

Leidžiamas nuo 1995 m.

L i k i m o D r a u g a s

Didvyžių socialinės globos namų
laikraštis 2015 m.

Gegužė Nr. 186

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

05-01 Tarptautinė darbininkų diena / Gegutės diena / Lietuvos įstojimo į Europos Sąjungą diena

05-03 Motinos diena / Pasaulinė spaudos laisvės diena / Saulės diena

05-04 Vesak (Visakha Puja) diena / Šv. Florijonas, Gaisrų sergėtojo diena

05-05 Tarptautinė akušerių diena / Berniukų šventė / Vandentvarkos darbuotojų diena

05-06 Tarptautinė diena be dietų

05-07 Spaudos atgavimo, kalbos ir knygos diena

05-08 Lietuvos muitinės įkūrimo diena / Antrojo pasaulinio karo aukų atminimo diena / Šv. Stanislovas, Cibulinis / Buhalterių diena / Tarptautinė raudonojo kryžiaus diena

05-09 Europos diena / Tulpių žydėjimo šventė

05-12 Tarptautinė slaugytojų diena

05-13 Pasaulinė kokteilių diena / Meilės diena, deivės Mildos šventė

05-14 Pilietinio pasipriešinimo diena / Šeštinės

05-15 Steigiamojo seimo diena / Tarptautinė šeimos diena / Šv. Izidorius, Sėjos pabaiga

05-16 Tarptautinė jūros kiaulės (delfino) diena

05-17 Partizanų pagerbimo, kariuomenės ir visuomenės vienybės diena / Tarptautinė mirusiųjų nuo AIDS atminimo diena / Pasaulio informacinės visuomenės diena / Tarptautinė diena prieš homofobiją

05-18 Tarptautinė žavėjimosi augalais diena / Tarptautinė muziejų diena

05-19 Pasaulinė Hepatito diena

05-20 Kauno diena / Pasaulinė metrologų diena

05-21 Pasaulinė kultūrų puoselėjimo diena

05-22 Tarptautinė biologinės įvairovės diena

05-24 Sekminės

05-25 Tarptautinė Afrikos diena / Tarptautinė dingusių vaikų diena

05-27 Pasaulinė išsėtinės sklerozės diena

05-28 Tarptautinė moterų sveikatos gerinimo diena

05-29 Tarptautinė Jungtinių Tautų taikos saugotojų diena / Europinė kaimynų diena / Nacionalinė vyrų diena

05-31 Pasaulinė šviesiaplaukių diena / Pasaulinė diena be tabako

Leonora BARAUSKIENĖ internetinė prieiga: <http://www.day.lt/>



Keliais žodžiais apie kaimynų dieną

Kiekvienas Europos miestas susiduria su augančiu socialiniu abejingumu ir solidarumo tarp jo piliečių nebuvimu. Dabar bendrauti pasauliniu mastu yra paprasčiau negu pasikalbėti su gretimais ar kitapus gatvės gyvenančiais kaimynais. Šis kasmetinis renginys tą pačią dieną bus organizuojamas visoje Europoje, Europos „širdžių ir protų sąjungoje“, - atviresnėje ir draugiškesnėje bendruomenėje ne tik miesteliuose, bet ir dideliuose miestuose bei šalyse, kurias visas suvienija bendras Europos Sąjungos projektas. Europos Kaimynų dienos tikslas yra skatinti bendravimą ir socialinį solidarumą. Juk skatinti burtis glaudesnes bendruomenėse šiame pasaulyje, kuriam kelia grėsmę stiprėjantis individualizmas, yra visų mūsų atsakomybė. Mes siekiame, kad Europos žmonės geriau pažintų vieni kitus. Tam užtenka tiesiog savo kieme, gatvėje ar sode suruošti nedidelę šventę. Esate politinių jėgų atstovas, technikas, vietinių valdžios institucijų atstovas ar dirbate asociacijai, socialinės rūpybos organizacijoje ir pageidaujate prisidėti prie šios iniciatyvos? Tiesiog norite pasidalinti akimirka su kaimynais? Šiame tinklapyje rasite visą jus dominančią informaciją, kaip tai padaryti.

Parinko GEDIMINAS

Gegužės mėnesio renginiai

05.07 d. 10:30 val. globos namų salėje vyks koncertas, skirtas motinos dienai „**Tu mano šviesa**“. Gyventojų ansamblis savo nuoširdžiomis dainomis pasveikins visas mūsų globos namuose gyvenančias mamas.

