

KIEKVIENO MĖN.
pirmą
ANTRADIENĮ
renkasi **VISI**
PAGEIDAUJANTYS.

KIEKVIENO MĖN.
antrą **ANTRADIENĮ**
ŠAŠKIŲ KLUBAS.

KIEKVIENO MĖN.
trečią
ANTRADIENĮ
16:00 val. **Liet. PS**
Tarybos posėdis
Debreceno g. 48.

KIEKVIENO MĖN.
ANTRĄ
ketvirtadienį
16:00 val. **KJPŽB**
Tarybos posėdis.

INFORMACIJA **TEIKIAMA:**

Prezidentė ir
pirmininkė Aldona
Marija Gedvilienė
tel. 866673965; el. p.
aldonamarija2@takas.lt



Valerija
Jokubaitienė
prezidentės pavaduotoja
tel. 868782942;



Liuba Kruminienė
KJPŽB pirm. pav.
tel. 860448571

Daugiau inform.
svetainėje:
www.kjpsz.lt



LIETUVOS PENSININKŲ SUSIVIENIJIMAS, kodas 303871378
sąsk. Nr.LT245015400014001975 EUR, USD Klaipėda-2015-03-10 (įkūrimo data)

Atstovauja KJPŽB - Kodas 302758598 sąsk. Nr.LT137044060007819519
Klaipėda-2012-04-05 (įkūrimo data).

Auksinis ruduo

Nr.5

2015-11-01, Klaipėda

Pavadinimo autorius gerb. **SAULIUS SAVICKIS** – org. „MŪSŲ MIESTAS
KLAIPĖDA“ buvęs prezidentas

Internetinis laikraštėlis skirtas visiems LIETUVOS ŽMONĖMS,
leidžiamas vieną kartą mėn. Užsiprenumeruoti galite nemokamai
aldonamarija2@takas.lt



Lietuvos politikams trūksta gailestingumo skurstantiems

Naglis Puteikis, Seimo narys

Lietuvai reikia politikų ir partijų, kurie ne
žaištų nomenklatūrinius žaidimus, o siektų šių
tikslų: mažintų emigraciją, skurdą, savižudybių ir

tragiškų žūčių skaičių, didintų gimstamumą ir užtikrintų dirbantiems žmonėms orų atlygį, pakankamą išlaikyti šeimai ir auginti vaikus ne skurde, atkurtų pasitikėjimą valstybe.

Kad sumažintume skurdą, būtina įtvirtinti, kad nuo minimalios algos nebūtų nuskaičiuojami jokie mokesčiai, vidutinę algą uždirbantiems ir auginantiems vaikus jie būtų žymiai mažesni, o būtiniausioms vartojimo prekėms ir ypač būtiniausiems maisto produktams – taikomas lengvatinis 5% PVM. Lėšų gausime skatindami išeiti iš „šešelio“ į sąžiningą verslą ir darbą, naikindami mokestines išimtis ir keisdami skandalingą padėtį, kai darbo pajamos yra labiausiai apmokestintos ir sąžiningai dirbantys žmonės neša sunkiausią valstybės išlaikymo našta, nurėždami algas Seimo nariams ir valstybinių įmonių vadovams.

Kad ištrūktume iš trečios vietos ES pagal tragiškas žmonių žūtis, t. y. žymiai sumažintume savižudybių, žūčių keliuose, nuo alkoholio, statybose, paskendusiu ir pan. skaičių, turime spręsti tiesiogiai su šia savinaikos epidemija susijusias socialines problemas, kviestis specialistus iš Anglijos, Vokietijos, Lenkijos, Skandinavijos ir remtis patirtimi tų šalių, kurios tai sėkmingai įveikė.

Mūsų pačių ekonomistai, kitų sričių mokslininkai jau daugybę kartų įvairioms vyriausybėms teikė puikius pasiūlymus, kaip sumažinti emigraciją, skurdą, tragiškų žūčių skaičių, naikinant šių ir kitų blogybių priežastis – tačiau šie pasiūlymai buvo nukišti giliai į valdininkų stalčius. Jokioms vyriausybėms, jokioms valdžios partijoms iki šiol nerūpėjo spręsti šias problemas – todėl ir turim padėtį, kai skursta trečdalis Lietuvos gyventojų, o didžiausią skurstančių žmonių grupę sudaro vaikai. Kad Lietuva turėtų ateitį, būtinas naujas požiūris.

P.s. naikinkime mokesčius skurstantiems, nes iš varguolių mokesčių paslapčia finansuojami keliai seimūnams ir skulptūros miško voverėms. Seimas galėtų nustatyti, kad nuo minimalios algos nebūtų mokami jokie mokesčiai. R.Kuodis ir kt. ekonomistai jau daug metų valdantiems bando įteigti, kad nuo valstybės įstaigose ir privačiuose nuo samdinių, kurie sąžiningai skursdami, suneša biudžetą, būtina nuimti neproporcingai didelę mokesčių našta, bet įvairių partijų nomenklatūra šią idėją sėkmingai žlugdo. Gal nauji rinkimai padės to pasiekti?

<http://m.delfi.lt/ringas/article.php?id=69484342>



PASTABA: mūsų laikraštėlyje gali savo nuomonę reikšti kiekvienas žmogus: senjoras, politikas ar verslininkas. Laukiame Jūsų straipsnių!



