

Leidžiamas nuo 1995 m.

# LIKIMO DRAUGAS

*Didvyžių socialinės globos  
namų laikraštis*

**2016 m. Rugpjūtis Nr. 201**



*Reikia gyventi dabartimi ir priimti sprendimus dėl savo gyvenimo dabar. Gyvenimas – ne šventė, ir žmogus – ne drugelis, skraidantis nuo žiedo prie žiedo. Gyvenimas yra darbas, kurį dirbame kiekvieną minutę. Būtent dabar reikia gyventi, o ne atidėlioti.*

*(Krizių psichologas Michailas Chasminskis)*

## **Rugpjūtis**

### **Meteoritų lietus**

Pr	1	8	15	22	29
A	2	9	16	23	30
T	3	10	17	24	31
K	4	11	18	25	
Pn	5	12	19	26	
Š	6	13	20	27	
S	7	14	21	28	

Kiekvienų metų rugpjūčio mėnesį Žemės gyventojai gali stebėti vieną iš pačių gražiausių reiškinių - Perseidų lietu. Tiems, kas mažiau domisi astronomija, priminsiu, jog Perseidais vadinami meteoritai, rugpjūčio pradžioje lekiantys iš šiaurinės Persėjo žvaigždyno dalies. Tai vienas seniausių meteorų srautų, pirmąkart paminėtas kinų metraščiuose 39 mūsų eros metais. Srauto maksimumas – rugpjūčio 12–13 d. Apytiksliais skaičiavimais tą naktį galima suskaičiuoti iki 80-90 krintančių meteorų per valandą. Šis srautas pasižymi meteorų įvairove: blyškesni būna balti arba geltoni, o ryškesni – žali, oranžiniai ar net raudoni. Trečdalis jų palieka ryškią ilgą uodegą. Meteoritų srauto greitis 61 km/s. Patys Perseidai - tai dalelės, “išmestos” iš kometos Swift-Tuttle, kuri aplink Saulę skrieja išžėsta 130 metų periodo orbita. Paskutinį kartą kometa arčiausiai Saulės praskriejo 1992 m. gruodžio 12 d. Tuomet ji pralėkė 177 mln. km atstumu nuo Žemės. Kitas kometos sugrižimas prognozuojamas 2126 m. rugpjūčio 14 d. – tuomet ji praskris labai arti Žemės. Yra pavojus, kad jei ne pats 8 km skersmens kometoidas, tai bent jo gabalai, pasklidę po orbitą, gali susidurti su Žeme. Dabartinis kometos branduolio skersmuo siekia apie 10 km.

Astronomai pranašauja, kad šiais metais Perseidai bus labai efektingi. Intensyvaus srauto metu meteorams stebėti nereikia teleskopo. “Žvaigždžių kritimą” galima stebėti bet kurioje Žemės rutulio vietoje, tačiau geriausiai jis matomas užmiestyje, kur nėra pašalinių šviesų. Meteoritų srauto pikas įvyks š.m. rugpjūčio 12 d. 21 – 23 val. Perseidų lietus prasideda palaispniui: pirmomis valandomis galima pamatyti tik keletą krintančių žvaigždžių. Iki rugpjūčio 13-osios ryto bus galima stebėti nuo keleto dešimčių iki keleto šimtų blyksnių meteoritų per valandą.

Astronomai pranašauja, kad šiais metais Perseidai bus labai efektingi. Intensyvaus srauto metu meteorams stebėti nereikia teleskopo. “Žvaigždžių kritimą” galima stebėti bet kurioje Žemės rutulio vietoje, tačiau geriausiai jis matomas užmiestyje, kur nėra pašalinių šviesų. Meteoritų srauto pikas įvyks š.m. rugpjūčio 12 d. 21 – 23 val. Perseidų lietus prasideda palaispniui: pirmomis valandomis galima pamatyti tik keletą krintančių žvaigždžių. Iki rugpjūčio 13-osios ryto bus galima stebėti nuo keleto dešimčių iki keleto šimtų blyksnių meteoritų per valandą.

