



NEFROINFO

Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ informacinis biuletenis pacientams ir jų artimiesiems

ISSN 1648-2751

2022 m. Nr. 3



„Gyvasties“ 2022 metų
trečio ketvirčio
svarbiausi darbai
– 2 psl.

„Gyvasties“ meninių
veiklų edukatoriai:
kas jie?
– 6 psl.

Bendrystė, kai jautiesi
savas tarp savų
– 15 psl.

Medicininė informacija – 4 psl.
Renginiai – 12 psl.
Ačiū, kad mums rašote – 16 psl.

www.donoras.lt

„Gyvasties“ 2022 metų trečio ketvirčio svarbiausi darbai

AUŠRA DEGUTYTĖ, Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ prezidentė



Aušra Degutytė, Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ prezidentė

Vyriausybėje vyko susitikimas dėl pavėžėjimo paslaugos, kai pacientai, kurie dėl tam tikrų aplinkybių negali nuvykti į gydymo įstaigą ar grįžti iš jos, galės pasinaudoti bendrai valstybės ir savivaldybių finansuojama pavėžėjimo paslauga. Šiame susitikime dalyvavo ir „Gyvasties“ tarybos narė Irma Juodienė.

„Gyvastis“ jau penkiolika metų siekia, kad dializuojamiems pacientams būtų teikiama pavėžėjimo paslauga. Susitikimo metu iškeltas klausimas ir dėl pacientų, iškvieštų galimai transplantacijai, atvežimo. Tikimės, kad bus priimti palankūs sprendimai pacientams, kuriems dar turi pritarti Seimas. Tokiu atveju pacientai pavėžėjimo paslauga galės pasinaudoti nuo 2024 metų vidurio, o 2023 metais startuos bandomasis projektas.

Teisinis atstovavimas:

- Dalyvauta darbo grupių posėdžiuose, diskusijose su valstybinėmis institucijomis ir kitomis nevyriausybinėmis organizacijomis (NVO) dėl socialinės reabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje akreditavimo. Parengtas raštas ir pateikti pasiūlymai Neįgaliųjų reikalų departamentui prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos (prie SADM).
- Toliau aktyviai dirbome prie rengiamų dializės aprašų korekcijos, dalyvaudami susitikimuose, Sveikatos apsaugos ministerijai pateikėme pasiūlymus ir savo pastebėjimus rengiamam dokumentui.
- Parengtas raštas Sveikatos apsaugos ministerijai dėl numatomo strateginio plano dėl paruošiamų donorų skaičiaus rodiklio.
- Kartu su asociacija „Kraujas“ ir Lietuvos vaikų vėžio asociacija „Paguoda“ parengtas raštas Sveikatos apsaugos ministerijai, LR Vyriausybei dėl asmens sveikatos priežiūros paslaugų užtikrinimo, dėl pozitronų emisijos tomografijos tyrimų Lietuvoje.
- Parengtas raštas LR Seimo nariams dėl Labdaros ir paramos įstatymo Nr. I-172 7 straipsnio pakeitimo siekiant, kad 1,2 proc. GPM būtų skiriama NVO.
- Diskutuota ir dėl peritoninės dializės prienamumo didinimo. Esama peritoninės dializės paslaugos tvarka kelia daugiau klausimų nei atsakymų.
- Parengtas raštas ir pateikti pasiūlymai Socialinės apsaugos ir darbo ministerijai dėl neįgaliųjų socialinės integracijos įstatymo Nr. i-2044

pakeitimo įstatymo ir kitų teisės aktų projektų paketo. Siekiant, kad Lietuvoje diegiant naują negalios vertinimo modelį būtų tinkamai atstovauti sergantieji sunkiomis lėtinėmis ligomis.

Aplankytos dializės įtaigos

Šiomet aktyviau lankomės dializės įstaigose, bendraujame su dializuojamais pacientais. Susitikimų tikslas – suteikti informacijos apie jiems priklausančias socialines garantijas, išsiaiškinti, su kokiomis problemomis pacientai susiduria regionuose. Pastebėta, kad pavėžėjimo į / iš dializės įstaigos problema išlieka. Pacientams skirtingose savivaldybėse tenka primokėti įvairiai: kai kuriose vietovėse priemoka siekia apie 150 Eur/mėn. Pavėžėjimo įkainį nustato ir tvirtina savivaldybės taryba. Susitikimai vyko Alytaus, Kauno, Kretingos, Palangos, Kėdainių dializės įstaigose.

Svarbiausi renginiai, kuriuose dalyvavome:

- Lietuvos nefrologijos dializės ir transplantacijos asociacijos 30-mečio konferencijoje;
- Mokymuose „Moterys ir negalia: dvigubos diskriminacijos pavojai ir pasipriešinimo būdai“, kuriuos organizavo Lietuvos negalios organizacijų forumas kartu su Lygių galimybių plėtros centru;
- Lietuvos Respublikos susisiekimo ministerijos organizuotame renginyje „Laisvė judėti kiekvienam“;
- UAB „EVS Group“ kartu su Sveikatos apsaugos ministerijos organizuotoje konferencijoje,

pristatant įgyvendinamą projektą „Sveikatos priežiūros kokybės gerinimas, parengiant pagrindines mirties priežastis Lietuvoje lemiančių ligų ir sveikatos sutrikimų integruotos sveikatos priežiūros standartus“;

- Sveikatos apsaugos ministerijos organizuotame susitikime dėl Sveikatos priežiūros kokybės ir efektyvumo didinimo plėtos programos.

Dirbome komisijose, darbo grupėse, tarybose:

1. Dalyvavimas nacionalinės NVO koalicijos veikloje, atstovaujant Lietuvos pacientų organizacijų atstovų bei asociacijos „Gyvastis“ nariams (Audronė Tutlienė, deleguota Lietuvos pacientų organizacijų atstovų tarybos (LPOAT));
2. SAM Tarpinstitucinėje derybų dėl vaistinių preparatų ir medicinos pagalbos priemonių kainų nustatymo veikloje (Audronė Tutlienė, deleguota LPOAT);
3. Asmens sveikatos priežiūros paslaugų vertinimo komiteto veikloje (Aušra Degutyte, deleguota LPOAT);
4. Kauno regioninio biomedicininų tyrimų etikos komiteto veikloje (Aušra Degutyte, deleguota LPOAT);
5. Nacionalinės sveikatos tarybos veikloje (Irma Juodienė);
6. II laipsnio valstybinių pensijų komisijoje prie SADM (Aušra Degutyte);
7. Regiono plėtos taryboje (Irma Juodienė, deleguota Lietuvos negalios organizacijų forumo (LNF));

8. Neįgaliųjų reikalų taryboje (Irma Juodienė);
9. Organų donorystės skatinimo ir organizavimo stebėsenos taryboje (Irma Juodienė);
10. Socialinės reabilitacijos neįgaliesiems bendruomenėje paslaugų akreditavimo ir finansavimo perspektyvų darbo grupėje (Irma Juodienė);
11. Informacijos prieinamumo neįgaliesiems sistemos tobulinimo klausimams nagrinėti darbo grupėje (Irma Juodienė).