SOCIALINIŲ REIKALŲ IR DARBO MINISTERIJOS ŽINIOS

2015.10.07 Ministrė A. Pabedinskienė: „Pagarba prigimtiniam žmogaus orumui, tolerancijai yra tarptautinę bendruomenę vienijančių dalykų centre“

„Siekis užtikrinti lygias galimybes ir visuotinę pagarbą žmonių teisėms, oraus gyvenimo sąlygas visiems yra viena svarbiausių vertybių ir siekiamybių“, - iškilmingoje po pasaulį keliaujančios parodos „AccessAbility“ atidarymo ceremonijoje pažymėjo socialinės apsaugos ir darbo ministrė Algimanta Pabedinskienė.

2015.10.12 Europos Tarybos vyriausybinių komiteto pirmininke pirmą kartą išrinkta Lietuvos atstovė

Ateinančius dvejus metus Europos Tarybos Europos socialinės chartijos ir Europos socialinės apsaugos kodekso vyriausybiniam komitetui (GC) pirmą kartą vadovaus lietuvė – šio komiteto 132-osios sesijos metu jo pirmininke išrinkta Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos darbuotoja Kristina Vyšniauskaitė-Radinskienė. Tai reiškia ne tik Lietuvos atstovės kompetencijos pripažinimą tarptautinės žmogaus teisių apsaugos srityje, bet ir galimybę garsinti savo šalies vardą, atstovaujant komitetą Europos Tarybos ir kitų organizacijų veikloje bei lemti sprendimus ir sankcijas dėl socialinių teisių įgyvendinimo Europoje.

2015.11.06 Ministrė A. Pabedinskienė: „Subalansuotos garantijos skatina darbdavius drąsiau priimti tėčius ir mamas į darbą“

Kiekvienai kartai tenka susidurti su dideliais iššūkiais, tokiais kaip karai, krizės ir kitokie sunkumai, ir visus juos įveikiant šeima buvo ir išlieka esmine visuomenės atrama, žmonių dvasinio stabilumo, jų visaverčio gyvenimo šaltiniu. Todėl šeimos stiprinimui būti skiriamas ypatingas dėmesys, vakar Budapešte (Vengrija) vykusiame tarptautiniame demografijos forume „Šeima – dėmesio centre“ sakė socialinės apsaugos ir darbo ministrė Algimanta Pabedinskienė. Vienas iš efektyvių būdų – geresnės sąlygos darbo ir šeimos įsipareigojimų derinimui.



Zigmantas Vaišvila. Birželio 3-iosios grupė:

**„MŪSŲ VALSTYBĖS TIKSLAS ir KAS JĮ
ĮGYVENDINS“**

2015 m. lapkričio 2 diena, Vilnius

Zigmantas Vaišvila – politikas, fizikas – mokslų dr., verslininkas, Lietuvos Respublikos Aukščiausiosios Tarybos akto dėl Lietuvos nepriklausomos valstybės atstatymo signataras. Gimė: 1956 m. gruodžio 20 d. (58 metai), Lietuva. Vedė 1979 m.

Nuolatiniai Lietuvos gelbėtojai Seime turi būti išleisti į užtarnautą poilsį, nes jie slepia nuo mūsų, rinkėjų, esminę informaciją ir prieš rinkimus eilinį kartą mums tesugeba pasiūlyti minimalų minimumo kilstelėjimą. Jie slepia nuo mūsų tikrąjį valstybės surenkamų lėšų mastą ir viešai perskirsto vos daugiau kaip pusę valstybės lėšų: Vakarų šalyse darbo užmokesčiui tenka apie 50%, verslui – apie 10%, valstybei apie 40% sukurtos bendros pridėtinės vertės, Lietuvoje darbo užmokesčiui - apie 30%, verslui – apie 7%, o valstybei – apie 60% BVP. Negana to, jie mano, kad valdžios regalijos leidžia jiems net ir biudžeto lėšas švaistyti ar savintis atvirai – nuo viešinimo projektėlių iki šventvagiško „Nepriklausomybės“ vardo naudojimo. O scenarijaus įgyvendinimą prižiūri nešiojantieji teisėsaugos antpečius. Tačiau mūsų gelbėtojams liepiama mūsų vardu atsisakyti ne tik mūsų vertybių, kultūros ir ekonomikos, bet ir to, kas mūsų Konstitucijoje vadinama lietuvių kalba, šeima, valstybe ir Tauta – euro zona beatodairiškai verčiama vieninga federacine valstybe. Tik mes to turime nežinoti. Todėl mus linksmina ir tuo pat metu lošia iš mūsų: Tailande – iš Pakruojo „Kruojos“ futbolo, Snoro banke – iš mūsų lėšų, visoje Lietuvoje - iš mūsų jausmų mergaitei iki nežinia kur - iš Tautos likimo. Iš mūsų lošiama tai rusiška rulete, tai amerikietišku biliardu, tai vokišku futbolu. Kad klusniai žaistume ir žiūrėtume tik LRT, mus dar įkeitė švediškiems bankams ir Merkel – Grybauskaitės tandemui.

