“, – atkreipia dėmesį vaistininkė.

Kalbėdama apie druskos naudą, E. Šeibokaitė pabrėžia, kad ji labiau susijusi su komfortu nei su pačios ligos eiga.

„Druska, ar tai būtų jūros druska, ar magnio sulfatas, gali suminkštinti odą, palengvinti negyvos odos pasišalinimą, šiek tiek sumažinti tinimą. Po procedūros kojas reikėtų gerai nusausti ir patepti



Freepik.com nuotr.

drėkinamuoju kremu, kad būtų išvengta sausumo“, – pataria vaistininkė.

Kada kojų vonelių geriau atsisakyti?

Nors šiluma daugeliui asocijuojasi su jaukumu ir pagalba, tam tikrais atvejais kojų vonelės gali būti ne tik nenaudingos, bet ir rizikingos.

„Kojų vonelių nerekomenduojama taikyti karščiuojant, nes papildoma šiluma gali dar labiau apkrauti organizmą. Atsargumo reikia ir mažiems vaikams – jų oda jautresnė, o termoreguliacija dar nėra

visiškai stabili, todėl procedūra turėtų būti trumpa ir tik su drungnu vandeniu“, – pažymi E. Šeibokaitė.

Vaistininkės teigimu, nėštumo metu svarbu vengti perkaitimo, ypač pirmąjį trimestrą. Taip pat atsargiai turėtų būti sergantys cukriniu diabetu ar turintys kraujotakos sutrikimų, nes dėl galimo sumažėjusio jautrumo pėdose lengviau nepastebėti per karšto vandens, o žaizdos gali gyti lėčiau.

„Jei vargina egzema, dermatitas ar oda įtrūkusi, druskingas vanduo gali dar labiau sudirginti, todėl to-

kiais atvejais verčiau rinktis švelnesnes priemones arba pasitarti su specialistu“, – pastebi ji.

Eteriniai aliejai: daugiau aromato nei gydymo?

Dar viena dažna praktika – į vonėles įlašinti eterinių aliejų. Nors kvapai iš tiesų gali sukurti palengvėjimo pojūtį, E. Šeibokaitė atkreipia dėmesį, kad jų poveikį dažniausiai pajuntame per uoslę ir nervų sistemą.

„Malonus kvapas gali mažinti stresą, skatinti atsipalaidavimą, pagerinti miego kokybę. Kai kurie eteriniai aliejai turi lengvų antiseptinių ar priešuždegiminių savybių, tačiau jų nepakanka gydyti virusines infekcijas“, – tvirtina ji.

Didžiausios klaidos yra per didelis eterinių aliejų kiekis ir lašinimas tiesiai į vandenį. Kadangi aliejai su vandeniu nesusimaišo, jie gali likti koncentruoti ir tiesiogiai veikti odą, sukeldami dirginimą ar alergines reakcijas. Tai ypač aktualu vaikams, neščiosioms ir žmonėms, turintiems jautrią odą.

Šildantys tepalai su mentoliu ar kamparu

Peršalus dažnai ieškoma

greito palengvėjimo, todėl populiarūs ir šildantys tepalai su mentoliu ar kamparu. Tačiau jų poveikis taip pat susijęs su pojūčiais, o ne su pačios infekcijos slopinimu.

„Mentolis aktyvina šalčio receptorių ir sukelia gaivumo pojūtį, o kamparas švelniai dirgina ir skatina paviršinę kraujotaką, todėl jaučiama šiluma. Tai laikinai sumažina skausmo ar užgulimo pojūtį – smegenys reaguoja į temperatūrinį dirgiklį, o ne į diskomfortą“, – sako vaistininkė.

Be to, mentolio kvapas gali sudaryti subjektyvų lengvesnio kvėpavimo įspūdį, tačiau viruso šios priemonės neveikia ir ligos trukmės nesutrumpina.

„Šildantys tepalai su kamparu ar mentoliu nerekomenduojami kūdikiams ir mažiems vaikams, ypač iki 2 metų, nes jų kvėpavimo takai jautresni, o stiprus kvapas gali sukelti bronchų spazmą ar kvėpavimo pasunkėjimą. Atsargūs turėtų būti ir sergantys astma, turintys polinkį į alergines reakcijas, taip pat žmonės su jautria ar pažeista oda, pavyzdžiui, esant egzamai ar dermatitui“, – įspėja E. Šeibokaitė.