Švietimas donorystės tema

„Gyvastis“ tęsia švietėjišką veiklą, nes mūsų asociacijos nariai puikiai supranta šio darbo prasmę – kuo daugiau kalbėsime apie organų donorystę, tuo visuomenė daugiau žinos apie ją:

- Buvo skaitomos paskaitos Alytaus Likiškėlių progimnazijos ketvirtokams;
- Nacionalinis transplantacijos biuras organizavo pažintinę dieną moksleiviams apie donorystę ir transplantaciją, kurioje pasakodami savo istorijas dalyvavo „Gyvasties“ nariai vilnietis Rimvydas Vekerotas ir alytiškė Akvilė Juškauskaitė;
- Rugsėjo pradžioje Kaune dalyvavome „IKI ėjimo varžybose“, kaip visuomet ėjome „Už organų donorystę! Už gyvenimą!“;
- Bendradarbiaujame su Nacionaliniu transplantacijos biuru organizuojant moksleivių piešinių konkursą, skirtą spalio mėnesio donorystės renginiams.

Viešinimas

Dalyvaujame viešinant organų donorystės ir transplantacijos procesą žiniasklaidoje – žurnalistams pateikiame istorijų herojus, dalyvaujame TV, radijo laidose, duodame interviu leidiniams.

Ryščiausi iš jų:

- „Dukros gimimas man prilygsta stebuklui“ – apie šiaulietės Jūratės Zubavičienės šeimą. (Žurnalas „Prie Kavos. Sveikata“ Nr.5.);
- „Alytiškė Daiva iš donoro sulaukė antros galimybės gyventi: „Mano vaikai vis dar turi mamą““ – apie vos prieš keletą mėnesių atliktą kepenų transplantaciją. (Lrt.lt, 15min.lt);
- „Lemtingas ketvirtas kartas: reta transplantacija Edvardui jau septynerius metus leidžia džiaugtis galimybe gyventi“. Edvardo istorija ir gyvenimas po kasos ir inksto transplantacijos, kuri Lietuvoje yra atliekama gana retai. (Lrt.lt);
- Žinių radijo laidoje „Sveikatos laikas“ – „Kaip gyventi su kito žmogaus organu?“ gydytojo Dariaus Eremino istorija.

Per šį laikotarpį Šiauliuose buvo suorganizuota „Gyvasties“ respublikinė sporto šventė, kaip ir kiekvienais metais rugpjūčio mėnesį suorganizuotos stovyklos „Gyvasties“ nariams Šventojoje.

Be išvardintų veiklų mes aktyviai dalyvaujame kitų organizacijų renginiuose, iniciatyvose ar mokymuose – tai buvo aktyviai viešinama socialiniuose tinkluose. Tokiu būdu mes tobulėjame, didiname savo žinias ir kompetenciją, tuo pačiu kurdami vertę „Gyvasties“ organizacijai ir savo nariams.



**NEĮGALIŪJŲ REIKALŲ
DEPARTAMENTAS**
PRIE SOCIALINĖS APSAUGOS
IR DARBO MINISTERIJOS

*Veiklos iš dalies finansuojamos
Neįgaliųjų reikalų departamento
prie Socialinės apsaugos ir darbo
ministerijos lėšomis*



*Tekstui lengvai suprantamos
kalbos rekomendacijas pritaikė
Rasa Pekarškienė.
Tekstas išbandytas Lietuvos
asociacijoje „Gyvastis“*

MEDICININĖ INFORMACIJA

B. Braun Avitum Žolyno klinika perkelta į P. Lukšio gatvę

Parengė dializės paslaugas teikianti B. BRAUN AVITUM Nuotraukos „B. Braun Avitum“

Pirmoji privati dializės klinika Vilniuje, daugiau kaip du dešimtmečius veikusi Žolyno gatvėje, perkelta į Šiaurės miestelio teritoriją – pacientai laukiami P. Lukšio gatvėje duris atvėrusiame moderniame „B. Braun Avitum“ dializės centre.

„Žolyno klinika tiesiog „išaugo“ savo patalpas: per pandemiją priėmėme daug pacientų iš ligoninių, ir jau pradėjo nebeužtekti visiems vietų. Be to, ši gydymo įstaiga veikė antrame aukšte, o tai buvo nepatogu pacientams, turintiems judėjimo sunkumų. Tad ieškojome patalpų, kurios būtų erdvios, pirmame aukšte, lengvai pasiekiamos ir sunkiau vaikštantiems ar visai nevaikštantiems pacientams. Taip atsidūrėme P. Lukšio gatvėje, ir dabar Žolyno dializės klinika vadinaisi B. Braun Lukšio dializės klinika“, – komentavo permainų būtinybę UAB „B. Braun Avitum“ generalinė direktorė Rasa Narkienė, aprodydama erdvias, modernias naujosios klinikos patalpas.

Drauge su medikais persikėlė ir visi pacientai

Žolyno gatvėje veikusi klinika buvo pirmoji privati dializės klinika Vilniuje, veiklą pradėjusi 2001 metais. 2008 metais klinika buvo prijungta prie „B. Braun“ klinikų tinklo ir tapo viena iš septynių tuo metu Lietuvoje veikusių „B. Braun“ dializės klinikų. Žolyno gatvėje buvusi dializės klinika uždaryta – dabar ji visa perkelta į P. Lukšio gatvę.

„Į naująją kliniką P. Lukšio gatvėje persikėlė visa profesionali Žolyno klinikos medikų komanda: gydytojai, slaugytojos, slaugytojų padėjėjos ir medicininės aparatūros inžinierius. Klinikoje pacientais ir medicininės aparatūros priežiūra dabar rūpinasi dvidešimties kvalifikuotų specialistų komanda. Klinikoje įrengtos 23 dializės vietos, dirbsime dviem ir trimis pamainomis, kad dirbantys pacientai galėtų atvykti dializei po darbo“, – kalbėjo gydytoja nefrologė Sigita Kazakevičienė, UAB „B. Braun Avitum“ Vilniaus regiono vadovė.

Pašnekovė pasidžiaugė, kad drauge su medikais į Lukšio kliniką persikėlė



ir visi pacientai, kuriems, pasirodo, medikų profesionalumas, patirtis svarbiau nei klinikos vieta. Beje, perėjo ir pacientė, Žolyno gatvės dializės klinikoje pradėjusi lankytis tik ją atidarius – 2001 metais.

Sumontuota nauja, moderni įranga

Klinika ne tik pakeitė vietą, bet ir visiškai atsinaujino.

„Esame dalis pasaulinės kompanijos „B. Braun“, kuri ne tik teikia dializės paslaugas, bet ir kuria šiai procedūrai reikalingą įrangą, priemones ir technologijas, tad galime būti tikri, kad moderni mūsų įranga, žinios ir patirtis atitinka tarptautinius standartus“, – pasakojo R. Narkienė.

Naujose patalpose sumontuota visiškai nauja medicininė įranga: naujos kartos kompanijos „B. Braun“ dializės aparatai, įrengta moderni ir technologiškai pažangi dvigubos osmozės vandens valymo sistema „Aqua Boss“ su karštos dezinfekcijos mazgu, šiuolaikiška centrinio koncentrato maišymo ir tiekimo sistema „ECOMix“.

Dializės aparatai, kaip ir visos technologijos, nuolat tobulėja, tad naujieji, naudojami Lukšio klinikoje, dar saugesni pacientams ir patogesni juos prižiūrintiems darbuotojams. Pavyzdžiui, dėl įdiegtos SNCO funkcijos galima nustatyti norimų ribų kontrolinį slėgį ir sėkmingai atlikti dializę net naujai suformavus kraujagyslinę jungtį, nereikia laukti, kol ji „subręš“. „BioLogic Fusion“ funkcija leidžia



kontroliuoti ultrafiltracijos greitį, atsižvelgdama į paciento kraujospūdį bei santykinį kraujo tūrį ir padeda išvengti hipotenzijos (žemo kraujo spaudimo). Nauja įranga taip pat visą dializės laiką fiksuoja kraujo išotšinimą deguonimi bei hematokritą (hematokritas – tai kraujo plazmos (skystosios kraujo dalies) santykis su bendru kraujo ląstelių kiekiu) ir atsiradus bet kokiam nukrypimui nuo normos informuoja apie situaciją personalą. „Adimeos“ funkcija leidžia kiekvieną kartą įvertinti dializės efektyvumą.