Ką turime daryti? Eiti į rinkimus ir balsuoti. Už ką? Ne už nuolatinius gelbėtojus, o už tikrovę ir jos suvokimą. Mūsų, rinkėjų, ir mūsų vis renkamų politikų problemą apibūdinti reikia paprastai – MES TIKIME MUMS ATVIRAI SAKOMU MELU. Viešai valdžia šiuo metu perskirsto apie 29% BVP dydžio surinktas lėšas, tuo tarpu Birželio 3-iosios grupės tyrimas patvirtino, kad ne viešai ir ne mums, daugumai rinkėjų, perskirstoma beveik dar tiek pat. Tad **pinigų yra, bet nėra viešumo juos skirstant ir juos skirsto akivaizdžiai netinkamai!** Ir už tuos pačius valstybės neviešai ir paslapčia skirstomus pinigus dar mums perša melą apie viską. Visų pirma, daugiausiai šių lėšų gaunantis LRT ir antras pagal gaunamą finansavimą Delfi.lt.

Pradėkime nuo viešumo valstybės finansuose. Visų pirma, ne 29% nuo BVP, bet beveik antra, t.y. neatidėliotinai būtina išviešinti dar beveik antra tiek skirstomų lėšų – apie 6 mlrd. EUR. Daug ar mažai? Pakankamai, kad visi pajustume palengvėjimą.

Be to, atsakingą finansų valdymą, asmeninės atsakomybės atstatymą užtikrinti gali visų gyventojų pajamų bendras kasmėnesinis apmokestinimas

be jokių išimčių, pareigos mokėti mokesčius suteikimas pajamas gaunančiam asmeniui. Tai būtų dar vienas esminis mūsų pilietinės visuomenės žingsnis, kuris ne tik sudarytų sąlygas piliečių sąmoningumui didėti, bet ir beprasmiu paverstų darbdavio siekį turėti šešėlinę buhalteriją - mokant darbuotojui jo atlygį ir jo privalomus valstybei sumokėti mokesčius, darbdaviui neliktų prasmės siekti neteisėtų pajamų ir mokėti darbo užmokestį vokeliuose.

Didinti reikia ne minimalų atlyginimą, o neapmokestinamą gyventojų pajamų dydį. Birželio 3-iosios grupės skaičiavimai, atlikti pagal viešai skelbiamus duomenimis, patvirtina, kad valstybės finansai leidžia jį padidinti iki 2000 Lt (600 Eur), tačiau nuo mūsų tai slepiama.

Būtina neatidėliotinai teisiškai įvertinti valstybės lėšų iššvaistymą, visų pirma, akivaizdžiai korupciniuose didžiuosiuose projektuose. Teisėsaugos nepriklausomumą užtikrinti gali ne Generalinio prokuroro skyrimo tvarka, bet teisėsaugos sistemos demonopolizavimas. Svarbioms valstybei byloms tirti turi būti skiriami nepriklausomi prokurorai - Seimo daugumos ar opozicijos sprendimais. Įteisinus Teisėtvarkos kanclerio institutą būtų užtikrinta piliečių teisė kreiptis dėl teisių pažeidimo teisėsaugos institucijų neveikimu.

Teismų nepriklausomumas nebus užtikrintas, kol teismas, priimdamas sprendimą valstybės vardu, galės įstatymo reikalavimą pakeisti vidiniu teisėjo įsitikinimu. Teisme būtina atsisakyti įsigalinčio rašytinio proceso, kuriuo patogu ne tik greitai, bet ir formaliai nagrinėti bylas, dangstyti juo priimant abejotinus teismo sprendimus, ignoruoti esminę bylos dalyvio teisę būti išklausytam teismo.

Tačiau esminis Lietuvos gelbėtojų kaukių atidengimas jau prasidėjo – jie neteko kalbos dovanos ir mąstymo dėl masinio ir neteisėtas nelegalių imigrantų perkėlimo į Europos Sąjungą, kas atskleidė šios sąjungos nesaugumą ir tikruosius tikslus, Lietuvos valstybės vietą po Lisabonos sutarties pasirašymo - Lietuvos Respublikos piliečiai, stojimo į ES referendume balsavę už lygiateisę Lietuvą, įsitikino, ką bereiškia Lisabonos sutartimi Lietuvai paliktos 0,58% visų balsų teisų, sprendžiant net valstybių narių saugumo klausimus. Ignoruojant Lietuvos Respublikos Konstitucijos I skyriaus nuostatas (Lietuvos valstybė ir nepriklausoma demokratinė respublika) ir XIV skyriaus nuostatas dėl mūsų Konstitucijos keitimo (Konstitucijos I ir XIV skyriai gali būti keičiami tik $\frac{3}{4}$ balsavimo teisę turinčių Lietuvos Respublikos piliečių pritarimu referendume) euro zonos pertvarkymas į federacinę valstybę forsuojamas. Todėl Europos Sąjungos

iširimas tampa realybe, kuriai ruošiasi ne tik Jungtinė Karalystė. Tačiau Lietuvoje apie visa tai net nediskutuojama, visuomeninis transliuotojas vykdo priešingą savo veiklai misiją – šios Tautai gyvybiškai svarbios informacijos slėpimą ir visuomenės klaidinimą. Mūsų piliečiai nuvertinti iki rinkimų statistinio vieneto - jiems nevalia žinoti to, kas su jais iš tikrųjų daroma, ir kuriems dirbtinai ir neteisėtai atimta referendumo teisė.