Pranešimas spaudai

Nuo atlyginimo iki pensijos: kaip kaupiami pensijų apskaitos vienetai

Kalbant apie senatvės pensiją, dažnai girdimas terminas – pensijų apskaitos vienetai. Nors jis gali atrodyti sudėtingas, jo reikšmė labai paprasta: būtent apskaitos vienetai parodo, kokio dydžio bus individualioji žmogaus pensijos dalis.

Pensijų apskaitos vienetai svarbūs ne tik tiems, kurie dar dirba ir planuoja savo finansinę ateitį pensijoje. Jie aktualūs ir dabartiniams pensijų gavėjams, taip pat žmonėms, svarstantiems pasitraukti iš antros pensijų kaupimo pakopos. Pastariesiems kyla praktinis klausimas – kiek papildomų apskaitos vienetų bus įgyta už į „Sodrą“ pervedamas lėšas.

Viena pensija – dvi dalys

Senatvės pensija susideda iš dviejų dalių – bendrosios ir individualiosios. Abi jos skaičiuojamos skirtingai ir skirtingai lemia galutinę pensijos dydį.

Bendroji pensijos dalis pirmiausia priklauso nuo žmogaus įgyto pensijų socialinio draudimo stažo ir bazinės pensijos dydžio tais metais, kai skiriama senatvės pensija.

Jeigu žmogus turi nuo minimalaus iki būtinąjo stažo, bendroji pensijos

dalis lygi bazinės pensijos dydžiui. Jeigu stažas didesnis nei būtinasis, bendroji dalis proporcingai didėja – ji apskaičiuojama lyginant turimą stažą su būtinuoju.

2026 metais bazinė pensija siekia 327,91 euro. Tai reiškia, kad žmogus, sukaukęs nuo 15 iki 34,5 metų stažo, gauna būtent tokio dydžio bendrąją pensijos dalį, nepriklausomai nuo to, kokias pajamas jis turėjo darbo metu. Vis dėlto tai ne visas jo pensijos dydis. Prie bendrosios dalies dar prisideda individualioji dalis, kurią apskaičiuojant didžiausią reikšmę turi pensijų apskaitos vienetai.

Pensijų apskaitos vienetai, dar vadinami taškais, parodo, kokią įtaką būsimos pensijos dydžiui turi žmogaus darbo pajamos ir nuo jų sumokėtos socialinio draudimo įmokos.

Individualioji pensijos dalis priklauso nuo per visą gyvenimą sukaupytų pensijų apskaitos vienetų skaičiaus

ir vieneto vertės tais metais, kai skiriama pensija.

2026 metais vieno pensijų apskaitos vieneto vertė yra 8,11 euro. Individualioji dalis apskaičiuojama sukaupytų vienetų skaičių dauginant iš šios vertės.

Kodėl apskaitos vienetai lemia pensijos skirtumus?

Palyginkime du žmones, kurie abu:

išeina į pensiją 2026 metais;

turi šiais metais būtinąjį 34,5 metų stažą.

Abiem atvejais jų bendroji pensijos dalis yra vienoda – 327,91 euro.

Skirtumas atsiranda individualiojoje dalyje. Tarkime, žmogus, kuris visus 34,5 metų dirbo už mažesnę nei vidutinę atlyginimą, įgijo 20 apskaitos vienetų.

Skaičiuojant individualią pensijos dalį, jo apskaitos vienetų skaičius dauginamas iš vieneto vertės:

$20 \times 8,11 = 162,20$ euro individualiosios pensijos dalies.

Visa jo pensija, sudėjus bendrąją ir individualią dalis, yra:

$327,91 + 162,20 = 490,11$ euro per mėnesį.

Kitas žmogus, kuris taip

pat dirbo 34,5 metų, visą gyvenimą gavo didesnes nei vidutines darbo pajamas ir sukaupė 55 apskaitos vienetų. Jo individuali pensijos dalis bus skaičiuojama taip:

$55 \times 8,11 = 446,05$ euro individualiosios pensijos dalies.

Visa jo pensija siekia:

$327,91 + 446,05 = 773,96$ euro per mėnesį.

Nors abu žmonės dirbo tiek pat metų, jų pensijų dydžius lėmė skirtingos pajamos ir nuo jų sumokėtos socialinio draudimo įmokos.

Kaip įgyjamas vienas pensijų apskaitos vienetas?

Vienas pensijų apskaitos vienetas įgyjamas, kai per metus sumokama pensijų socialinio draudimo įmokų nuo pajamų, kurios lygios 12 tais metais nustatytų vidutinių darbo užmokesčių (VDU).