„Nauja programa yra intelektualiai, aparatas pats „mokosi“, prisitaiko prie paciento. Šis į kliniką atvyksta su savo kortele, kurioje išsaugoti visi ankstesnių dializių duomenys. Išanalizavęs visus skaičius aparatas gali matyti atliktų dializių efektyvumą, parinkti tinkamiausią programą ir reguliuoti dializės dozę. Žinoma, šią programą patvirtina gydytojas“, – apie naujosios klinikos įrangą pasakojo Juozas Jakubka, UAB „B. Braun Avitum“ medicininės technikos inžinierius.

Net ir menkas įrangos patobulinimas gali duoti efektą. Pavyzdžiui, kraujo magistralės priedas sumažina kraujo sąlytį su oru ir po procedūros leidžia daugiau jo gražinti pacientui nei ankstesnės kartos aparatai – kas kart susitaupo 2–3 gramai kraujo. Smulkmena? Padauginkite iš trijų kartų per savaitę, šimto penkiasdešimt šešių kartų per metus.

„Ši klinika – vienintelė Lietuvoje, kurioje instaliuota „B. Braun“ dviejų lygių vandens valymo sistema, garantuojanti ypač švarų vandenį. Atvirkštinė osmozė yra viena iš pažangiausių technologijų, kuri vandenį išvalo beveik nuo bet kokių gamtoje esančių priemaišų. Be to, ši sistema, kitaip nei vieno lygio vandens valymo, įrangos gedimo atveju užtikrina nenutrūkstamą vandens tiekimą“, – tęsė pasakojimą apie naują įrangą J. Jakubka.

Moderni įranga draugiška ne tik pacientams, bet ir aplinkai. Pavyzdžiui, sistema „ECOMix“ leidžia dializei reikalingą koncentratą ruošti vietoje ir tam naudoti vietos vandenį, nereikia jau paruošto koncentrato plastikinėje taroje vežti iš Vokietijos, nereikia



vietoje naudoti fiziologinio tirpalo talpų, rezultatas – gerokai sumažėjo plastiko atliekų.

Aparatai visiškai automatizuoti, patys pasiruošia procedūroms, tad personalas gali skirti daugiau laiko pacientams. Netrukus bus įdiegta dializės kokybės monitoringo sistema.

Patogu ir lankytojams, ir darbuotojams

Pasak S. Kazakevičienės, naujoji klinika šiuolaikiška ne tik savo įranga – ji buvo projektuota taip, kad pacientams ir darbuotojams būtų kuo patogiau čia patekti ir dirbti.

„Į ją patogiu atvažiuoti viešuoju transportu, taip pat yra automobilių stovėjimo aikštelė atvykusiems savo automobiliu. Pastato viduje – erdvios pacientų rūbinės, laukimo patalpos, šviesios ir šiuolaikiškos dializės salės“, – vardijo naujos klinikos privalumus S. Kazakevičienė.

Visos patalpos – pirmame aukšte, suplanuotos taip, kad jose būtų patogiu judėti ir sunkiau vaikstantiems pacientams, ir atvykstantiems neįgaliojo vežimėliu.

Įrengiant naują kliniką pagalvota ne tik apie atvykstančius pacientus, bet ir apie čia dirbančius žmones – įvertinant dializės centro specifiką suprojektuotos patogios darbo ir pagalbinės patalpos. Pavyzdžiui, atrodytų, smulkmena – patalynės kambarys yra visai šalia dializės salės, tad nereikia toli nešti po kiekvieno paciento apsilankymo keičiamos patalynės, darbuotojams tai didžiulis palengvinimas.

„Reikėjo priprasti prie naujos įrangos, bet kai įpratome, pamatėme, kad su ja daug lengviau dirbti, naujieji aparatai turi naujų funkcijų, kurių senieji neturėjo, yra patikimesni. Ir, žinoma, patalpos daug šviesesnės, erdvesnės – tai vertina ir pacientai, ir darbuotojai“, – komentavo pokyčius bendrosios praktikos slaugytoja Jurgita Liegienė.

Jos mintis pratęsė slaugytojos padėjėja Ina Stiklakienė, nuo pat įsikūrimo dirbusi Žolyno klinikoje. Nors ir jausdama nostalgiją ankstesnei darbo vietai, pašnekovė neabejojo – naujos patalpos daug patogesnės: „Čia viskas apgalvota – nėra jokių laiptų, liftų, patogiai suplanuotos patalpos. Didelis palengvinimas personalui ir patogumas darbuotojams – naujos funkcinės lovos, į kurias daug lengviau įkelti nevaikštančius ar sunkiai vaikštančius pacientus. Mes dirbdamos naudojame specialius vežimėlius, tad su jais daug lengviau judėti erdviuose patalpose, nereikia nuolat žvalgytis, kad kažko neužkliudytume.“

„Dializės procedūros buvo geros ir Žolyno klinikoje, bet čia daug erdviau, gražiau“, – lygino dializės centrus užkalbintas pacientas.

„Aš judu tik vežimėliu, tai man labai gerai, kad čia nėra jokio laiptelio. Ir taip – jauku, šviesu, patogios lovos. Ir žinoma, labai malonus ir paslaugus personalas“, – pratęsė pokalbį gretimoje lovoje įsitaisiusi moteris.

Įsikūrimo laikas baigėsi, darbas ir procedūros naujoje Lukšio klinikoje – jau įprasta, patogi kasdienybė.

„Gyvasties“ meninių veiklų edukatoriai: kas jie?

Lietuvos asociacija „Gyvastis“ ir asocijuoti nariai kasmet rengia projektus ir siekia gauti finansavimą, kad galėtų asociacijos nariams organizuoti veiklų ir užsiėmimų. Tai ir fizinio aktyvumo stovyklos, šokių pamokos, meninės raiškos edukaciniai užsiėmimai. Kai kurias veiklas nariai renkasi jau 10 metų – atsiradusius įgūdžius panaudoja savo reikmėms, užsiėmimų metu pasigamina suvenyrų, dovanėlių, su bendraminčiais ir bičiuliais maloniai praleidžia dalį dienos. Šias veiklas organizuoja žmonės, savo srities profesionalai, su kuriais pradėsime pažintį šiame numeryje. Tai meno edukatoriai, kurie veiklas organizuoja Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Marijampolėje. Siūlome susipažinti su meninės veiklos mokytojais, vadovais ar edukatoriais – tokiais vardais juos galime vadinti. Savo veiklų vadovus pažįstate, tačiau gal šie interviu Jums atskleis kažką nauja apie juos, taip pat susipažinsite su besidarbuojančiais kituose miestuose.

Visi atsakys į klausimus, susijusius su jų pažintimi su gyvastiečiais, ir užsiėmimais, vedančiais meno pažinties keliu.

Kiek laiko dirbate su gyvastiečiais?

Kaip jautėtės savo darbo pradžioje ir kaip jaučiatės dabar, jau turėdami patirties dirbdami su gyvastiečiais?

Ar ši auditorija išskirtinė?

Kokios nuotaikos vyrauja kūrybinėse dirbtuvėse?

Kokias veiklas organizuojate ir ko mokote?

Kokių tikslų siekiate savo užsiėmimuose?