**Pagal spaudą straipsnį parengė Leonora Barauskienė ir Kęstutis Sobeckis**

### **Laisvės diena**

1993 m. rugpjūčio 31 d. iš Lietuvos buvo išvesta Rusijos (Rusija nuo 1991 metų gruodžio 25 d. perėmė Tarybų Socialistinių Respublikų Sąjungos teises ir pareigas, iširus TSRS) armija. Šią dieną 23 val. 46 min. Rusijos armijos karinis ešelonas nesustodamas pravažiavo Kenos geležinkelio stotį. Tai paliudijo kapitono Povilo Malakauskio vadovaujamos karių grupės raportas buvusiam krašto apsaugos ministrui.

Lietuva paskelbė savo Nepriklausomybės atkūrimą dar 1990 m. kovo 11 d., tačiau galutinai išsilaisvino nuo Rusijos okupacijos tik šią dieną, kai Rusija išvedė savo kariuomenę. Tarybų Sąjunga buvo okupavusi Lietuvą nuo 1940 birželio 15 d.

**Straipsnį parengė Leonora Barauskienė**

# RUGPJŪČIO MĖNESIO RENGINIAI

**03 – 05 d.** Socialinių globos namų gyventojų turistinis sąskrydis „*Pabūkime drauge gamtos apsuptyje III*“. Sąskrydis vyks Podvarko poilsiavietėje.

**08 d. - 13:30 val.** Salėje bus rodomas *kinas*.

**11 d.** Vyks žvejų varžybos.

**11 d. - 14:00 val.** „*Ir vieną kartą ištirps visos žvaigždės...*“ - literatūrinė popietė, skirta Antano Škėmos 55-sioms mirimo metinėms pažymėti. (bibliotekoje)

**12 d. - 11 val.** Globos namų koplytėlėje bus aukojamos *Šv. Mišios*.

**12 d. - 14 val.** Lauke – Žolinės šventė „*Žolynų magija*“.

**19 d.** Bibliotekoje - pasaulinės fotografijos dienai skirta paroda „*Sustabdyta akimirka*“.

**23 d. - 14 val.** Globos namų salėje *Baltijos kelio diena*.

**25 d. - 14 val.** Globos namų valgykloje *Gimtadienių šventė*

**26 d. - 13:00 val.** Aikštelėje prie sporto salės *palydėsime vasarą* su liaudies daina, šokių, žaidimais.

**Mėnesio eigoje:**

Penktadieniais šokiai.

**Už rugpjūčio mėnesio renginius atsakinga**

**SPI užimtumo specialistė Aldona Kardauskienė.**



## IDOMYBĖS...

*Actas ir skalbiniai: kelios naudingos gudrybės*

Actą galima naudoti ne tik maistui – jis suteikia veidrodžiams ir taurėms žvilgesio, puikiai nuvalo apnašas nuo vandens maišytuvų, o naudojant kartu su soda galima išbalinti vonią ar praustuvą. O kaip actą naudoti skalbiniams?

- Actas pasižymi minkštinamosiomis savybėmis, todėl jis ypač pravers labai tankiems, kietiems ir šiurkštiems audiniams.
- Taip pat tai – puikus dėmių valiklis. Apdorokite actu dėmes nuo riebalų, prakaito ir vaisių sulčių, o į skalbimo mašinos skyrelį, skirtą minkštikliui, įpilkite dar 50 ml acto.
- Jeigu į skalbinių minkštiklio skyrelį įpilsite 100 ml acto, pašalinsite į rūbus įsigėrusius nemalonus prakaito ar net keturkojo šlapimo kvapus. Kartais tai vienintelė priemonė, kuri padeda išsaugoti patinkantį rūbą.
- Tą patį galima padaryti ir nusipirkus drabužių padėvėtų rūbų parduotuvėje. Specifinio kvapo atsikratysite, jei skalaudami į vandenį įpilsite truputį acto.
- Actas padeda įveikti ir rūdžių dėmes ant jūsų rūbų. Iš druskos ir acto pasidarykite košelę, įtrinkite ja dėmę, palikite kelioms minutėms, o po to išskalbkite kaip įprastai.

Be viso to, actas „patiks“ ne tik jūsų skalbiniams, bet ir skalbimo mašinai: apie apnašas ir pelėsį galėsite pamiršti!