2026 metais VDU, taikomas apdraustųjų asmenų valstybinio socialinio draudimo įmokų bazei skaičiuoti, siekia 2 312,15 euro. Tai reiškia, kad tokį atlyginimą per mėnesį gaunantis žmogus per metus uždirba 27 745,80 euro.

Pensijų socialinio draudimo įmokų tarifas yra 8,72 proc. Todėl per metus nuo tokio atlyginimo sumokama 2 419,43 euro pensijų socialinio draudimo įmokų.

Vadinasi, vienas pensijų apskaitos vienetas įgyti per metus reikia sumokėti 2 419,43 euro pensijų socialinio draudimo įmokų.

Kaip pinigai iš antros pakopos virsta pensijų apskaitos vienetais?

Jei žmogus nusprendžia baigti kaupimą antroje pakopoje pereinamuoju laikotarpiu, už jį mokėtos valstybės ir „Sodros“ įmokos grįžta į „Sodrą“ ir paverčiamos jo pensijų apskaitos vienetais.

Šios lėšos konvertuojamos į pensijų apskaitos vienetų pagal tą pačią formulę kaip ir kasmet mokamos įmokos.

Pavyzdžiui, jeigu į „Sodrą“ pervedama 5 000 eurų, ši suma padalijama iš 2 419,43 euro. Tokiu atveju žmogus papildomai įgyja 2,06 pensijų apskaitos vieneto, kurie vėliau didina jo individualiąją pensijos dalį.

Į šiuos papildomus vienetų bus atsižvelgta at-

naujinant pensijos dydį už tuos kalendorinius metus, kuriais jie buvo įgyti.

Pavyzdžiui, jei valstybės ir „Sodros“ įmokos sugrįš į „Sodrą“ 2026 metais, pensija bus perskaičiuota nuo 2027 metų. Jei įmokos sugrįš 2027 metais, pensija bus perskaičiuota nuo 2028 metų.

Vieno pensijų apskaitos vieneto vertė kasmet indeksuojama, todėl jo įtaka pensijos dydžiui laikui bėgant kinta.

Kur pamatyti savo pensijų apskaitos vienetų?

Prisijungę prie asmeninės paskyros <https://gyventojai.sodra.lt>, žmonės gali matyti:

kiek pensijų stažo yra sukaupę;

kiek pensijų apskaitos vienetų turi.

Ši informacija pagrindiniame paskyros puslapyje atnaujinama kas pusę metų.

Jei žmogus nori sužinoti naujausią informaciją, prisijungęs prie paskyros jis gali suformuoti suvestines apie savo socialinio draudimo stažą (REP.02) ir pensijų apskaitos vienetų (REP.49).

Pranešimas spaudai

Kviečiame palaikyti **Marijampolės rožinį chorą**
„Didžiajame chorų mūšyje“!



RE/MAX
PADĖSIU VISAI
NEKILNOJAMO TURTO KLAUSIMAIS



Vytautas Alaburda
+370 621 55510
vytautas.alaburda@remax.lt

9 metų patirtis nekilnojamo turto sferoje.
Parduosiu Jūsų objektą už aukščiausią rinkos kainą.
Atstovausiu Jus visame pardavimo/pirkimo procese.
Rasiu geriausią sprendimo būdą.

Atlieku visas nekilnojamojo turto paslaugas
Kauno mieste ir apskrityje:

- Pirkimo
- Pardavimo
- Nuomos
- Vertinimo
- Dokumentacijos paruošimo
- Viso proceso saugumo užtikrinimo

Mano tikslas - Jūsų rekomendacijos.

 Internetinis
portalas



Superku jūsų sendaikčius:
tarpukario daiktus, knygas,
senas nuotraukas, pinigus,
laikrodžius, indus, medalius,
gintarą, papuošalus, sidabrą,
auksą, įrankius, kasetes,
plokšteles ir t. t.

Moku iš karto.
Atvykstu arba atnešti adresu
Jaunimo g. 12, Marijampolė.
Tel.+370 657 53 993.



DOVANOJU

naują klausos
aparata.

+370 646 04 605

Apie tai, kas svarbiausia

 Miesto
laikraštis

PERKA

Brangiausiai
Lietuvoje miškus
(brandžius, jaunos,
malkinius, iškirstus),
žemes, sodybas.

Tel.: +370 676 41155

**Kokybiškai ir
greitai atlieku
griovimo bei
įvairius statybos
darbus.**

Tel. +370 625 79 052.