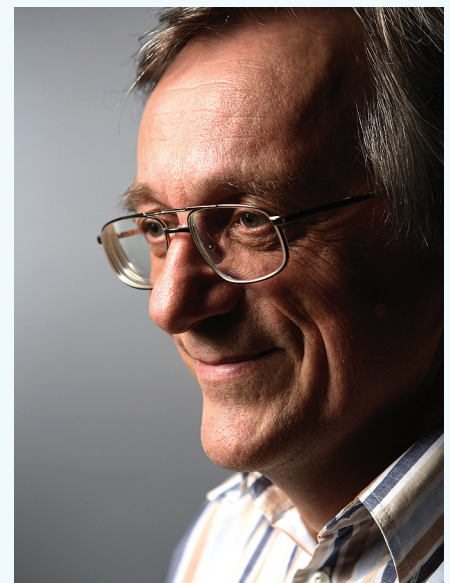
Ko mokotės patys bendraudami su gyvastiečiais?

**KERAMIKAS GVIDAS RAUDONIUS:
„SVARBIAUSIAS DALYKAS –
KARTU PASINERTI Į SVAJŲ,
SAVIRAIŠKOS PASAULĮ“**

Apie save

Žemaitijos lygumų vaikas. 11 brolių ir seserų apsuptyje augau po aukštu Kvėdarnos valsčiaus, Padvarninkų kaimo dangumi, rūpestingai globojamas savo mylimų tėvelių – Anicetos, meiliai dar vadinamos Ancele, ir Antano.

Pradinė mokykla buvo visai šalia namų, ranka pasiekiamą. Tik, deja, šioje puikioje mokykloje baigiau tik tris klases. Visa mūsų šeima sunkiai vertėsi, todėl mane ir dar vieną brolių tėveliams skaudančia širdimi teko atiduoti valstybės globai. Taip atsidūriau Šilutės mokykloje-internate. Apie joje dirbusius pedagogus, laikinai atstojusius mums tėvus, liko kuo šilčiausi atsiminimai. Jau šioje mokykloje lankiau dramos, fotografijos ir



keramikos būrelius, tačiau galiausiai mane pakerėjo keramika. Matyt todėl ir tolimesnis mano pasirinkimas, baigus aštuonmetę, buvo keramika: įstojau į Telšių Taikomosios dailės technikumą. Po poros mokslo metų manęs ir viso kurso mokinių laukė staigmena: tęsti mokslų buvome perkelti į Kauną, Stepo Žuko Taikomosios dailės technikumą. Sėkmingai apsigynęs baigiamąjį keramikos darbą, pabandžiau stoti į Vilniaus Dailės institutą, Meno istorijos specialybę. Deja, mano planas neišsipildė, ir aš vienerius metus atidirbau pagal anuomet galiojusią tvarką paskirtoje įmonėje. Tai buvo Vilniaus Dailės kombinatas. Laiminga man buvo ši vieta, nes per tą laiką gero-kai patobulinau žiedimo techniką. Po metų laimingai įstojau į Dailės institutą mokytis keramikos pas švie-



sios atminties pedagoga, keramikos maestro profesorių Juozą Adomonį. Baigęs studijas vėl sugrįžau į tą pačią įmonę autorinio tiražo, modelių-etalonų kūrybos sritį. Pradėjau aktyviai dalyvauti parodose, susipažinau su dabartine žmona Džiuljeta – irgi keramike. Daug sukūrėme bendrų darbų privatiems interjerams ir eksterjerams, parodoms, nuo 1983 metų kartu su kitais keramikais sumanėme konceptualių parodų ekologine tema ciklą „Dailininkas ir gamta“, toliau – vis intensyvesnis dalyvavimas kolektyvinėse dailės parodose Lietuvoje ir už jos ribų. Surengėme ir kelias dviejų autorių, asmenines keramikos parodas. 2010 metais mano iniciatyva ir kuravimu buvo pradėtos rengti Vilniaus keramikos meno bienalės. Jų surengtos penkios. Kuruoju socialinį projektą su Dailininkų sąjungos galerija „Lip-dau pasaulį ir save“, skirtą globos namų gyventojams. Tarp daugybės darbų – miela pažintis ir bendradarbiavimas su Vilniaus gyvastiečiais. Jis vis dar tęsiasi...

Su asociacijos „Gyvastis“ Vilniaus skyriaus žmonėmis, pamilusiais keramiką, susipažinau prieš keletą metų – net neprisimenu, kada tiksliai tai

įvyko. Keitėsi mano studiją lankantieji keramikai, bet pagrindinis branduolys išliko: Elona, Rimvydas, Algimantas, Stanislovas, Birutė... Negalėčiau pavadinti šių dalyvių auditorijos išskirtine, bet visada turiu šiek tiek galvoti, su kokiomis fizinėmis, vidinėmis problemomis į mano rengiamus užsiėmimus ateina šie mieli žmonės. Nejučia turiu atsižvelgti į jų būsenas, nuotaikas, bet tai tikrai nesudrumsčia visų dalyvaujančiųjų kūrybinės nuotaikos.

Keramikos studijoje visada stengiuosi sukurti fantazijų, kūrybos laisvės pripildytą atmosferą. Sunku būtų visa tai vadinti tradiciniu mokymu: tai daugiau bendrakūrystė, bendradarbiavimas ir malonus laiko praleidimas, kai nors laikinai galima pamiršti savo vidines problemas. Aš tik galiu pats pasimokyti iš gyvastiečių kantrybės, tolerantiškumo ir draugiškumo. Ši grupė nėra išskirtinė tuo, kad reikėtų mano kažkokių ypatingų pastangų, reikalautų profesinių dalykų. Tiesiog man pačiam reikia jautriau ir taktiškiau į tą kūrybos erdvę juos atvesti. Jie įvaldo įvairias technikas ir bendrai pasitardami kartu padarom dalykus, kuriuos pagaminti jie nori.



Keramikos technologija gana sudėtinga, nelengva. Procesų nemažai, kuriuos jie turi įveikti ir žingsnis po žingsnio įveikia.

Kiekvienas molio meną norintis pažinti žmogus: ir suaugęs, ir vaikas yra laukiamas. Molio visada užteks – svarbiausias čia dalykas – pasinerti į svajų, saviraiškos pasaulį. Kai turi tikrą, kad ir nematerialią svajonę, gyveni su sparnais, kurie nuskraidina į sugalvotą mielą tikrovę. Molio gabalėlis gali būti tos tikrovės pradžia.

INDRAJA RAUDONIKYTĖ: „VIENAS MIELIAUSIŲ MŪSŲ DARBŲ – ANGELŲ KOLEKCIJA“

Apie save

Gimiau apsupta meilės, muzikos ir meno. Buvau auklėjama tautiškumo ir humanizmo principais. O žingeidumas mane vedė ir skatino tobulėti. Studijavau tapybą, restauraciją, edukologiją, pabaigiau taikomosios grafikos magistro studijas. Dėščiau ir tebedėstau keliuose universitetuose grafinio dizaino pagrindus. Rengiu edukacijas apie augalus, keramiką, tautinius amatus. Esu kurianti dailininkė, dalyvauju parodose ir visuomeninėje veikloje. Šeimoje su vyru Audriumi auginame dvi dukras Oną ir Mildą, o sūnus Sebastijonas jau gyvena atskirai ir kremta fotografo duoną.



K. Sabaliauskaitės nuotr.

Su „Kauno Gyvasties“ nariais dirbau apie vienerius metus. Tai buvo žmonės, kurie atvykdavo į dializės centrą procedūroms, nes mūsų patalpa buvo įsikūrusi šiame centre, prisijungdavo ir moterys iš onkologine liga sergančius žmones vienijančios draugijos.