Todėl mūsų Konstitucijos apgynimas ir referendumo teisės sugražinimas Tautai, balsavimo užtikrinimas visiems Lietuvos Respublikos piliečiams, referendumo dėl Lisabonos sutarties ratifikavimo skelbimas yra neatidėliotini sprendimai. Tik Tauta turi teisę atsisakyti suvereniteto, šios sutarties ratifikavimas Seime 2008 metais buvo neteisėtas, nors ir galimai gerais lūkesčiais grįstas.

Referendumas turi tapti pagrindine valstybės valdymo ir žmonių pilietiškumo priemone.

Šių metų Graikijos pamoka atskleidė, į kokią nesaugią euro zoną ir kaip neatsakingai buvo priversta įstoti Lietuva. Todėl būtinas neatidėliotinas valstybės priemonių paruošimas, siekiant užtikrinti mūsų piliečių ir valstybės finansinį saugumą ir apsaugą nuo nekontroliuojamo viršvalstybinių institucijų (ECB, ESM ir kt.) bei komercinių bankų diktato. Lietuvos bankui tapus sudėtine ECB sistemos dalimi Lietuva ne tik neteko savo valiutos, bet ir nebevaldo savo užsienio atsargų. Būtina neatidėliotinai sukurti Valstybės kasą, visų pirma, išdo surinktų lėšų apsaugai, ruoštis savo valiutos įvedimui, valstybei skolintis, visų pirma, iš vietinių šaltinių, sukurti valstybės komercinį banką, užkardinti užsienio komercinių bankų nežabojamą įtaką Lietuvos valstybės valdymui, savavaldžiavimą ir siekį uždrausti atsiskaitymus grynaisiais.

Besiklostančios situacijos įvertinimui ir Tautos sprendimų priėmimui **gyvybiškai būtinas visuomeninio transliuotojo tapimas iš tikrųjų nepriklausomu ir atviru visoms politinėms jėgoms bei idėjoms.** LRT vaidmuo išskirtinai svarbus švietimui ir kultūrai, kurios privalo tapti prioritetinėmis valstybės sritimis. Milijardas litų, išleistų euro įvedimui, lyginant su netesėtu Vyriausybės pažadu 40 mln. Lt skirti kultūros darbuotojų, kurių vidutinis darbo užmokestis beveik susilygino su minimaliu darbo užmokesčiu, yra akivaizdus visų Lietuvą valdžiusių partijų moralės įvertinimas.

Lietuvių kalba ir šeima, teritorija – neliečiamos pagal mūsų Konstituciją ir turi likti Lietuvos valstybės pagrindais.

Šioje MELO VALSTYBĖJE, anot režisieriaus R. Vabalo 1964 m. Lietuvos kino studijoje sukurto filmo-parodijos „Marš, marš, tra-ta-ta...“ CENTIJOJE, nuo jos piliečių valdovė ir jos komanda slepia net tai, kad jau per 50% šilumos pasigaminame jau ne iš gamtinių dujų, o alternatyvių šaltinių. Slepiama ir begėdiškai meluojama, kad finansiškai ir valstybei, ir netrukus vartotojams nebeįkandama tapsianti Skystų dujų terminalo „Independence“ aferą esanti mūsų pažiba. Deja, be prokuroro įsikišimo šios aferos ir jos sutarčių, išleistų lėšų mes nesužinosime, išsirinkę tuos pačius gelbėtojus. Problema didėja jau dienomis, o valdžia blaškosi, nežinodama, kaip pridengti šį nuogą nusikaltimo prieš Tautą kūną.

Šioje melo valstybėje slepiama, kad šiemet baigtoje Europos Komisijos studijoje „Darnios energetikos Europos Sąjungoje įtaka užimtumui ir augimui“ Lietuvos energetinė perspektyva vertinama geriausiai ES. Bet ne su neteisėtai po 2012 metų referendumo ir toliau vykdomu Visagino AE projektu, o su mažomis alternatyviomis jėgainėmis. Nuo mūsų slepia, kad jau po 2 metų daugiau kaip 50% elektros energijos galėsime pasigaminti iš alternatyvios energetikos šaltinių, o perspektyvoje jos galime gaminti net 300% mūsų poreikio, t.y. tapti elektros energijos eksportuotoja. Jei mūsų valdžia nustos trukdyti tai daryti. Beje, tai - ne mūsų, bet EK studijos tyrimo rezultatas.

Šių neatidėliotinių sprendimų visuma sudarytų sąlygas atsikurti sąmoningam pilietiškumui, pagrįstam piliečio supratimui, kad jo balso teisė nėra beprasmė. Tik tokiomis priemonėmis galima ir Lietuvoje sudaryti prielaidas mums visiems atgauti pasitikėjimą savimi, ir Lietuvoje užsidirbti tiek, kad galėtume gyventi oriai ir saugiai.