**Kokybiškai ir nebrangiai
taisau automatines
skalavimo mašinas.**
Atvykstu į namus.
Tel. +370 676 26774



**Kaminų valymas,
stogų remontas,
skardinimas 17m.
bokštelio nuoma
ir paslaugos**
+370 621 99 958.

Pigiausiai:
ažuolo, uosio, beržo
briketai,
granulės,
durpių briketai,
anglys.
Atvežame.
Tel. 063722227



**DRUSKŲ
SALA**
SPA

DRUSKŲ KAMBARYS

📍 Vytauto g. 48A-4,
Marijampolė, IKI-AUŠRA

☎ +370 672 93 787
Būtina išankstinė registracija.



SVARU SVARU

**Biurų, sandėlių, komercinių
patalpų periodinė ar kasdienė
prižiūra.**

**Langų, fasadų, baldų, latakų bei
kitos valymo paslaugos.**

**Dirbame Marijampolėje ir visoje
apskrityje.**

+370 601 22 971

UAB „MAVISTA“ reikalingi san-
technikai, šildymo, vėdinimo, oro
kondicionavimo sistemų montuotojai,
vamzdinių suvirintojai.



Atlyginimas 1 500–3 000 EUR.
Reikalavimai: darbo patirtis.
Kreiptis: darbo dienomis 8.00–17.00 val.
Tel. (0 343) 73 868, (0 685) 21 286.

**Bulvių tarkavimo mašinos, šašlykinės, kepsninės,
iešmai, vandens kolonėlės, gatvių užrašai, elektros
stotelės, vėliavų laikikliai ir kiti nerūdijančio plieno
gaminiai.**

**Apsilankykite mūsų el. parduotuvėje: pazangime-
chanika.lt**

Siunčiame visoje Lietuvoje!

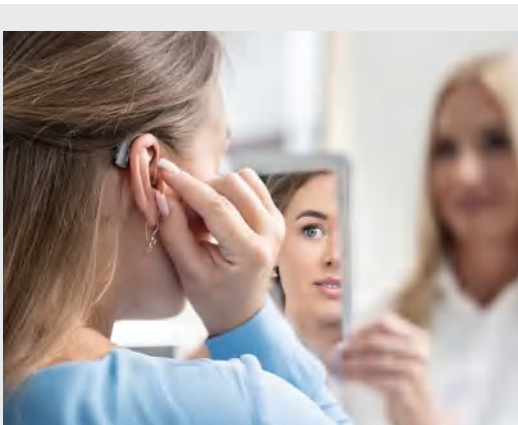
Kviečiame **nemokamai**
pasitikrinti klausą Marijampolėje

Išbandykite beveik nepastebimus klausos
aparatus ir bendraukite sklandžiai.

Registruokitės vizitui „Audiomedika“ klausos
centre Marijampolėje, Gedimino g. 3A:
+370 620 33 338 arba www.audiomedika.lt



20 METŲ RŪPINAMĖS KLAUSA



**9 METRAI
SKONIO**



**IEŠKOME
VIRTUVĖS DARBUOTOJŲ**

Siūlome darbą pamainomis bei MMA
atlyginimą derinamą pagal turimą patirtį.

+37069848385



PAMINKLAI

UAB
SAULIAUS PAMINKLAI
TEL. +370 605 77 341
Tylloji g. 9 Marijampolė
sauliaus.paminklai@gmail.com