Mane šių užsiėmimų vesti pakvietė Irma Juodienė – „Kauno Gyvasties“ vadovė. Aš ją pažinojau ne vienerius metus, todėl turėjau žinių apie „Gyvasties“ vienijamų žmonių sveikatos sutrikimus. Ruošdamasi ir planuodama užsiėmimus, juos derindavau ir koreguodavau pagal šių žmonių galimybes. Kartais tekdavo koreguoti susidarytą planą, nes liga pažeisidavo



žmonių gebėjimus ir rankdarbius būdavo sunku padaryti – dėl ligos pažeistų ir nejudrių pirštų galiukų smulkūs darbeliai būdavo neįmanomi. Būdavo ir netikėtų malonių atradimų! Kai kurie žmonės pastebėdavo, kad, tarkime, dirbdami su moliu, pajusdavo palengvėjimą ir išsijudinimą sąnariuose.

Užsiėmimų metu yra tekę išgyventi visokių emocijų. Tarkime, reikėdavo emociškai pasiruošti tokiems momentams, kai ateidavo žmogus tiesiai iš dializės arba prieš ją – jausdavosi išsekę, palieję, be jėgų. Tikrai tada suvirpindavo kažką viduje suvokimas, kad viskas vyksta šalia mūsų ir su mumis: šie žmonės turi ypač sunkią sveikatos būklę ir kartu stengiasi nesėdėti namuose, ateiti ir dalyvauti kūrybinėse veiklose. Sutikau įvairių likimų žmonių – jaučiuosi praturtėjusi pažintimis su jais.

Dažniausiai dirbdavau su moterimis. Todėl nuotaikos mūsų dirbtuvėse būdavo labai plačios skalės, pasikalbėjimų užsiėmimų metu būta visokių. Neišvengdavome ir ligų temos, natūralu, juk visos moterys turėdavo bėdų su sveikata. Kalbos nukrypėdavo ir į moteriškus pasiūlymus, ir į ezoterines temas – blaškydavome save pačiomis įvairiausiomis temomis.

Dalyvavimas edukacinėse veiklose kartu su gyvastiečiais plėtė ir mano akiratį donorystės klausimu. Džiaugiuosi, kad ir toliau tenka dirbti šios organizacijos veikloje – lankstinukų ir kitos

informacinės medžiagos leidyboje – kuriu iliustracijas, neseniai turėjau didesnę darbą – sukūriau iliustracijas išleistam „Mitybos žinynui“ – teko pasigilinti į gyvastiečių, t. y. sergančių inkstų ligomis, mitybos klausimus.

Mūsų meninių užsiėmimų sritis labai įvairi – labiausiai pasiteisinusi keramika, taip pat tekstilė, mokiau tautodailės įvairios technikos – gamino indelius, skulptūreles, angelukus, dėžutes, pynėme juostas ir pan.

Vesdama meninės saviraiškos užsiėmimus stengdavosi padėti pasijusti geriau – perkelti savo emocijas (nerimą, liūdesį) į kitą lygmenį – kuriant susitelkti į kitas nuotaikas ir mintis. Siekdavau, kad žmonės, kurie negali reguliariai dirbti darbo, ateitų į užsiėmimus ir prasiblaškytų, išmoktų naujų dalykų, sužinotų ir praplėstų akiratį, kad jie turėtų šių žinių ir nesijaustų atskirti. Kartu esame sukūrę daug mielų ir gražių kūrinių. Labiausiai turbūt džiaugėmės sukūrusios didžiulę angelų kolekciją, kuri dalyvavo parodoje Kauno pilyje.

Ko pati mokiausi iš jų? Išmokau daugelio dalykų. Pirmiausia ramybės. Darbas su gyvastiečiais sužadino supratimą ir suvokimą, kad gyventi reikia šiandien, nes negali žinoti, ką atneš rytoj, neatidėlioti švenčių šventimo, dėmesio artimiesiems.

Visiems pacientams linkiu rūpintis savimi, linkiu optimizmo ir tikėjimo, kad bus atlikta transplantacija ir po sunkaus ligoto periodo pavyks sulaukti visaverčio gyvenimo etapo.

RIMANTAS KRANAUSKAS: „AŠ JIEMS NAUDINGAS – DĖL TO ESU LAIMINGAS“

Mano kredo:

„Mylėk savo artimą taip, kaip pats save! To mokausi kasdien“

Su „Kauno Gyvastimi“ dirbu jau 10-metį. Pradžioje jaudinausi – kaip jie mane priims, ar jiems tiks mano siūlomas užsiėmimas. Galvoju, kad drąsos dirbti su pacientais man suteikė mano asmeninis patyrimas – bendravimas su vokiečiais – su vienos mokyklos direktoriumi, kurio sūnus turėjo negalią. Mane labai praturtino žinios, kurių įgijau bendraudamas su ta šeima: mačiau, kaip integruojamas jų vaikas į visuomenę. Ir aš vadovavau tomis žiniomis – kad žmogus neužsidarytų namuose, neužsisklęstų savyje. Organizuoti tokias veiklas, kad žmogus atėjęs jose jaustųsi patogiai, saugiai ir svarbiausia – įdomiai, kad rastų bendraminčių, kad kiekviena susitikimo diena jam būtų įdomi.

Užsiėmimai neapsieina be arbatos ar kavos puodelio ir, žinoma, be pokalbių. Kalbamės apie viską – apie gyvenimą, sveikatą, kainas, apie meilę – apie viską. O tada pradėdame dirbti.



Pynimas – senovinis amatas, gyvuojantis nuo 500 m. prieš Kristų. Senovėje, kai nusikaltusius sodindavo į kalėjimą, jiems liepdavo pinti. Dėl ko? Kad jie būtų naudingi ir... neišprotėtų. Aš, mokydamas šio amato, žinoma, turiu visai kitokį tikslą. Pabandyčiau paaiškinti: čiupinėdami pynimui reikalingas žaliavas – vyteles, kurias augina mūsų ūkininkai saulės, lietaus ir vėjo gairinamuose laukuose, mes savo pirštais jaučiame tikrą natūralų daiktą. Užsiėmimų dalyviai pindami jaučia tą natūralumą, įsijaučia į veiklą, net seilė kartais nutįsta dėl didelių pastangų dirbujantis.

Gyvastiečiai – ypatingi pacientai, gyvenantys su transplantuotais organais, tokias operacijas – transplantacijas – iškenčia...

Liūdesys ir skausmas aplanko, kai reikia laidoti savo bičiulį – yra tekę

tokiu būdu atsisveikinti jau su ne vienu pynėju. Tokios emocijos, suprantama, liūdnos. Kai praeina kiek laiko ir jos prasisklaido, ir juokaujama, ir šmaikštaujama.

Pynimo užsiėmimų metu džiugu stebėti, kaip žmonėms pagerėja sveikata – suaktyvėja smulkioji motorika, pirštai lankstesni pasidaro. Ir ką tai lemia? Jie pasigamina, mano padedami, dirbinius, kuriais neapsakomai džiaugiasi! Ne tik užsiėmimai ir pasigaminti daiktai džiugina. Mes ir į gamtą kartu traukiame – dešrelių pasikepame! Į tokias išvykas stengiamės pasikviesti ir ypač sunkiai judančius, kurie atvykti į užsiėmimus negali.

Džiaugiuosi, kad per tiek metų labai susigyvenome. Šiemet ypač maloniai pasijutau, kai paskambino vienas pynėjas ir sako: „Rimai, kodėl

nieko nepraneši apie užsiėmimus? Juk jau rugsėjis prasidėjo, o mes tavęs labai pasiilgom“.