**Parinko Gediminas Jurkša**

<http://pasmama.tv3.lt/straipsnis/actas-ir-skalbiniai-kelios-naudingos-gudrybes-3577?category=77>



## MŪSŲ GYVENIMO KRONIKA

### *Gyvenimas savo pasaulyje*

Man patinka gyventi savo pasaulyje. Ir visai nesvarbu jei kažkam tai patinka ar nepatinka. Kažkam tai gerai ar negerai. Aš savo pasaulyje jaučiuosi drąsiai ir ramiai.

Aš gyvenu kambaryje vienas savo erdvėje su savo daiktais. Tai man malonu ir nepakartojama. Su manimi kartu Šventasis raštas, maldynas ir rožančius. Aš neapsakomai džiaugiuosi tikėdamas į Dievą. Kasdienės maldos mane ramina ir šventiškai kelia aukščiau kasdienybės. Koks būtų mano gyvenimas

nykus be daiktų kuriuos turiu. Pasitikėdamas savo jėgomis ir gebėjimais aš maštau ir rašau. Tai mano maži žingsneliai į ateitį kasdienėj sielos šventėj. Aš niekam kitam nesiūlau tokio gyvenimo būdo. Bet pasakysiu atvirai, man tai malonu ir būtina. Kas gi aš būčiau be vienatvės ir sau mielų daiktų ir įvairių reikmenų. Mano yra toks gyvenimo kelias, kuriuo man eiti malonu ir Dieviškai mielaširdinga. Aš esu Aš ir nieko čia daugiau negalima pridėti. Taip yra ir taip turi būti ir nieku gyvu kitaip. Gyvenimas nesustodamas eina ir nejučiom reikia apie daug ką galvoti. Tvirtai viską pasverti kas prieš ir kas už tai, koks dabar gyvenimas yra. Nieko daugiau nereikia išrasti kai jau viskas seniai nusistovėję ir gerai suprantama. Aš toks esu ir jokiu būdu kitoks nenoriu būti. Tai mano žemiškas džiaugsmas kultūringo elgesio lygmeny. Ačiū Dievui už tai koks esu geras ir ramus gyvendamas tarp žmonių, kurie mane supranta ir tinkamai palaiko kasdienybės eigoje ir prasmėje.

*Narvydas Paulionis*

---

## ***Mindaugo Lietuva***

Kur lygūs laukai

Snaudžia tamsūs miškai

Lietuviai barzdočiai dūmoja;

Liepos 5-ą dieną Didvyžių globos namų bendruomenė paminėjo Valstybės dieną. Prisiminėme, ką mums pasakoja senieji istorijos metraščių puslapiai. Istorijoje vienas įvykis veja kitą. Jie sudaro vientisą grandinę. Praeities žygiai ir klaidos atsiliepia vėlesnėms kartoms. Šiais metais visi kartu kūrėme sveikinimą - karūną vieninteliam Lietuvos Karaliui Mindaugui. Ją kūrėme iš Lietuvos miškų ir klonių bei žydinčių gėlių. Iš upių ir ežerų, Tėvynės dangaus ir lietuviško aukso - gintaro. Šią popietę pabaigėme visi kartu giedodami Tautinę giesmę.

*SPĮ užimtumo specialistė Lolita S.*



---

## ***Vasara***

Štai ir praėjo vienas mėnuo vasaros. Vasarą labai čia gražu. Graži aplinka, kurią tvarko Reginutė ir mūsų vyrai bei merginos. Visur žydi įvairiaspalvės gėlės. Kiekvieną darbo dieną ateina Reginutė ir prižiūri gėlynus, šluoja takelius. Niekur nėra taip gražu, kaip pas mus, mūsų namučiuose. Mes čia gyvenam kaip ponai. Nieko nedarom ir storėjame nuo tokio skanaus maisto. Aš kai sergu cukralige, kas antrą dieną gaunu pieno litrą. Kartais išgeriu viena, o kartais pasivaišinu su draugais.

O dabar truputį apie save ir savo šeimą. Džiaugiuosi, kad mano Simutė sugrįžo iš Anglijos. Laukiu jos, savo dukrytės. Gerda ir Aidas dirba. Pasiilgau ir jų. Bet labiausiai pasiilgau Simutės. Laukiu nesulaukiu kada ji mane aplankys. Mano vaikai labai man geri, turi laisvo laiko ir mane aplanko.