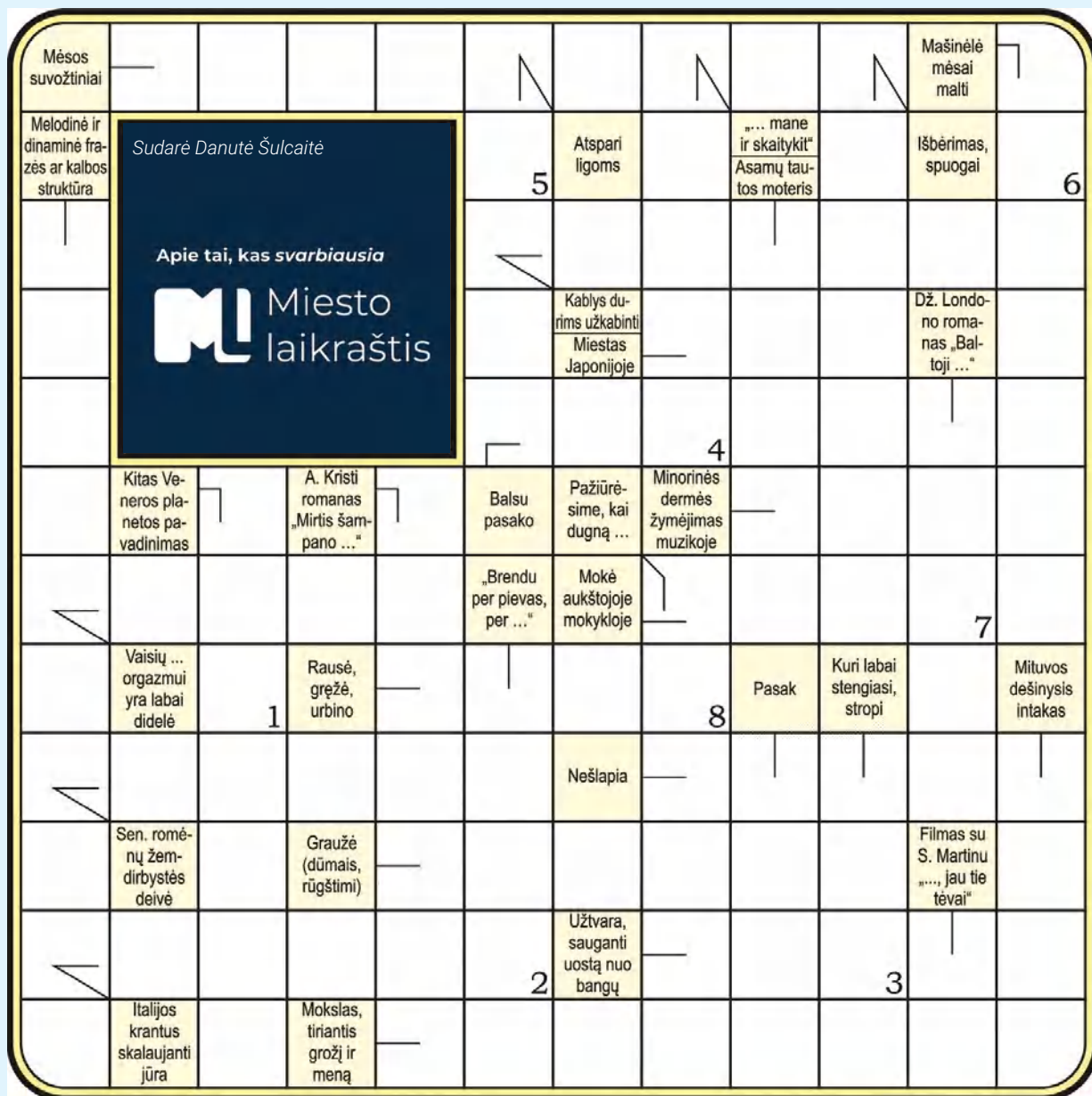
VAZOS <
ŽVAKIDĖS <
SKALDELĖ <
PAMATŲ LIEJIMAS <
TRINKELIŲ KLOJIMAS <
TVORELIŲ KLIAVIMAS <
DENGIMAS PLYTELĖMIS <
DENGIMAS PLOKŠTĖMIS <



MB „APOLAS“
BETONO GRĘŽIMAS/PJOVIMAS
☎ 064445858
🌐 WWW.APOLAS.LT

Spręskite kryžiažodį ir laimėkite prizus!

Išspręskite kryžiažodį ir siųskite atsakymus el. paštu redakcija@mmm.lt arba į redakcijos pašto dėžutę, esančią adresu Gedimino g. 11, Marijampolė. Siųsdami atsakymus, nepamirškite nurodyti savo vardo, pavardės ir telefono numerio. Burtų keliu išrinksim vieną nugalėtoją, kuriam atiteks MMM prizas – knyga. Atsakymų laukiame iki 2026 m. kovo 16 d.



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

Praėjusio kryžiažodžio konkurso nugalėtojas burtų keliu išrinktas Juozas Panavas. Sveikiname! Dėl prizo atsiėmimo susisieksime asmeniškai.

Vertikaliai: Pagaila. Diduma. Tet. Sklendė. Olego. Spa. Kin. Skatas. Starta. Teilor. Ostas. Tegul. Utar. Kvatoti. Sija. Masas.
Horizontaliai: Šitoks. Stot. Delikatesas. Utena. Aitri. Turla. Pasoga. „Toska“. Star. Guls. Tam. EP. Eta. Iena. Agos. Uta. Akėčvirbalis.
Pažymėtuose langeliuose: Petunija.