Mano užsiėmimų tikslas – kad žmogus išmokytų pynimo technikos, kad veikla nevargintų, kad visi rastų bendrystę, kad džiaugtųsi kitu žmogumi ir jo darbu. Siekiu išmokyti pagaminti daiktą, kuris džiugintų – krepšelį apelsinams susidėti per Kalėdas, pintinaitę bandelėms ar kažkokią didesnę pintinę iškylai. Aš jiems padedu, kartais ir didesnę dalį gaminio padarau, nes žmogui nepavyksta. Taip, būtinai padedu. Nes noriu būti naudingas. Ir kai matome – ir aš, ir jie – rezultata, tai įkvepia kitiems darbams. Aš jiems naudingas – dėl to esu laimingas. Prasidėjo ruduo – aš vėl laikiu pirmadienio ir mūsų užsiėmimų.

KRISTINA VENSCLAUSKIENĖ: „SUSIRINKO GYVASTIEČIAI – SKAMBA VISAS PASTATAS!“

Apie save

Dailė, menas, kūryba – mano gyvenimo būdas, savęs išraiška, jausmų įamžinimas ir tikslas suteikti džiaugsmą kitiems. Man patinka tai, ką darau. Aš tame gyvenu. O kai darai tai, kas patinka, nuo ko džiaugiasi širdis, tada gali duoti maksimaliai bei kokybiškai. Ir gyvenimas nusi-dažo ryškesnėmis spalvomis. Esu meniška ir kūrybinga, atvira įvairioms naujoms idėjoms, aktyviai dalyvauju menininkų pleneruose ir dirbtuvėse, parodose. Mano didžiausia aistra – meninės rankų darbo lėlės, taip pat kuriu meškiukus, piešiu ant įvairių paviršių ir medžiagų. Didelį dėmesį skiriu detalėms, emocijoms ir siekiu tobulumo savo darbuose. Mano minčių, nuotaikų, spalvų ir sprendimų suvokimas – tai mano gyvenimo menas... Tai viskas: mano svajonės, savirealizacija, darbas ir laisvalaikis.



Su Marijampolės gyvastiečiais dirbu jau turbūt 9 metus. Prieš tiek metų, kai susipažinau su jais ir pradėjau dirbti su šia išskirtine grupe, labai jais žavėjausi – pakėrė jų žmogiškumas, pagalba vienas kitam: reikia pavežti pas gydytojus – mes visus darbus į šoną ir veš, reikia vyšniaus nuskinti, nes pats nepajėgia – suorganizuos talką. Jei susiplanavo pasivaikštinimą kavinėje ir kažkas neturi pinigėlio susimokėti – keliese susidės ir pavaišins. Susveti-

mėjusiame pasaulyje tokios savybės tikrai stebino – pasakojau visiems apie tai ir žavėjausi. Vienas kitam jie padėdavo taip natūraliai ir be ilgų svarstymų – reikia ir daro. Tas pats ir dabar tebesitėsia.

Dėl mūsų veiklų dabar jau esu atsipalaidavus, nes jau žinau, kas ką geba daryti ir kam kokios veiklos sunkiai einasi. Mes esame išbandę daug kūrybinių sričių ir technikų – kol atsirinkome, kas geriausiai sekasi, kas prie širdies: darbas su vilna, piešiam – ir markeriais, ir liejam paveikslus, piešiam ant šilko, sages gaminame ir odos dirbinius, dekupažo mokėmės ant visokiausių paviršių...

Kad mūsų dirbtuvėse susirenka gyvastiečiai, žino visi aplinkui, nes skamba visas pastatas! Nuo šnekų, juoko, klegesio. Atrodytų, susirinko žmonės su krūva ligų, galėtų tylo-mis kuždėtis, kur tam skauda, ką tam gelia, kas trečiam blogai... Taip būna tik trumpai. Pasišnekam ir apie skaudulius, bet tuoj kažkas nusuka kalbą į linksmesnę pusę ar juoką kas suskelia – ir tuoj nuvilnija šviesesnių spalvų nuotaika.

Mano užsiėmimų tikslas – supažindinti su įvairiausiomis technikomis,

kad galėtų ir namuose turėti užsiėmimą, perdaryti namuose esančius daiktus, t. y. prikelti juos antram gyvenimui. Nutinka ir taip, kad namuose sumanę kažką perdaryti ar naują sukurti, pamiršta, kaip tai daryti – tada susiskambiname, patariu, primenu. Ir džiaugiasi žmonės sukūrę kažką savita ir niekur kitur nematyta. Iš skambučių ir klausimų suprantu, kad tie žmonės nesėdi namie rankų sudėję – jie kuria, dirba, meistrauja: iš betono grybus kiemely lipdo ar dovaną giminaitei sumanė ir piešia. O jei pamiršo kažką svarbaus ar patarimo prireikia – skambina, atsiunčia pradėto darbo nuotrauką, tada ir pasitariam, kaip gražiau padaryti. Džiaugiuosi, kad galiu padėti.

Pati iš jų mokausi žmogiškumo, bendrytės, atvirumo, nuoširdumo, pagalbos vienas kitam. Tai nuostabiausios ir tauriausios savybės, kuriomis praturtėjau dirbdama su gyvastiečiais.



JŪRATĖ KADILĖ (MIERKIENĖ): „DŽIAUGIUOSI, KAI IŠ MAŽYČIŲ DALYKŲ GIMSTA GRAŽŪS DARBAI“

Apie save:

Mokiausi Šiauliuose sustiprintos dailės mokykloje. Telšių ATDM (dabar VDA akademijos filialas) įgijau juvelyrės specialybę. Šiaulių universitete – bakalauras, dailės ir dizaino mokytojo kvalifikacija. Juvelyrika mano kūryboje neužmiršta, tik persikėlė į kitą medžiagą. Jau bus maždaug dvidešimt metų, kai mano kūryboje didžiąją dalį užima oda. Odininkystės mokiausi pas puikią meistrę šiaulietę Renę Banaitienę, su kuria dar ir dabar bendraujame kaip labai artimos kolegės. Ji viena brangiausių mano gyvenime žmonių. Užsiimu ne tik individualia kūrybine veikla, bet vedu ir kūrybinius užsiėmimus. Darbas su žmonėmis man leidžia tobulėti kūryboje, naujos pažintys praplečia domėjimosi akiratį.



Domiuosi istorija, psichologija, filosofija, šiuolaikiniu menu bei tradicine daile. Dainuoju folkloro ansamblyje. Esu labai laiminga galėdama dirbti mėgstamą darbą. Dalyvauju parodose, pleneruose, meno mugėse Lietuvoje ir užsienyje. Mano gyvenimo svarbiausi kūriniai tai mano dukros Jūratė ir Viktorija.

Su Klaipėdos gyvastiečiais esu pažįstama jau bene 4 metus. Manau, kad tai yra išskirtinė ir labai savita auditorija. Net sunku įvardinti, kuo jie išskirtiniai. Būdavo momentų, kai reikėdavo veiklas koreguoti, nes ne visos dėl silpno regėjimo galėdavo atlikti kai kuriuos darbus. Tačiau ypač džiugu, kad galutinis jų rezultatas tikrai nebūdavo prastesnis. Veiklas reikėdavo apgalvoti, tačiau pastebėjau, kad laikui bėgant įgūdžiai tikrai išugdomi vis geresni ir fizinė negalia nesutrukdo sukurti išties gražių dirbinių. Užsiėmimai yra tęstiniai, todėl įgūdžiai ilgainiui tobulėja ir tai, ko negebėdavo padaryti pirmuose užsiėmimuose, vėliau tikrai pavyksta! Pažanga yra akivaizdi ir tai džiugina ir mane, ir pačias moteris. Jų pažangą rodo laisvesni piešiniai, noras imtis sudėtingesnių darbų. Pasakodama apie veiklas su šiomis moterimis vis noriu pabrėžti jų išskirtinumą, bet kartu ir nerandu, ką pabrėžti... Gyvastietės visos ypatingai skirtingos ir kartu yra kažkas, kas jas suvienija.