05.08 d. 11:00 val. globos namų koplytėlėje bus aukojamos **Šv. Mišios**.

05.12 d. 14:00 val. globos namų salėje vyks dramos būrelio gyventojų pasirodymas „**Gyvenimas – tai vaivorykštė**“.

05.16 d. globos namų saviveiklininkų išvyka į **Vilkaviškio gatvės muzikos dienos šventę**.

05.21 d. 14:00 val. globos namų valgykloje švęsime gegužės mėnesį gimusių gyventojų gimtadienius.

05.21 d. sporto būrelį lankančių gyventojų išvyka į Kazlų Rūdą, kur vyks **lengvosios atletikos varžybos**.

05.26 d. 14:00 val. „**Poezijos pavasaris**“. Gyventojai gamtoje skaitys pačias gražiausias savo kūrybos arba mėgstamiausių autorių eiles.

05.23 d. giminių susitikimas „**Atverkime širdis**“. Globos namuose sutiksime artimus mūsų gyventojų svečius bei giminaičius. Dovanosime jiems nuoširdų mūsų globos namų gyventojų koncertą.

05.28 d. 14:00 val. gegužinė „**Gimiau biednas, bet laimingas**“. Šventės metu lauke kursime laužą, virsime sočią žuviene. Šventėje norime matyti visus tarnaujančius ponams tarnus, lauko darbininkus, netgi elgetas. Ponių ir ponaičių tikrai nekviečiame.

Skaitymas balsu 11:00 val. bibliotekoje (kiekvieną trečiadienį). Tai veikla, padedanti žmogui nusiraminti, pasvajoti ir pasimėgauti gražia literatūrine kalba.

Valandėlė kompiuterinio raštingumo lavinimui 11:00 val. bibliotekoje (kiekvieną ketvirtadienį). Globos namų gyventojai susipažins su kompiuterinio raštingumo pagrindais.

Kas antrą penktadienį **14:00 val.** globos namų didžiajame kampelyje vyks **šokiai**.

Gegužės mėnesio eigoje vyks **Pavasarinė talka „Gražiname aplinką, kurioje gyvename!“** Teritorijos priežiūra ir gražinimas (žolės grėbimas, senų lapų grėbimas, šiukšlių surinkimas, kapų tvarkymas)

Už balandžio mėnesio renginius atsakingos: socialinė darbuotoja Agnė Čerkauskienė ir SPI užimtumo specialistė Danguolė Dereškienė

PASAULIO ĮDOMYBĖS

Didžiosios Britanijos mokslininkai sudarė pačių sudėtingiausių vaikų užduodamų klausimų sąrašą. Tyrimo metu paaiškėjo, kad domėdamasis pasauliu atžalos gerokai nukamuoja tėvus.

BBC skelbia, kad sunkiausiu klausimu pripažintas „kodėl dieną niekada nepasirodo Mėnulis“, toliau rikiuojasi „kodėl dangus yra mėlynas“ ir „ar pamatysime kada nors ateivius“.

Čekų aludaris gamina alų su auksu. Gėrimas pilstomas į šampano butelį ir į jį yra įdedama 0,018 g tikro aukso. Alaus kūrimas užtruko 18 mėnesių, jis pavadintas egiptiečių saulės dievo „Ra“ vardu.

Kalifornijoje gyvenantis Wayne'as Hallquistas ir jo žmona Laurie, kurie susipažino prieš septynerius metus, ketvirtadienį buvo pripažinti aukščiausia pasaulyje susituokusia pora.

Pasak Guinnesso rekordų knygos atstovų, Hallquistų, kurie gyvena Kalifornijos mieste Stoktone, bendras ūgis – 407,3 centimetro: Weyno – 209,3, o Laurie – 198 centimetrai.

Uodų būna ir žiemą

Dalis uodų buvo aktyvūs ir žiemą, ypač kai kuriuose butuose arba rūsiuose. Būtent tokie uodai išskrenda iš savo žiemaviečių ir pirmieji pasirodo gamtoje.

Šie vabzdžiai labai nereiklūs ir puikiausiai veisiasi čia pat žmonių aplinkoje, tiksliau, žmonės to nežinodami, patys juos veisia įvairiuose baseinuose arba laikydami vandenį įvairiose talpose - statinėse, kibiruose.

Uodai gali vystytis net ir senose padangose, jei jose yra lietaus vandens ar panašiose nedidelėse ertmėse, kur gali kauptis lietaus vanduo. Taigi, norintiems išvengti nekviestų svečių, pirmiausiai reikėtų pasirūpinti švaria ir sausa aplinka.