PROTO MANKŠTA

SUDOKU prie kavos!

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

Pagalvokite ir atsakykite

Šis gyvūnas – vienas didžiausių sausumos plėšrūnų pasaulyje. Jis gyvena šaltuose šiaurės regionuose, puikiai plaukia ir gali įveikti dešimtis kilometrų ieškodamas maisto. Jo kailis atrodo baltas, tačiau iš tikrųjų yra permatomas, o oda po juo – juoda, kad geriau sugertų saulės šilumą. Dėl klimato kaitos šio gyvūno natūrali aplinka sparčiai nyksta, nes tirpsta ledynai, nuo kurių jis medžioja ruonius. Apie kokį gyvūną kalbama?

Atsakymas: Tai – baltasis lokys.

Skelbk, parduok, rask!

Skelbkite greitai ir patogiai!

Miesto laikraštis – didžiausio tiražo laikraštis Marijampolės regione, platinamas nemokamai.

El. paštu redakcija@mmm.lt
 Telefonu +370 679 51 451
 Redakcijoje: Gedimino g. 11, Marijampolė

Skelbimo kaina Miesto laikraštyje – tik nuo 4 Eur!

Platinimo vietos

Marijampolės autobusų stotis (Stoties g. 2B)

Netičkampis – parduotuvė „Aibė“ (Šešupės g. 1, Netičkampio k.)

Marijampolės ligoninė (Palangos g. 1)

Marijampolės savivaldybės administracija (J. Basanavičiaus a. 1)

Marijampolės P. Kriaučiūno viešoji biblioteka (Vytauto g. 22)

Parduotuvė „Aibė“ (Kudirkos g. 83, Marijampolė)

Marijampolės P. Kriaučiūno viešosios bibliotekos Draugystės padalinys (Draugystės g. 5)

Puskelniai – parduotuvė „Aibė“ (Plytinės g. 10, Puskelnių k.)

Marijampolės Trečiojo amžiaus universitetas (Vytauto g. 47-106)

Rezidencija „Gržulo ratai“ (Naujoji g. 10, Kantališkių k.)

Maisto prekių parduotuvė (Mokolų g. 59)

Igliškėliai – parduotuvė „Aibė“ (Tvenkinio g. 2, Igliškių k.)

Spindulio kino teatras (Kauno g. 13, Marijampolė)

Patašinės kaimo biblioteka (Nausupės skg. 4, Patašinės k.)

„Gubojos“ vaistinė (R. Juknevičiaus g. 72)

Šunskų biblioteka (Varpo g. 32, Šunskų mstl.)

Marijampolės TV biuras (Gedimino g. 11)

Sasnavos seniūnija (Sūduvos g. 27, Sasnava)

„Statybos ir ūkio prekės“ (Klaipėdos g. 1A)

Ledų ir šaldytų maisto produktų parduotuvė „Aliaska“ (Gedimino g. 25, Marijampolė)

Marijampolės apylinkės teismas (Kauno g. 8)

Marijampolės PSPC (P. Kriaučiūno g. 2)



Mobris.lt
NERIBOTI SMS, SKAMBUČIAI IR 5G INTERNETAS



info@mobris.lt

www.mobris.lt

+370 635 07000

MIESTO LAIKRAŠTIS

Redakcijos adresas: Gedimino g. 11, Marijampolė.
 Tel. +370 699 40110.

NEMOKAMĄ „Miesto laikraštį“ (ISSN 1822-5667) leidžia viešoji įstaiga Marijampolės televizija (įm. kodas 151455022, vienintelis dalininkas viešoji įstaiga „Atviros visuomenės forumas“). Laikraštis leidžiamas du kartus per mėnesį. Kitas numeris – 2026 m. kovo 19 d. Tiražas 6020 egz. Spausdino „Polska Press Sp. z o.o.“. Už skelbimų ir mokamų straipsnių turinį redakcija neatsako. Perspausdinti ar kitaip naudoti bet kokį laikraščio turinį galima tik gavus išankstinį redakcijos sutikimą.

Naujųjų tarnybos vadovė Vaida Masaitienė, el. p. vaida@mmm.lt
 Žurnalistė Ugnė Svencionaitė, el. p. ugne@mmm.lt
 Žurnalistė Greta Paulevičiūtė, el. p. greta@mmm.lt
 Dizainerė Monika Šlekonytė, el. p. monika.slekonyte@etaplus.lt

■ – žymima reklaminė informacija.