Nuotaikos mūsų užsiėmimuose labai dinamiškos – kone kiekvieną užsiėmimą galima būtų apibūdinti vis kitaip: viena moteris taip įsigilina į savo veiklą, tarkime, piešimą, kad aplink ją tarsi viskas išnyksta,



pasimiršta visos bėdos. Kita – labai atkakli: net ir ypač sudėtingą darbą sugalvojusi, sakytum, net ne pagal savo sugebėjimus, kantriai kruopščiai dirbdama, padaro puikiai.

Labai stengiuosi pakelti jų savivertę, nes daugelio žmonių ji yra labai žema. Dirbant su oda ištinka ir visiškai fiasko – na, ne ten nukirpai ir jau nesujungsi... Visada susitvarkome su pasakymu „kokią aš čia nesąmonę padariau“ – tiesiog kantriai bandome iš naujo. Visada mokau, kad klaidą reikia priimti kaip pamoką. Ir šypseną visada nudažo veidą, kai kūrinys pavyksta.

Dažniausiai mūsų veiklose karaliauja oda. Esame ir keramikos darbų turėjusios. Karantino metu vyko nuotoliniai užsiėmimai, tuo metu piešėme ant šilko, drobės, išbandėme kaligrafinį rašymą su plunksna, turėjome ir fraktalų temą (fraktalinis piešimas yra puiki saviagnostinė priemonė, naudojama dirbant su emocinių problemų, traumų, psichologinių sutrikimų,

įvairių fizinių negalavimų turinčiais žmonėmis).

O darbų su oda – neišsemiama galybė: kuriame visokius darbelius – raktines, skirtukus knygoms, papuošalus, stalo padėkliukus, taip pat ir rankines, kuprines. Moterys džiaugiasi, kad gali padaryti dovanėlių draugėms, giminaičiams.

Mano tikslas – išmokyti to, ką galiu. Ir sunkiai matantis žmogus sukuria gražių dalykų, džiuginančių visų pirma jį patį. Visada laikiu žmonių, kurie ateina į dirbtuves – tai galimybė išeiti iš namų rutinos, praleisti laiko bendraujant su likimo bičiulėmis. Ir svarbiausia – neleisti laiko tuščiai: pačios pasidaro rankdarbių, dovanėlių.

Mano tikslas ne tik užimti laiką, bet ir pavedžioti moteris meno keliu – su pažindinu su meno istorija, nueiname į parodas, pasakoju apie šiuolaikinį meną – kodėl jis toks, kodėl jis svarbus ir kodėl tiek daug kainuoja.

Pati gaunu iš jų neįkainojamos išminties. Pirmiausia – nepasiduoti! Gyvenimą matyti gražų, eiti juo su šypseną ir į viską žiūrėti pozityviai.



Lengvai suprantama kalba – kas tai?

Šis ženkliukas reiškia, kad dalis leidinyje esančių tekstų yra parengti atsižvelgiant į lengvai suprantamos kalbos principus.

Jungtinių Tautų Neįgaliųjų teisių konvencijoje 9 straipsnyje teigiama, kad neįgalieji turi gauti prieinamą informaciją. Kadangi informaciją gauname rašytine, vaizdo ir sakytine forma, tai šios rūšies informacija turi būti suprantama sutrikusio intelekto, skaitymo sunkumų turintiems žmonėms ir kitakalbiamis. Jei sutrikusio intelekto žmonės nesupras informacijos, jie liks už visuomenės ribų. Jie negalės dalyvauti visuomenės gyvenime.

Mums svarbu, kad „Nefro Info“ žurnale spausdinami tekstai ir juose skelbiamos žinios būtų aiškios, suprantamos, todėl straipsnius stengsimės parengti paprasta kalba, nenaudosime sudėtingų terminų, juos paaiškinsime, rašysime trumpais sakiniais.

Iliustracijas parinksime paprastas, paaiškinančias tekstą.



Veiklos iš dalies finansuojamos Vilniaus miesto, Kauno miesto, Kauno rajono, Klaipėdos miesto, Marijampolės savivaldybių lėšomis.

Lietuvos asociacija „Gyvastis“ kvietė savo narius į sporto žaidynes Šiauliuose

EGLĖ BARŠAUSKAITĖ VILČINSKIENĖ, Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ projektų koordinatore

Lietuvos asociacija „Gyvastis“ savo bendruomenės narius liepos 16 dieną kvietė į respublikines sporto žaidynes. Kone kasmet vykstanti šventė suburia gyvastiečius smagiai praleisti laiko, pasidalinti geromis emocijomis ir pasibūti kartu.

Šiais metais „Gyvasties“ sporto žaidynės vyko Šiauliuose. Būtent šiauliečiai prieš dvejus metus tapo žaidynių nugalėtojais ir iškovojo teisę rengti 2022 metų sporto fiestą. Į šventę sportininkai rinkosi iš visos Lietuvos – Marijampolės, Kauno, Vilniaus, Radviliškio „Gyvasties“ nariai ir jų šeimų nariai.

Susirinkus dalyviams, kurių buvo virš penkiasdešimties, žaidynėms startą davė „Gyvasties“ prezidentė Aušra Degutytė ir Šiaulių „Atgajos“ vadovas Egidijus Kalinaitis. Žaidėjus pasitiko įdomios veiklos, kurios buvo orientuotos į visus dalyvius: smigi-



nis, komandinės šaškės, Suvalkijoje populiarus žaidimas „Bočia“, baudų metimas. Rankos miklumą susirinkusieji išbandė žiedų metimo rungtyje, o akies taiklumą bandydami pataikyti į taikinį – šaudė lazeriniais šautuvais.

Žaidynės įsibėgėjo greitai, dalyviai entuziastingai registravosi į rungtis ir aktyviai jose dalyvavo, vienas kitą skatino ir labai palaikė. Būtent bendruomeniškumą galima laikyti gyvastiečių jėga. Po pertraukėlės, skanių ir sočių pietų, dalyviai dar gerino savo

rezultatus. Vakarop teisėjai suskaičiavo rezultatus ir apdovanojo pačius šauniausius. Ant pakylės lipo visų regionų komandos, netrūko džiugaus palaikymo, plojimų. Medaliai keliavo į žaidėjų rankas – buvo apdovanoti ne tik patys geriausi, bet ir jauniausias, vyriausias bet ir aktyviausias žaidėjas. Visi įsiamžino prisiminimo nuotraukai. Suskaičius visus balus, apdovanojus šauniausius paaikškėjo, kad kitais metais vėl sugrįšime į svetingą Šiaulių miestą! Šiauliečiai, nors jiems ant kulnų lipo marijampoliečiai, tapo žaidynių nugalėtojais, jiems dar kartą skrieja sveikinimai ir pagyrimai.

Šios žaidynės dar kartą parodė, kad svarbu susitikti, pabūti kartu, maloniai praleisti laiką. Naujai atvykę asociacijos nariai turėjo galimybę susipažinti su senbuviais, kurie niekada negaili patarimų ir visada pilni palaikymo. Tos akimirkos praleistos kartu mus vienija ir daro stipresnius.