Todėl **Birželio 3-iosios grupė**, atsižvelgdama į Lietuvos Persitvarkymo Sąjūdžio patirtį, patvirtinusią, kad vienintelis taikus būdas keisti sistemą ir išsaugoti Lietuvos valstybę yra dalyvavimas parlamento rinkimuose pagal sistemos sukurtas taisykles, **skelbia apie savo dalyvavimą artėjančiuose Seimo rinkimuose.**

Kviečiame drauge apsispręsti ir telktis dėl šių pagrindinių tikslų įgyvendinimo visus bendraminčius, siekiančius ne deklaracijų, o bendros veiklos – Lietuvos piliečius, visuomenines organizacijas ir politines partijas.

Mūsų valstybė negali būti parduodama ir perkama. Islandija tokius veikėjus – ir politikus, ir bankininkus – pasodino. Ir Lietuva didžiuojasi tuo, kad 1991 metais Islandija pirmoji pripažino Lietuvą. O kuo mes patys galime pasigirti?



ŠIŲ DIENŲ SKAUDŽIAUSIA PROBLEMA – PABĖGELIAI...

Pirma – pabėgėlių antplūdis ne gaivališkas, o suplanuotas.

Dabar ES'ο valdžia Briuselyje, Paryžiuje ir Berlyne sąmoningai sukėlė pabėgėlių skandalą ir kol vyksta skandalas ir visų dėmesys nukreiptas būtent į jį, ES'ο biurokratai nori iš Europos Sąjungos narių-valstybių atimti dalį valdžios – būtent nori centralizuoti imigrantų paskirstymą įvedant kvotas. Europos Sąjungos sutartis nenumato tokio centralizuoto skirstymo. Briuselis galės netrukdomai pas mus įkurdinti visokius valkatas, banditus, antisocialinius elementus, žodžiu turės kur tremti jiems netinkamus atėjūnus. O mūsų valdžia neturės teisės daryti ką nors prieš. Anksčiau jie jau bandė tokius dalykus daryti, bet tada neišėjo.



Antras dalykas – Europos Sąjungą valdo Socialistų Internacionalas.

Bėgome nuo marksistų-komunistų, o užbėgome ant dar bjauresnių marksistų-socialistų. Kai tarybiniais laikais studijavau universitete, tai tuomet teko laikyti valstybinį marksizmo egzaminą. Dabar pasakysiu kelis marksizmo teiginius: valstybė yra atgyvena ir visos valstybės ateityje bus panaikintos; šeima yra atgyvena ir ji bus panaikinta, bus bendros žmonos ir bendri vyrai, o vaikus auklės valstybinės įstaigos. Dabar tokį patį planą, kaip Stalino, vykdo mūsų vyriausybės, **seimai ir visi prezidentai**

kiek jų buvo ir yra — jie dirbtinai Lietuvoje sukūrė skurdą ir privertė daugiau kaip milijoną darbingų žmonių išvykti į užsienį, o vietoj išvytų lietuvių jau pradėjo į Lietuvą vežti negrus ir musulmonus ir negana to dar juos už dyką penėti, rengti, duoti gyvenamąjį plotą.

Tai argi jie ne išdavikai?

Pagarbiai, Henrikas L. Klaipėdos JDJ Tel.: +370 656 67776



LIETUVOS PENSININKŲ SUSIVIENIJIMAS (toliau Liet. PS)

RAŠTAS Nr.3 Ip/lrs (tema – vieniši neįgalūs pensininkai)

PRAŠYMAS

**LIETUVOS RESPUBLIKOS PREZIDENTEI, SEIMUI IR VYRIAUSYBEI SOCIALINIŲ
REIKALŲ IR DARBO MINISTERIJAI**

Lietuvos pensininkų susivienijimo organizacijos tikslai: Asociacija vienija visos Lietuvos pagyvenusius žmones - pensininkus ir aktyviai dalyvauja Lietuvos Respublikos visuomeniniame viešajame gyvenime, siekdama kartų solidarumo ir bendradarbiavimo. Lietuvos Respublikos teisinėmis priemonėmis gina Lietuvos Respublikos piliečių, pagyvenusių žmonių - pensininkų ir neįgaliųjų konstitucines teises, padeda Lietuvos Respublikos Seimui ir Vyriausybei formuoti ir įgyvendinti bendrąją socialinę politiką ir užtikrinti socialinį saugumą. Bendradarbiauja su savivaldybėmis ir jų Tarybomis. (Išrašas iš VĮ Registrų centro Juridinių asmenų registro Nr.303871378).

Mes gyvename laisvoje, demokratinėje šalyje, prie kurios kūrimo esame prisidėję per daugelį Lietuvai skirtų darbo metų, tačiau šiandien, kai jau esame

pensininkai, mūsų valstybė dažniausiai mus ignoroja: pagal Lietuvos Konstitucinio Teismo nutarimą jau seniai turėjo būti sugražintos pensijos, tačiau tai nepadėjo, nes buvo valdančiųjų, kuriems jų atlyginimų buvo mažai, ir Konstitucinis Teismas priėmė kitą nutarimą, neįvykdęs pirmojo. Jie tai padarė prieš įvedant eurą, užsitikrino sau gardesnę kashį, nekreipdami dėmesio į žmones, kurių, po pensijų sumažinimo, gyvenimas tapo žemiau skurdo ribos. Paskaičius mūsų Tėvynės Konstituciją – nėra užfiksuotas nei Prezidentės, nei Seimo atsakomybės už rūpinimąsi Lietuvių Tautos žmonėmis. Ar ne todėl jie visada paskutinėje vietoje arba pasmerkti skurdui?