GEDIMINAS internetinė prieiga: <http://www.technologijos.lt/>

Mūsų gyvenimo kronika

HUMORO ŠVENTĖ



„Juoktis juoktis ir dar kartą juoktis“ - šie žodžiai buvo patys populiariausi balandžio 1 – ają ir ne tik salėje vykusių šventės metu, bet ir bet kur. Juk žinome, kad balandžio 1 – oji Apriliaus - melagių diena, o kur melas – ten ir juokas, nes melo kojos nors ir trumpos, bet ne visada pavyksta jas paslėpti. Kartais dar pasigirsta sakant „juokas pro ašaras“, bet tai jau išimtiniai atvejai. Šiaip jau realiame gyvenime netgi rekomenduojama, kad jei juoktis, tai juoktis nuoširdžiai, nes nuoširdus juokas – sveikatos šaltinis. Tad ir mūsų globos namų salėje balandžio 1 dieną 14 val. įvyko ši juoko šventė, kurios metu teko patirti daug linksmų, juoką sukeliančių akimirkų, nes juoko niekada per daug nebūna, tai lyg pats veiksmingiausias vaistas, kurio neatstos jokios tabletės. Prasidėjus šventei, jei iš anksto net ir nebuvai nusiteikęs juoktis, vien tik pažvelgus į kai kuriuos jau iš seniau pažįstamus veidus, pradedi nuoširdžiai juoktis. Teko pastebėti ir „lytį pakeitusių“ gyventojų, sprendžiant pagal aprangą, taip pat ekrane – vaizdeliai iš gyvenimo su humoro kruopelėmis. Scenoje netikėtai pasirodė dainininkė „Birutė Dambrauskaitė“, šį kartą „Birutės“ vaidmenyje – socialinė darbuotoja Dana Čapskienė ir dainą atliko taip, lyg būtų pati tikrą tikriausia „Birutė Dambrauskaitė“. Neužilgo scenos gilumoje pasirodė ir garsioji estrados primadona „Vitalija Katunskytė“, į kurios vaidmenį buvo įsikūnijusi socialinė darbuotoja Rita Zakaruskienė. O kur buvęs ir nebuvęs scenoje greitai atsirado ir „Eugenijus Ostapenko“. Vadinamas estrados perliuku „Minedas“ sudainavo nuostabią dainą, parodydamas kai kuriuos šokio judesius. Į svečius atvyko ir įžymi dainininkė „Inga Valinskienė“ su savo scenos partneriu „Deiviu“. Visais šiais dainininkais bandė įsikūnyti mūsų globos namų gyventojai, ir, noriu pasakyti, kad visiems puikiai pasisekė, nes salėje skambėjo garsūs plojimai, skambus juokas.

Renginį vedė SPĮ užimtumo specialistė Lolita Stankienė ir gyventojas Renatas Burkšaitis, o pačios aktyviausios ir šio renginio sumanytojos buvo socialinės darbuotojos Dana Čapskienė ir Rita Zakaruskienė. Ačiū visiems už puikų renginį ir už „gerą dozę“ juoko.

Gyventojas Algirdas ŽATKUS

P A S T E B Ė J I M A I IR P A S V A R S T Y M A I

Kiekviena šeimininkė žino posakį, kad kelias į vyro širdį eina per skrandį, todėl į globos namų tarybos posėdį pasikvietėme dietologę. Pokalbis buvo konstruktyvus. Posėdyje apsvairstėme globos namų gyventojų mitybą. Pasidžiaugėme įvairesniu maistu - tai šnicelis su grybų padažu, kurį norėtų suvalgyti ir didžiausias gurmanas. Išskyrėme plovą ir troškintų daržovių patiekalą. Dietologė pažadėjo ir žodį ištesėjo dėl šaltienos ir kepeninės patiekimo. Nesutarėme dėl mišrainės, nes burokėliai buvo prastos kokybės. O dabar prisiminsi senus sovietinius laikus. Kaune buvo dvi subproduktų parduotuvės. Iš anksto būriuodavosi pensininkai, nes antrarūšė tekainavo 50 kapeikų, o valgykloje manų košė – 11 kapeikų, šaltienos porcija – 9 kapeikos. Atskira kalba apie kopūstus. Man pateko kijeviečio medicinos mokslų daktaro A. Amosovo profesoriaus knygelė „Širdį atiduodu žmonėms“, kuris sukonstravo dirbtinį kraujo apytakos aparatą, suteikiantį galimybę daryti širdies operacijas. Operacija trukdavo 6-7 valandas, o chirurgas buvo 70 metų. Sėkmingai operuoti galimybę suteikė maitinimasis išskirtinai tik duona ir kopūstais, o stalinizmo laikais rusai maitinosi tik bulvėmis ir kopūstais. Taigi daržovės suteikia galimybę išlaikyti darbingumą sulaukus brandaus amžiaus.