Aš šiuos globos namuose gyvenu kaip ponias. Viskuo čia esu aprūpinta. Aš labai patenkinta, kad čia gyvenu.

*Jūratė Albavičienė*

---

## ***Žvejybinė išvyka dviračiais***

Apniukęs dangus ir lietumi kvepiantis oras liepos 14 dieną nesutrukdė globos namų žvejams leistis į kelionę dviračiu iki Matarnų poilsiavietės ir išbandyti žvejo sėkmę Šešupėje. Vos atvykę prie upės žvejai puolė traukti meškeres. Kol žvejai bandė sugauti žuvis, stovyklavietėje įkūrėme laužą, kur vėliau kepėme dešreles. Įpusėjus žvejybai oras visai pabjuro ir ėmė lyti. Nebuvo kitos išeities, tik traukti lietpalčius iš kuprinių ir lėkti namo.

Šį kartą žvejų nenuodžiugino laimikis, tačiau plūdė skendo ne vieną kartą ir žvejų malonumui užkibo kelios mažutės žuvytės.

*SPĮ užimtumo specialistė Sigita A.*



## *Išvyka į Kazlų Rūdą*

Liepos 13 dieną vienuolika globos namų gyventojų, lydimi darbuotojų, išsiruošė į Kazlų Rūdos parką ir Miško muziejų. Prieš kelionę truputį jaudinomės, nes dauguma gyventojų traukiniu važiavo pirmą kartą. Kai visi susėdo traukinio vagone, jaudulį pakeitė džiaugsmas. Kelionė neprailgo, greitai privažiavome Kazlų Rūdos traukinių stotį. Nors ir lijo lietus, bet mūsų džiugios nuotaikos nesugadino. Perėję pėsčiųjų tiltu virš geležinkelio nukeliavome į miesto parką, kur įsikūrėme lauko estradoje. Papietavę dainavome dainas ir žaidėme žaidimus. Nuo mūsų skambių dainų lietus nustojo lyti ir pasirodė saulė. Tęsėme kelionę, ėjome į Kazlų Rūdos urėdiją, kur įsikūręs Miško muziejus. Mus pasitiko informacinio centro vadovas Redas Rutkauskas, kuris papasakojo apie urėdijos veiklą, apžiūrėjome ekspoziciją.



Pilni džiugių įspūdžių sugrįžome į globos namus.

*SPĮ užimtumo specialistė Lolita S.*

---

## *Geras mano draugas*

Taip jau gyvenime būna, kad susitinka nepažįstami žmonės. Susidraugauja ir tampa artimi. Man taip pat likimas lėmė Rokiškio Respublikinėje psichiatrijos ligoninėje sutikti Algirdą. Nors niekada vienoje palatoje negyvenom, bet labai gražiai ir dalykiškai bendravom. Likimas mus kelis kartus išskyrė, tačiau mes dažnai bendravom laiškais. Gimtadienio ir kitų metinių švenčių proga siunčiam vienas kitam sveikinimo atvirukus su geriausia ir gražiausia linkėjimais. Esu gavęs iš Algirdo ir dovanėlių. Mes vienas kitą gerai suprantam ir palaikom. Jis man visada atsiunčia Rokiškio psichiatrijos ligoninės pacientų laikraštį „Saulėtekis“. Aš Algirdui siunčiu mūsų globos namų laikraštį „Likimo draugas“. Bendraujam laiškais, labai nuoširdžiai. Turime ir mobilių ryšį. Kartais man paskambina ir mes pasikalbame. Pasikeičiam naujienom iš savo gyvenimo. Nieko įtartino ir slapto tarp mūsų nėra. Mes esame vienas kitą gerbiantys žmonės. Graži draugystė gyvenime yra būtina ir neišvengiamai naudinga psichologiniu požiūriu. Kaip gera pasidžiaugti mažais dalykais ir vertinti draugystę. Sakoma, kad draugą pažinsi nelaimėje. Iš tikrųjų gyvenime ir likime taip ir yra. Graži draugystė padeda nugalėti sunkumus. Tebūna mūsų kelias žymėtas laiškais ir žodžiais širdingais. Tebūna likimas tikrai ir tikrai palankus. Kur gali būti laimingas žmogus.