Šiandien klausimas ne apie tai, o ypatingos svarbos klausimas – tai vieniši pensininkai (našliai/našlės ar niekada nebuvę vedę, neturintys jokių artimųjų), neįgalūs vieniši pensininkai (kuriais kol kas visiškai niekas nesirūpina valdžios lygmenyje). Dar 2010 metais, kai Lietuva pasirašė Jungtinių Tautų Konvenciją, Neįgaliųjų teisių konvencijoje 28 straipsnis siūlo - pakankamos gyvenimo sąlygos ir socialinė apsauga:

1. Pensinio amžiaus vienišus neįgaliuosius išskirti į atskirą grupę.
2. Siekti, kad jų neįgalumo pensija būtų padidinta iki MMA lygio.
3. Siūlyti Seimui peržiūrėti LR įstatymus ir įvesti atitinkamas pataisas, suteikiančias jiems oresnį gyvenimą.

Gerb. Skirma Kondrotienė – buvusi viceministrė, dabar JAV labdaros fondo „Heifer International“ valdybos narė (ji atsakinga už Rytų ir centrinės Europos regioną), seminare „Mažinkime skurdą Lietuvoje“ pasiūlė vienišus našlius ir vienišus neįgalius pensininkus apjungti į vieną grupę ir paskirti jiems pensijas, prilygintas MMA.

PRAŠOME:

1. Vienišų neįgalių pensininkų problema laukia skubaus sprendimo, tai – politinis klausimas.
2. Siekti, kad jų neįgalumo pensija būtų padidinta iki MMA lygio.
3. Vienišų neįgalių pensininkų globa (nežiūrint kokios pajamos) turi būti nemokama, nes daugumoje jie miršta užsidarę namuose, nes neturi lėšų užmokėti už slaugą arba iš nevilties žudosi.

Šis prašymas aptartas:

1. Prie apskrito stalo (vadovas prof. Artūras Razbadauskas KU Sveikatos apsaugos fakulteto dekanas) suinteresuotų asmenų posėdyje;
2. Išdiskutuotas 25/08 renginyje (organizatorius Liet. PS), kuriame dalyvavo Lietuvos SAM atstovas – asmens sveikatos priežiūros departamento direktorius Zdislavas

Kvarsciany, Klaipėdos SA skyriaus vedėja Janina Asadauskienė, Klaipėdos Soc. paramos skyriaus vedėja Audronė Liesytė, Klaipėdos ligonių kasų direktorius Alfridas Bumbys ir jo pavaduotojas Saulius Dobrovolskis ir gausi klausytojų auditorija.

Pagarbiai Aldona Marija Gedvilienė Lietuvos pensininkų susivienijimo prezidentė, Klaipėdos Jungtinės Pagyvenusių Žmonių Bendrijos pirmininkė. Pensininkų atstovė NVO savivaldybės Taryboje, laikraščio visiems pensininkams „AUKSINIS RUDUO“ redaktorė, <http://www.kjpb.lt>, el. paštas: aldonamarija2@takas.lt; amgedv@gmail.com; tel. 866673965
Klaipėda, 2015-08-25

KOMENTARAS: prašymas išsiųstas Socialinių reikalų ir darbo ministerijai tą pačią dieną kada parašytas, tačiau atsakymo nėra.



Žmogiško veido politika asmeniniu pavyzdžiu

Klaipėdiečių susitikimas su mecenatu, kultūros ir grožio puoselėtoju Ramūnu Karbauskiu.

Prof. STASYS PAULAUSKAS – filosofijos mokslų daktaras

Į kvietimą susitikti su Lietuvos Valstiečių ir Žaliųjų Sąjungos pirmininku Ramūnu Karbauskiu spalio 22 dieną į Klaipėdos I.Simonaitytės biblioteką susirinko nemažas būrys uostamiesčio ir aplinkinių gyvenviečių šviesuolių. „Saugios, blaivios ir verslios bendruomenės kūrimas: neišnaudotos galimybės“ – taip Ramūnas įvardino pasiūlytos diskusijos temą. Šiais klausimais nemažai diskutuojama, nesprendžiamos alkoholio ir pražūtingo verslo piktžaidės gerai žinomos. Tačiau naujos kartos politikas kalbėjo ne apie kitus, bet apie save. Kadangi geriausias būdas patobulinti pasaulį yra tobulinti save.

Retas vidutinio amžiaus sulaukęs tautietis galėtų pasigirti niekada nevartojęs alkoholio ir rūkalų. Tačiau Ramūnas šią savo savybę susiejo su gimta šeima, kur sveika gyvensena buvo natūrali savybė. Kultūros mecenatas išvardino daugybę

darbų, kuriais jis asmeniniu pavyzdžiu siekia puoselėti blaivią gyvenseną pirmiausiai savo gimtinėje – netoli Šiaulių įsikūrusioje Naisių gyvenvietėje.