Gyventojas Algimantas JUCAITIS

Ieškai laimės, o įgyji patirties. Kartais galvoji, štai ji – laimė, bet ne, pasirodo, - vėl patirtis.

Parinko iš žurnalo „Ji“ Renatas BURKŠAITIS

Š V. V E L Y K Ų B E L A U K I A N T

Sakoma, kad šventės ateina ir vėl išeina, o mums ir toliau reikia bendrauti su žmonėmis. Ta proga prisiminėme ir grupės gyventojus, išėjusius Anapilin. Tarsi norint šiuos žodžius patvirtinti šių metų balandžio 3 dieną 3 gr. svetainėje socialinė darbuotoja Ramunė Brazauskienė norėdama, kad ši nepakartojama pavasario šventė kuo ilgiau išliktų mūsų atmintyje, surengė prieššventinį pasiruošimą Velykoms. Į šio žodžio sąvoką įeina ir kiaušinių marginimas, ir pyrago bei kitokių skanėstų kepimas ir gaminimas. Svarbiausia, kad į šį užsiėmimą įtraukiami visi grupės gyventojai ir darbuotojai. Ruoša prasidėjo dar prieš 10 val., iškart po pusryčių. Visiems gyventojams atitinkamai paskirstytos ir užduotys, kad nė vienas neliktų be užsiėmimo, nes visgi tai – metinė šventė ir jai reikia tinkamai pasiruošti bei nusiteikti. Be to, į šią sumaištį (šurmuli) savo indėlį įneša ir pavasaris. Visi žinome, kad pavasarį viskas atgyja, tai negi mes, žmonės, liksime nuošalyje. Beruošiant Velykinį stalą pagalvota ir apie tešlos paruošimą pyrago bei sausainių kepimui. Be to, juk ir margučiai iš niekur neatsiranda... Reikia ir paprastus baltus kiaušinius atitinkamai apdoroti kol jie tampa Velykinio stalo puošmena. Visi suprantame, kad šventiniai patiekalai ir lieka tik patiekalais kol jie neatsiduria ant Velykinio stalo, o kad žodžiai - Velykinis stalas - atitektų tikrovę, tai jis irgi privalo būti papuoštas žalumynais. Iš vaikystės laikų prisimenu, kad lėkštė, kur būdavo margučiai, buvo išklajama pataisais arba kadugių vainikėliu, bet kadangi esant čia, globos namuose, didelio pasirinkimo nebuvo, teko pasitenkinti visuomet žaliuojančiomis tujų šakelėmis, kurios nė kiek neblogiau atrodė už įprastus tradicinius žalumynus. Šis pasiruošimas Šv. Velykoms – jau ketvirtasis ir drąsiai galima tvirtinti jau tapęs tradicija mūsų grupėje. Kadangi ruoša jau baigta ir stalas padengtas, o laikrodžio rodyklės artėja prie 14 val., tai grupės vadovė Ramunė pakvietė visus užimti vietas prie stalo.

Užstalėje vieni kitiems palinkėjome tai, ko nuoširdžiausiai norime, palinkėjome, kad tie mūsų norai su kaupu išsipildytų, kad neliktų vien tik žodžiais. Tuo pat metu pas mus į svečius užsuko direktoriaus pavaduotoja socialiniam darbui Ona Budrienė ir socialinio darbo padalinio vedėja Renata Mališkienė. Pavaduotoja pasidžiaugė, kad toks gausus būrys grupės gyventojų čia susirinko ir išreiškė viltį, kad ir ateityje panašiai taip viskas klostytųsi. Lyg ir nepastebimai jos abi prisijungė prie mūsų ir tapo lygiavertėmis mūsų sambūrio dalyvėmis. Laikas, praleistas besiruošiant Šv. Velykoms praėjo nepastebimai, bet kartu ir prasmingai bei naudingai.