*Narvydas Paulionis*

---

## *Onutės Lotynų Amerikos ritmu*

*Lydek palaima visada,  
Šypsokitės švelniai Onutės.  
Kaip gera širdyje,  
Kartu trumpam pabūti.  
Narvydas Paulionis*



Liepos 26-ą dieną globos namų salėje vyko Oninių šventė. Praėjusių Oninių švenčių metu įsitikinome, jog mūsų Onelės yra geros gospadinės, jos moka atlikti įvairius buitines darbus, moka ir pačios linksintis, ir svečius užimti. Šiandieną mūsų Onelės jau nebe kaimo panelės, o Onutės Lotynų Amerikos ritmu. Renginio metu gerą nuotaiką sukūrė globos namų šokių kolektyvo „Lyja“ merginos, Onutėms dainas dovanojo globos namų vyrų trio. Savo sukurtas eiles skyrė Narvydas Paulionis, o dovanas - keramikos užimtumo nariai. Renginį papuošė globos namų gyventojas Arvydo Sriubo ir globos namų direktoriaus duetas.

*SPĮ užimtumo specialistė Lolita S.*

## *Padėkos žodžiai*



Daug lietuvių kalboje yra gražių ir gerų žodžių apsaityti pagarbai, gyvenimo laimei, meilei, liūdesiui ir džiaugsmui. Yra žodžiai už gerus darbus, pasiaukojimą ir pagalbą. Tai stebuklingi žodžiai: dėkoju, labai dėkoju, ačiū, labai ačiū. Be šių žodžių gyvenime nebūtų normalaus ir kultūringo bendravimo. Tai reikalinga ir betarpiškai veiksminga. Padėkos žodžiai suartina ir suteikia pasitikėjimą vienas kitu. Neišvengiamai malonu girdėti padėką už gerumą. Tikrai malonu išgirsti padėką iš kito žmogaus už gerumą ir pagalbą gyvenimo kasdienybėje. Gera gyventi tarp žmonių, kurie supranta, kiek daug reiškia padėkos žodžiai. Mano geras įprotis už kitų gerumą dėkoti ir atsakyti gerumu. Aš esu labai laimingas, kad yra galimybė dėkoti kitiems ir pačiam būti geram. Gerumas yra neapsakoma būseną, kai gali kitiems ką nors duoti, dalintis. Kiekvieno žmogaus misija šiame pasauly bendrauti ir draugauti. Puoselėti gerumą kaip neapsakomą veiksnį gyvenime. Būkim vienas kitam pagarbiai dėmesingi ir geri iki malonaus jaudulio širdyje ir sieloje. Tai kiekvieno žmogaus pareiga ir tikslas, kurio siekti niekada nevelu. Dėkokim vienas kitam už didelius ir mažus dalykus. Tai mūsų pareiga ir siekis pajusti gyvenimo laimę. Tebūna gerumas tarp mūsų nesavanaudiškas ir pilnavertis kasdieniam bendravime. Labai ačiū visiems, iš kurių patyriau gerumą, pagarbą ir padėką aš pats. Būkim laimingi ir vienas kitam gerumu reikšmingi.

*Narvydas Paulionis*

---

## *SVEIKINAME RUGPJŪČIO MĖNESI GIMUSIUS*

*Žemės grožio ir dangaus  
Laimės slypinčios žmogaus  
Laikas džiaugsmo gijų aus  
Kiek sulaukėt metų  
Tegul niekas nepaklaus  
Nes linkėjimai mieliausi  
Žmogui šioje žemėje žmogaus*

*Narvydas Paulionis*



*Bašinską Juozą  
Dubinskieneį Aldoną  
Dvilinską Antaną  
Dzedulionienę Ireną  
Dzidoliką Valdą  
Gendvilį Antaną  
Govoruchiną Vilmą – 25 m.  
Grigaliūnaitę Birutę – 70 m.  
Jurgelevičiūtę Jolantą  
Kačerauskaitę Eleną  
Kairaitį Alydą – 60 m.  
Karpavičiūtę Danutę  
Krapaitytę Iniuliją Bronę  
Lapinskieneį Albiną*