Prelegento įsitikinimu kurti naują Lietuvą reikia pradėdant nuo jauniausių jos žmonių – moksleivių, nuolat bendraujant su jais ir šeimų nariais, vedant pokalbius mokyklose. Naisiuose pavyko pasiekti, kad praktiškai visi visuomeniniai renginiai vyksta be alkoholio ir rūkymo. Šių metų kultūros sostine paskelbta vienintelė Lietuvoje Naisių gyvenvietė Ramūno dėka suformavo nuosavą išskirtinį veidą ir gyvenimo būdą. Apsilankius šioje gyvenvietėje tenka vien stebėtis visoje teritorijoje išdėstytomis skulptūromis, bareljefais, muziejumi, neseniai įrengta naisiečių renginių vieta. Čia kuriamas per Lietuvos televiziją transliuojamas serialas „Naisių vasara“, kurio autorius ir režisierius yra **Ramūnas Karbauskis**.

Ramūnas sako, kad reikia stengtis gyventi taip, tarsi ši diena būtų paskutinė. Reikia stengtis daryti gerus darbus kiek pakanka laiko ir jėgų. Išskirtinė Naisių bendruomenės kultūra yra skleidžiama aplinkiniuose rajonuose ir visoje Lietuvoje. Naisių vasaros teatras keliauja po Lietuvą ir stengiasi perduoti savo kuriamą grožį kuo plačiau.

Daugelio metų rezultatas greta išskirtinio bendruomenės vaizdo yra ir pabrangęs gyvenvietės nekilnojamas turtas. Naisiečiams čia gyventi gera. Čia norėtų atvykti gyventi ir kitų gyvenviečių žmonės.

Diskutuodamas su klaipėdiečiais svečias palietė daugybę opių laikmečio problemų, susietų su rinkimais į Seimą, pabėgėlių, mokesčių ir kt. Pokalbis užtruko ilgiau nei numatyta, tačiau klaipėdiečiai neskubėjo skirstytis. Jiems kilo daugybė naujų minčių. Niekas taip neužkrečia kaip asmenišką pavyzdys. O jo Lietuvoje labai reikia.



Komentaras: žurnalistas Aurimas Perednis per žinių radiją sprendė klausimą, kaip kovoti su alkoholizmu Lietuvoje, rekomenduoju: pakvieskite į laidą Ramūną Karbauskį ir jis Jums paaiškins, kaip tą reikia daryti – jo patikrintas rezultatas gerai veikia. A.M.G.



MŪSŲ GYVENIMAS NUOTRAUKOSE SENJORŲ METŲ ŠVENTĖS AKIMIRKOS 2015 m.







MŪSŲ KŪRYBA

Atsakymas G.Griškevičiui

Irena Ona Linkauskienė

GYVYBĖS MEDIS

**Ne apie pinigus kalba –
Daina ši apie Saulę,
Kuri nušvinta ne visad
Aptemusiam pasauly.**

**Pajūrio esame vaikai,
Gimę donelaičiukais.
Tokie ir liksime visad –
Šios žemės vabaliukais.**



**Tekeičia mus nauja karta –
Sutvertas taip pasaulis
Išeiname po vieną mes
Kartu su savo Saule.**

**Tai buvo mūs Saulėjauta,
Jos nieks nepakartos
Ir niekada jau ši diena
Vakarės neatstos.**

**Mes ėjome į mitingus,
Skanavom Lie-tu-va,
Kvėpavom meile Tėviškei,
Dabar jau ji kita...**

**Ne apie pinigus daina
Ir jų vingiuotą kelią.
Čia atmosfera jau kita –
Mums svetima be galo...**



GYVENIMO FILOSOFIJA

Atsiuntė Aldona Mieliūnaitė

Psichologijos paskaitoje dėstytoja, nagrinėdama streso valdymą, vaikščiojo prieš auditoriją. Kai ji pakėlė nuo stalo stiklinę, mokiniai pamanė, jog tai bus dar vienas klausimas „Stiklinė puspilnė ar pustuštė?“. Tačiau dėstytoja, su šypsena veide, paklausė, kiek sveria ši stiklinė vandens. Mokiniai tuoj puolė spėlioti, kiek gi gramų ji sveria. Tačiau dėstytoja pertraukė: „Jos tikslusis svoris yra visiškai nesvarbu. Svarbiausia, kiek ilgai tu ją laikai. Jei pakelsi ir padėsi - nieko nenukurs. Jei laikysi valandą - tau pradės skaudėti ranką. Jei laikysi parą - tavo ranka nutrups ir tu jos nebejausi, nuo naštos.“

Stresas ir nerimas gyvenime veikia tokiu pačiu principu. Kuo ilgiau apie tai galvosite, kuo giliau pasinersite į problemas - tuo sunkiau bus iš to ištrūkti, tapsite apatiški ir nieko nenorintys, organizmas patirs milžinišką šoką. Nelaikykite savyje neigiamų emocijų, nesineškite jų kartu, einant miegoti. Atminkite, stiklinę padėti būtina!"



Redaktorius, korektorius, techninis atlikėjas Aldona Marija Gedvilienė. Autorių nuomonė ne visada sutampa su redaktoriaus nuomone.





klastingos ligos priešai

16. Čiobreliai

Saugo nuo vėžio, nes juose yra vertingų eterinių aliejų, flavonoidų ir rauginių medžiagų. Čiobreliai padeda kovojant su virusais ir bakterijomis.