Gyventojas Algirdas ŽATKUS



V E L Y K I N I S R Y T M E T I S

Šių metų Velykos prasidėjo nuo pusryčių valgykloje, nes per pusryčius visus gyventojus su Šv. Velykomis pasveikino Velykų bobutės ir kiekvienam gyventojui asmeniškai išdalino Velykinius margučius. Truputį vėliau, iškart po pusryčių, gyventojai pradėjo rinktis į globos namų didįjį kampelį, nes pagal iš senų laikų nusistovėjusias tradicijas, Velykų dieną visur vykdavo kiaušinių ridenimo varžybos. Šias varžybas puikiai prisimenu, nes ir aš buvau paauglys, gyvenantis kaimo vietovėje, kur tėvai ragindavo eiti ridenti kiaušinių pas kurį nors kaimyną, o kartais visi susirinkdavo ir pas mus.

Būnant čia, globos namuose, teko dalyvauti Jono Basanavičiaus tėviškėje vykusiame edukaciniame projekte, į kurio sudėtį įėjo kiaušinių marginimas, dažymas, ridenimas. Šiemet margučių ridenimo varžybos įvyko truputį kiek neįprastai. Iš vienos pusės dalyvavo savarankiškesni gyventojai, o iš priešingos – žmonės, judantys vežimėlio pagalba. Ant grindų buvo padėti ne tik žaidėjų margučiai, bet tam pačiam tikslui skirti šokoladiniai saldainiai, kiaušinėliai. Tačiau ridenimo taisyklės liko galioti tos pačios kaip ir ridenant kiaušinius. Net nepastebėjome, kaip greitai didžiajame kampelyje atsirado muzikos aparatūra ir viso rytmečio metu sklido nuotaikinga, šventinė muzika. Rytmetyje dalyvavo dvi Velykinės bobutės – socialinės darbuotojos Dana Čapskienė ir Rita Zakarauskienė bei kiškutis – gyventojas Modestas Trečiokas. Dalyvavo daug gyventojų, kurie aktyviai rideno margučius. Rytmečiui baigiantis labiausiai pasižymėję dalyviai buvo apdovanoti tiek margučiais, tiek šokoladiniais saldainiais. Po apdovanojimų prasidėjo šokiai, be kurių išbuvo visą gavėnią. Šokių metu visus sėdinčius bei stebinčius išjudino darbuotojos Dana ir Rita, net vežimėliuose sėdintys gyventojai ne tik šypsojosi, plojo rankom, bet pagal muzikos ritmą judino kojas bei dainavo. Be to, viso rytmečio metu Dana Čapskienė fotografavo kokį nors įdomesnį atvejį, o galiausiai – visi įsiamžino bendroje nuotraukoje. Šis renginys iš tikrųjų pasijautė, kad yra šventinis ir, tikiuosi, kiekviename iš mūsų išliks iki kitų Šv. Velykų.

Gyventojas Algirdas ŽATKUS

ATVELYKIO ATGARSIAI

Balandžio 9 d., t. y. ketvirtadienį, socialinės darbuotojos Ritos Zakarauskienės paraginti, susirinkome į virtuvėlę marginti kiaušinius. Mūsų buvo apie 14 žmonių. Marginimo procedūrai vadovavo SPI užimtumo specialistė Lolita Stankienė, o jai talkino Rita Zakarauskienė ir socialinio darbuotojo padėjėja Vilija. Man įdomiausia buvo, kad marginti galima kiaušinius skutimosi putomis, užpilant ant jų valgomųjų dažų. Visi išbandėme gal kokius 6 marginimo būdus. Pirmiausia tai nevirtus kiaušinius apskukome svogūnų lukštais ir įvairiausiomis žolelėmis. Paskui juos įvyniojome į kojines ir virėme. Kol šie virė, tai mes marginome išvirtus. Tiesa, iš pat pradžių Lolita tikrino mūsų žinias apie margučių dažymą. Pasirodo, kad nedaugelis iš mūsų tuo užsiimdavo anksčiau ir tų žinių turėjome ne kažką. Mūsų grupės Jonukas Zaveckas sutrynė margutį, nors prieš tai buvome visi informuoti, kad reikia atsargiai ir nespauti marginant. Toks užimtumas vyko iki pavakarių. Darbuotojos įamžino šį mūsų užimtumą, o jau rytojaus dieną visi nuotraukas galėjome pasižiūrėti salėje renginio metu, į kurį buvo atvykę vaikučiai. Asmeniškai man šis Atvelykis virtuvėlėje labai patiko, nes paliko manyje daug įdomių dalykų, susijusių su Šv. Velykomis ir jų tradicijomis.