*Lukoševičių Raimundą  
Maldeikį Irenių  
Migonytę Reginą Bronę  
Navicką Rimantą  
Misevičiūtę Virginiją  
Pajaujienę Ziną  
Pliuškaitį Kęstutį – 60 m.  
Pliuškaitį Leonardą  
Simanavičių Bronių  
Šidiškytę Nijolę  
Tarailą Joną  
Tekorytę Gražiną*

## *Valaitytę Oną*

### *Valdo Paulausko pamąstymai...*

Noriu su visais kartu pasidžiaugti ir pasigirti, kad kartu su visa 11 grupe kepėme šašlykus ir kaip skaniai juos valgėme. Man tai buvo nuostabu. Prie šašlykų mums davė padažą, pomidorų, ryžių, agurkų. Vienu žodžiu, visi skaniai pasivaishinome, nusifotografavome. Noriu padėkoti 11 grupės darbuotojoms, kad jos mums suruošė tokią smagią popietę.

---

## **KŪRYBA – GYVENIMO VARIKLIS**

### *Ech*

Ech vasara nužydi  
Tolyn per lauką lydi  
Ech laikas nuoseklus  
Ir niekas nieko nepavydi



Ech toks gyvenimas  
Vien meile pažymėtas  
Ech dienų sruvenimas  
Žmogus į laimę pakylėtas

Ech varpo dūžis  
Kasdienei maldai šaukia  
Ech vėl likimo lūžis  
Kažkas kažką pasmerkia

Ech viskas paskaičiuota  
Gyvenime vien dievo duota  
Ech meilė nemeluota  
Eilėraščių gražiai vaizduota

Ech mintys sukasi ratu  
Pašauk mane vardu  
Ech būna kartais graudu  
Be ašarų ramybės nerandu

*Narvydas Paulionis*

### *Nenuvilkė – Manęs*

Ateik į tylą be Kaltės!  
Ir Aukso žiedai sužibės!  
Mylėk Mano Drąsą, Gerumą  
ir Meilės lietumi Apgaubki  
Mane – Tartum Deimantas, Kryžius Auksinis!  
Spindėk mano viltim Širdyje!  
O kai – Suprasi, kad tik Dulkė Esi  
Apkabinki Mane ir liūdesy!

*Laima Butkevičiūtė*

### *Tylos valanda*

Skausmo Varpai – Tylos Valanda!  
Vakarą Vėlų – Myliu - Tave!  
Saulė nusileis ir naktis apgaubs  
Mus Vilties – Sparnais...  
Gal sugrįši – dar, o gal ir ne.  
Šoksime Išsiskyrimo šokį Vakarą žaisme!  
Angelo sparnai apgaubkit Mane!  
Debesų ritme – Mylėsiu - Tave!  
Ir – Tyla Žemę apgaubs  
Ir vėl liksiu ištikima tiktai Tau!

*Laima Butkevičiūtė*

---

## **Pamąstymui...**

### *Laimė*

Žmonės daug nusidėdavo ir tuo užrūstino Olimpo dievus. Jie nusprendė pamokyti žmones ir susirinko pasitarti, kokiū būdu tai geriau padaryti. Galiausiai nusprendė paslėpti laimę – kad žmogus jos ieškotų, o atradęs vertintų... Tačiau kur?

- Paslėpsime ją danguje, kad kuo ilgiau jos ieškotų.
- Netinka, nes žmonės išras skraidančias mašinas ir jas pasieks.
- Tada slėpsime giliai po žeme.
- Ne, žmonės sugalvos žemes rausiančias mašinas ir greitai suras laimę..
- Paslėpsime ją kitoje planetoje!
- Nuskris ir ten...

Tuomet vyriausias Olimpo dievas tarė:

- O mes paslėpsime laimę giliai žmogaus širdyje! Ieškodami išorėje, jie tikrai nesusipras, kad laimė – juose...

Taip ir ieško iki šiol žmonės laimės.. Ir tik atkakliausi atranda...

*Parinko socialinė darbuotoja Edita K.*



*Didvyžiai, tel.: (8-342)20521  
Tiražas 25 egz. Rugsjūtis*