17. Dilgėlės

Jose esanti folio rūgštis sumažina riziką susirgti kasos vėžiu. Skanu šviežių dilgėlių lapų įmaišyti į salotas.

18. Erškėtožių vaisiai

Daug vitamino C (stiprina imunitetą) ir nuo vėžio saugančių, raudonai dažančių medžiagų likopenų – iki 35,5 mg /100 g. Daugiausia šių vertingųjų medžiagų – vaisiaus luobelėje.

19. Gelteklės

Tai daug skaidulų ir vitaminų C bei E turinti daržovė. Vitaminai neutralizuoja laisvuosius radikalus ir sustiprina imunitetą. Vitamino E dienos poreikį patenkina 200 g gelteklių.

20. Gervuogės

Uogose esanti elago rūgštis stabdo vėžinių ląstelių augimą, tačiau saugo sveikasias ląsteles. Vitaminai A ir C stiprina imuninę sistemą, suriša laisvuosius radikalus (agresyviuosius medžiagų apykaitos junginius).

21. Graikiniai riešutai

Naudingi sveikatai, nes jų polifenoliai neutralizuoja laisvuosius radikalus. Riešutuose yra vertingų omega-3 riebalų rūgščių. Deja, jie gana kaloringi.



22. Greipfrutai

Juose yra vitamino C ir daug likopenų, kurie saugo nuo vėžio. Vitaminas C sustiprina pastarųjų poveikį, ypač kovojant su stemplės ir skrandžio vėžiu.

23. Imbieras

Jo eteriniai aliejai ir karčioji medžiaga gingerolis mažina uždegimus. Atliekant bandymus su gyvūnais buvo įrodytas imbiero gydymasis poveikis kovojant su storosios žarnos vėžiu.



24. Jogurtas

Jame daug kalcio bei sveikų pieno rūgšties bakterijų, kurios suaktyvina imuninę sistemą ir sustiprina jos gynybą nuo vėžio. Jogurtas neutralizuoja nuodingas medžiagas ir išvalo jas iš žarnyno.

25. Kiviai

Kaip vitamino C šaltinis jie – alternatyva citrinoms ir apelsinams, tik švelnesnio skonio. Šis vitaminas stiprina imunitetą ir apsaugo nuo laisvųjų radikalų.



26. Kopūstai

Ideali žiemės daržovė, nes vitaminas C juose gerai išsilaiko ir laikant rūsyje, ir verdant. Susmulkinti kopūstai geriausiai pasisavinami.

27. Krienai

Krienams aštrumo suteikia gliukozinolatai. Jie stimuliuoja kepenų fermentus, padeda pašalinti nuodingąsias medžiagas. Veiksmingi kovojant su plaučių, krūties ir žarnyno vėžiu.

28. Kukurūzų aliejus

Iš riebių kukurūzų daigų spaudžiamas aliejus vertingas savo nesočiosiomis riebalinėmis rūgštimis, malšinančiomis uždegimus.

29. Lašišos

Jose daug omega-3 riebalų rūgščių, slopanančių uždegimo procesus.



30. Lazdynų riešutai

Sukrimskite kasdien po saujelę ir tapsite atsparesni vėžiui. Paprastos nesočiosios riebalinės rūgštys yra labai atsparios laisviesiems radikalams. Elago rūgštis saugo nuo uždegimų ir vėžio.

31. Lęšiai

Juose daug skaidulų ir antrinių augalinių medžiagų, naudingų profilaktiškai nuo žarnyno vėžio. Taip pat folio rūgštis (saugančios kraujagysles) ir geležies (ypač reikalingos nėščiosioms).

32. Linų sėmenys

Naudinga įmaišyti šaukštą linų sėmenų į javainių dubenėlį. Sėmenys yra vertingų riebalinių rūgščių ir antrinių augalinių medžiagų, kurios padeda gydantis nuo krūties, gimdos, prostatos vėžio.

33. Mėlynės

Jose yra uždegimą slopinančių dažomųjų medžiagų antocianų, veikiančių kaip antioksidantai, taip pat elago rūgšties, sudarančios apsauginę plėvelę ant DNR ir neleidžiančios pažeisti vėžinėms ląstelėms. Taip užkertamas kelias ląstelių mutacijai, sumažinama vėžio rizika.

34. Miežiai

Miežiuose daug skaidulų, jie pagreitina maisto judėjimą žarnynu, išvalo jo sienelės ir taip apsaugo nuo žarnyno vėžio.

35. Moliūgai

Juose gausu seleno, saugančio nuo plaučių vėžio, ir karotinoidų (ląsteles saugančių medžiagų). Slopina uždegimą, apsaugo nuo vėžį sukeliančių laisvųjų radikalų. Sėklose daug vitamino E (antioksidantas), geležies, cinko, fitosterolių (augalinių riebalų) ir augalinių hormonų (fitoestrogenų).



36. Morkos

Jose daug antrinės augalinės medžiagos karoteno (ypač luobelėje). Karotenas kovoja su laisvaisiais radikalais. Kad jo poveikis sustiprėtų, reikia ant žalių morkų užpilti truputį aliejaus.