Gediminas Jurkša

Atvelykio progai 12 gr. socialinės darbuotojos Ritos Zakarauskienės ir socialinio darbuotojo padėjėjos Gražinos Janulevičienės visi buvome sukviesti ridenti margučių, kurių buvo labai daug primarginta. O margučius margino virtuvėlėje patys gyventojai. Todėl kieme ridenti margučius buvo labai įdomu. Buvo smagu ir tai, kad pasitaikė geras, šiltas oras ir švietė saulė. Ridenimui buvo suruošti loveliai, tad kiekvienas galėjo išbandyti savo sėkmę. Margučių buvo priridenta daug ir gražių, kad net akys raibo. Kiekvienas rideno susikaupęs, nes norėjo kuo daugiau numušti kitų margučių. Visi buvome patenkinti, nes labai įdomus azartiškas žaidimas. Po žaidimo visi savo margučius susivalgėme. Taip patiko visiems kieme ridenti kiaušinius, kad kilo mintis kitą renginį susiorganizuoti su šašlykais.

Gyventoja Ekvelina VAITKEVIČIENĖ



KAD BŪTUME VISADA SVEIKI!

Pažymint pasaulinės sveikatos dieną į Didvyžių socialinės globos namus atvyko Šakių raj. Janutiškių kaimo bendruomenės bendrosios praktikos slaugytojos Danutė ir Laima.

Šios medicinos darbuotojos ne šiaip sau ir neatsitiktinai čia pasirodė, bet norėdamos mus plačiau supažindinti su esama sveikatos padėtimi įvairiausiose pasaulio šalyse. Tuo tikslu pravedė mini paskaitėlę, o taip pat pademonstravo ir mus pamokė taisyklingai atlikti sveikatingumo pratimus. Šie pratimai buvo atliekami čia pat, vietoje, kadangi tai glaudžiai susiję su vykusios paskaitėlės turiniu, tai tarsi dar ir dar kartą norima patvirtinti, kad mes įsisąmonintume, jog tai ne vien tušti žodžiai. Paskaitėlėje buvo akcentuojama sporto reikšmė sveikatai, nepamiršta ir kasdieninė rytinė mankšta. Na, o jeigu kam nors nepatinka iš pačio ryto mankštintis, tai šį trūkumą galima kompensuoti ir vėlesniu laiku sporto salėje, kuri veikia nuo darbo dienos pradžios iki darbo dienos pabaigos.

Kadangi į renginio eigą įtraukti ir kai kurie pasilinksminimo elementai, tai dainuojant ar šokant buvo atliekami pagal dainos žodžius sveikatingumo pratimai. Šiame renginyje taip pat dalyvavo ir mūsų globos namų skaitovai: Laimutis Jasulevičius, Ernesta Chaizytė, Irena Darčianovaitė ir Renatas Burkšaitis. Na, o atvykėlės medikės ir toliau liko ištikimos savo profesijai, jos abi aktyviai ir su entuziazmu rodė vis naujesnius sveikatingumo pratimus. Į tarpus jos mums vis primindavo ir apie maisto reikšmę mūsų organizmui, kad rekomenduojamas toks maistas, kuris neturi žalingo poveikio organizmui. Šis renginys mums, gyventojams, davė iš tikrųjų daug geros naudos bei žinių. Tai tarsi perspėjimas „saugokime sveikatą“. Ne veltui yra ir posakis „Ne tiek svarbu nugyventi metai, o žmogaus sveikata, nes sveikata – brangiausias turtas“. Šiame renginyje kaip niekada dalyvavo labai daug gyventojų, kurie norėjo pajudėti ir išmokti naudingų pratimų. Manau, kad visiems tokia popietė buvo tik į naudą.

Gyventojas Algirdas ŽATKUS



NAUJO KETVIRČIO SUSIRINKIMAS

Mūsų globos namuose kiekvienais metais, pasibaigus metų ketvirčiui, vyksta visuotinis globos namų gyventojų susirinkimas, kurio metu su gyventojais aptariami aktualiausi gyvenimo globos namuose iškilę klausimai. Tokius susirinkimus organizuoja Globos namų tarybos nariai. Išklausoma gyventojų pageidavimai, pasiūlymai, nusiskundimai ir kt. Atkreipiamas dėmesys į nepageidaujamus reiškinius, iškilusius mūsų gyvenimo kasdienybėje.

Šiais metais 2015 m. pirmasis visuotinis globos namų gyventojų susirinkimas įvyko balandžio 22 d. Šiam susirinkimui iš anksto ruošėsi ir mūsų, Didvyžių socialinės Globos namų, taryba, vadovaujama socialinės darbuotojos Danos Čapskienės. Sudaryta susirinkimo darbotvarkė, susidedanti iš 3 punktų: Didvyžių socialinės Globos namų tarybos veiklos ataskaita už 2015 m. I ketvirtį, Didvyžių socialinės globos namų gyventojų vidaus tvarkos taisyklių priminimas, informacijos dėl globos namų pertvarkos suteikimas bei einamieji klausimai.

Kaip ir kiekviename susirinkime būtina išsirinkti pirmininkaujantį ir sekretoriaujantį. Pirmininkaujančiu buvo išrinktas Kęstutis Sobeckis, o sekretoriaujančia – Leonora Barauskienė. Pagal 1 –ąjį punktą už tarybos nuveiktą darbą atsiskaitė tarybos sekretorė Leonora Barauskienė. Didvyžių socialinės globos namų gyventojų vidaus tvarkos taisykles priminė globos namų tarybos nariai: socialinė darbuotoja Dana Čapskienė, kineziterapeutė Eglė Kriščiūnaitė ir Leonora Barauskienė. Pagal darbotvarkės 3 punktą apie globos namų pertvarką kalbėjo direktoriaus pavaduotoja socialiniam darbui Ona Budrienė. Kalbant apie globos namų pertvarką salėje pasigirdo daug papildomų klausimų, ypač iš senbuvių, nes kiekvienam įdomu sužinoti, ką reiškia žodis „pertvarka“ ir koks bus tolimesnis mūsų gyvenimas globos namuose. Pavaduotoja kiekvienam paklaususiam rado atsakymą, nuramindama, kad viskas daroma tik mūsų pačių labui, mūsų gerovei, kad gautume kuo kokybiškesnes paslaugas bei būtume integruojami į visuomenę. Tad einamieji klausimai buvo dar gvildenami kokį pusvalandį, tačiau viskas pasibaigė gerai, nors ne visiems liko suprantama globos namų pertvarka.

Gyventojas Algirdas ŽATKUS

SVEIKINAME GEGUŽĖS MĖNESĮ GIMUSIUS



Komar Večeslav
Kundrotas Gintaras
Mačiokienė Leosė Ona
Mikulskytė Sigutė
Nėnius Vytautas
Norbutaitė Irena
Rokus Tadas
Sederavičius Romualdas
Urbaitytė Lina
Vepštaitė Kristina
Vyšniauskienė Albina
Zaveckas Jonas

Avinaitė Jolanta
Baniienė Domicelė
Baranauskas Eugenijus
Bernotaitė Laima
Blažauskas Petras
Bušniauskas Nerijus
Čaplikienė Aldutė
Čepaitė Janina
Čižauskaitė Ingrida
Gelčys Antanas
Jantauskas Vidmantas
Jurgelevičiūtė Alvyra
Kairytė Lina
Kazakevičius Jonas

Tegul kiekvieni ateinantys metai
atneša Jums sveikatos, ramybės
ir džiaugsmo. Tegul ši diena
atneša Jums dalykus, kurie
priverčia Jus kuo dažniau
šypsotis.

Su gimtadieniu!

KULINARIJOS KAMPELIS

Ach, pyragėli, tirpstantis burnoj!



2 grupės svetainėje yra įrūšta mini virtuvėlė su didele virykle. Mes galim išsivirti kiaušinį, išsikepti pyragą, pasišildyti paruoštą maistą ir kita. Nusprendėm išbandyti, kaip kepa orkaitė. Dauguma grupės gyventojų sutiko nusipirkti produktų pyragui. Balandžio mėn. 15 d. darbuotoja Dalė Valaitienė sutiko, kad mūsų svajonė būtų įgyvendinta. Ji labai rūpestingi maišė tešlą, dėjo į keptuves ir pakepė. Mes kantriai stebėjome, kaip kepa mūsų pyragėlis. Jis net pakvipo po visų koridorių ir visiems žadino apetitą. 14 val. visi grupės gyventojai gražiai susėdom prie stalo, ant kurio didelėse lėkštėse buvo sudėti pyrago gabalėliai ir paruošta arbata. Jis visiems buvo toks skanus, kad net linko ausys ir net mūs Vidutė godžiai valgė, o ji tokia išranki. Bevalgydami pyragą, draugiškai pabendravom. Visiems buvo smagu ir gera. Pasitarėm, kad vėl nusipirksime produktų ir ką nors skanaus išsikepsim ir tai atliksime patys, padedant

darbuotojoms. Visi nuoširdžiai padėkojome savo socialinės darbuotojos padėjėjai Dalytei už skanų pyragėlių. AČIŪ už suteiktą galimybę naudotis nauja virykle.

Gyventoja Ona Valaitytė

APIE MEDICINĄ:

Jeigu trūksta magnio:

- Be priežasties atsiranda vidinis nerimas, bendras silpnumas;
 - Kamuoja nemiga ir galvos skausmai;
 - Raumenis traukia mėšlungis, tampama dirglus;
- Trinkama virškinimas, nes magnis padeda gamintis fermentams;
 - Greitai pavargstate dirbdami fizinį ar protinį darbą;
 - Ūžia ir spengia ausyse.

Kur jo yra?

Puikus magnio šaltinis – grikių košė, bananai, avižiniai dribsniai, javainiai, riešutai, džiovinti vaisiai, neskaldytų grūdų duona, jautiena, pupelės, kukurūzai, žalios lapinės daržovės, žuvis.

Jeigu trūksta kalcio:

- Būnate blogos nuotaikos;
- Be priežasties trinka virškinimas;
- Dingsta apetitas, bendras silpnumas.

Kur jo yra?

Džiovintuose vaisiuose, figose, pupelėse, bulvėse, špinatuose, pomidoruose, bananai, apelsinai, melionai, pienas, ankštinės daržovės.

Renatas BURKŠAITIS parinko iš žurnalo „Ji“



KŪRYBA – GYVENIMO VARIKLIS

Mane kaimas visada vilioja ir džiugina, o ypač vasarą. Kai pirkelės kiemas nusėtas bijūnais, kai mano mama kartu vaikščioja su mumis, o mes, dar vaikai, lakstom po pievą ir gaudom drugelius.

Ir jaučiam, kad širdį užlieja tokia palaima, kuri nebus pakartojama sulaukus žydinčios jaunystės vasaros.

Gyventoja Ona VALAITYTĖ

Mamai!

O mamyte brangi,
Auginai Tu mane.
Naktimis nemiegojai
Lopšyje supdama.

Kai rytas ateina –
Tu jau tekina,
Kašnelį skanesnį
Vaikams nešina.

Jei ligos užpuola –
Tu visad šalia
Nušluostai mums ašaras,
Savas slėpdama.

Kiek pasakų daug
Tu perskaitei mums!
Mus mokei gerumo,
Darbštumo, darnos.

Tavo mylinčios rankos
Aplėbdavo mus,
Prie savo širdies
Prisiglausdamos vis.

Tešviečia Tau saulė,
Žvakelė kapuos!
Težydi Tau gėlės!
Tešypsos dangus!

Gyventoja Ala Bogaček

Žodžių vainikas

Mamos mielos ir geros
Aš iš žodžių pinu
Jums gražiausią vainiką
Viskas atminty man liko.

Jūsų žvilgsniai ir žodžiai
Šypsena ir palaima
Ten kadaise mūsų kaime
Širdy atminimas savaiame.

Vėl atgyja vaizdai
Džiaugsmo pilni vakarai
Prie ugniakuro tylūs
Ir laimingi veidai.

Kai sugrįžta į sodžių
Mylimi Jūs vaikai
Laikas skuba į priekį
Ir keičiasi metų laikai.

Daug žaismingos šnekos
Ir švelnios padėkos
Už gyvenimą brangų
Dievo žemę ir dangų.

Gyventojas Narvydas Paulionis



ATNEŠKI MAN

Atneški savyje man saulės šviesą,
Ir šauksmą jūros gaudesio tylaus.
Atnešk neblėstančiąją viltį,
Svajonių žvaigždę vakaro dangaus.

Širdies daina Tu būki man per amžius,
Kančioj vaduoki, ginki nuo audros.
Apgaubęs šiluma tamsos pavėsy,
Atneški taurę laimės amžinos...

Iveta KORSAKIENĖ



Balandžio mėnesį mus paliko

BIRUTĖ ELENA ŠALTENIENĖ

Gyvenimas - žvaigždė: sužibo ir užgeso...

Laikraštį rengė socialinės darbuotojos Dana Čapskienė ir Ramunė Brazauskienė

Didvyžiai, tel.: (8-342) 20521

Tiražas 25 egz.

2015 m. Gegužė