Tekstui lengvai suprantamos kalbos rekomendacijos pritaikė Rasa Pekarskienė. Tekstas išbandytas Lietuvos asociacijoje „Gyvastis“

Už donorystę! Už gyvenimą! Gyvastiečiai dalyvavo IKI ėjimo varžybose

EGLĖ BARŠAUSKAITĖ VILČINSKIENĖ,
Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ projektų koordinatorė

Už donorystę! Už gyvenimą! Tokių šūkių pasirinko gyvastiečių bendruomenė ėjusi pirmąjį rugsėjo šeštadienį vykusiose IKI ėjimo varžybose Kaune. Sveikata mums labai svarbi, todėl tokios iniciatyvos visuomet sutinkamos noriai ir į jas įsitraukia nemažas būrys donorystę palaikančių, skatinančių žmonių.

Geras oras, puiki nuotaika, bendrumo jausmas – taip prasidėjo rugsėjo 3-osios rytas IKI ėjimo varžybose susibūrusiems gyvastiečiams. Bendruomenė visada stengiasi būti aktyvi, rinktis veiklas, kurios padeda stiprinti fizinę sveikatą, o kartu suteikia ir daug teigiamų emocijų. Ėjikai atvyko iš Kauno, Marijampolės, Alytaus ir netgi Utenos. Gražus būrys, pasipuošęs „Gyvasties“ atributika, jau dešimtą rytą besišnekučiuodamas pradėjo žygi itin vaizdinga trasa – Pažaislio vienuolyno ansamblio teritorijoje, todėl keliai keliukai vingiavo nuostabiu šilu, Kauno marių pakrante.

Ėjimo varžybose gyvastiečiai pasiryžo nukeliauti 10 kilometrų ir puikiai juos įveikė. Įdomi trasa neleido nuobodžiauti, o smagūs tarpusavio pokalbiai įkvėpė jėgų ir energijos. Geltoni, raudoni ir žali gyvastiečių marškinėliai



ir kitiems ėjikams priminė, kokia donorystė yra svarbi ir aktuali. Nukeliaivę visą trasą, aptarę vasaros išpūdžius visi pasiekė finišą ir pasidabino eitynių medaliais. Šio ėjimo metu kiekvienas



nuėjo daugiau nei 15 000 žingsnių! Būtent už nueitus žingsnius varžybų organizatoriai dalyvius apdovanojo vaisiais ir daržovėmis. Bet tikrai ne apdovanojimai buvo svarbiausi, o bendras tikslas dar kartą visuomenei priminti, kokia svarbi donorystės idėja, kaip aktualu apie ją kalbėti ir raginti visus prie jos prisidėti.

Ar mums patiko? Labai! Kai susirenka smagus būrys, toks savaitgalio ėjimas galėtų būti ir dažniau. Visada gera turėti prasmingas veiklas su bendraminčiais, tais, kurie įveikė ligas, sunkumus, džiaugiasi kiekviena diena ir joje mato didžiulę prasmę.

Tikimės, kitą rudenį vėl susibursime šiam ėjimui, gal mūsų bus dar daugiau. Už donorystę! Už gyvenimą!



Bendrystė, kai jautiesi savas tarp savų

Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ parengta informacija

Kaip ir kasmet viena iš laukiamiausių „Gyvasties“ veiklų – savarankiškos gyvenimo įgūdžių stovyklos, kurios jau daug metų organizuojamos Šventojoje. Rūgpiūtis stovyklos dalyvius palepino karšćiais, šilta ir ramia jūra.

Smagu, kad kasmet tarp dalyvių būna naujų narių, kurie susirgo neseniai, susidūrė su gyvenimo išbandymais arba kurie neseniai prisijungė prie „Gyvasties“ bendruomenės. Stovyklose dalyvaujantiems ne pirmą kartą smagu sutikti ankstesnių stovyklų draugus.

Elžbietos tėtis pasakoja, kad stovyklos yra laukiamiausias metų įvykis – šeima kalendoriuje dar metų pradžioje pasižymi ir rezervuoja atostogų laiką stovyklai.

Šiaulietė 15-metė Emilija, gyvenanti su mamos dovanotu inkstu, pirmą kartą atvyko į stovyklą. Jaudulys ir nežinomybė greitai išsisklaidė – vos atvykus ir susitikus su likimo draugais. „Pirmas kartas nenuvylė – šiltas priėmimas, turiningai praleistas laikas tarp nuostabių žmonių, naujos pažintys, vieniems kitų supratimas ir palaikymas ❤️❤️❤️❤️. Dėkinga, kad tokia stovykla yra. Kas dėl apgyven-



Ne veltui sakoma, kad pasidalinus skausmu, jis sumažėja per pusę, o pasidalinus džiaugsmu, mes jį padvigubiname.

Meno terapijos užsiėmimus vedė Elona Rutkauskienė, kaskart kviesdama susipažinti vis su naujomis meno terapijos rūšimis. Šių metų atradimas buvo taškavimo menas, kuris įtraukė ir vaikus, ir suaugusius, vyrus ir moteris. „Tai savotiška meditacija“, – užsiėmimo įspūdžiais dalijosi nariai.

Šiais metais psichologės Vidutės Ališauskaitės vedami proto mankštos užsiėmimai padėjo išlaisvinti kūrybinį mąstymą, pamatyti ir pamąstyti plačiau. Kasmet organizuojamas naktinis žygis pajūriu ir lobio paieškos suteikia vis kitokių įspūdžių. Įveikus pusę žygio ir suradus lobį, dangus tarsi prakiuro – pradėjo lyti kaip iš kibiro. Po dienos karšćių šiltas lietus buvo atgaiva ne tik kūnui, bet ir sielai. Permirkę, bet džiūgaudami ir su geriausiomis emocijomis pasiekėme stovyklavietę.

„Diaverum“ dializių tinklas kasmet stovyklų dalyvius pradžiugina ekskursijomis ar edukacijomis. Šį kartą dalyvavome Palangos gintaro muziejaus

dinimo – maistas aukščiausio lygio, didelis pusryčių asortimentas. Vadovai aprūpina visais reikalingais buities daiktais yra visi ypač paslaugūs. Mes likome labai patenkintos ir lauksime kitų metų stovyklos kaip šventės. Dėkingi ❤️❤️❤️“, – įspūdžiais dalijasi Emilijos mama Kristina.

Kasmet organizuojant stovyklą stengiamasi, kad drauge praleistas laikas būtų turiningas ir naudingas. Patirčių pasidalijimai, pokalbiai, bendros veiklos pastiprina net ir pačius silpniausius.



organizuotoje gintaro edukacijoje, taip pat Palangos kurorto muziejuje edukacinėje programoje „Mėlyna? Mėlyna!“, išbandėme cianotipiją – intriguojantis, įdomus ir įtraukiantis fotografinis procesas, išrastas dar 1842 m.



Vos prieš keletą mėnesių patyrusi kepenų transplantaciją alytiškė Daiva sako, kad pirmas kartas „Gyvasties“ stovykloje labai patiko:

„Pabendravimas, pasidalinimas patyrimais, išgyvenimais, mintimis mums labai reikalingas. Aušra, Vidutė, Elona tarsi niekada nepavargstančios! Labai labai naudinga meno terapija, begalė priemonių, kantri mokytoja 😊. Psichologinių gerų dalykelių perdavė Vidutė. Proto mankšta buvo labai naudinga 😊. Grupinė rytinė mankšta pajūry – super. Dabar norisi taip kasdien 😊. Skanus maistas ir sočiai. Norėčiau ir kitąmet, jau būsiu stipresnė – įsisuksiu kaip reikiant į Elonos priemonės 😊“. Daiva pasakoja, kad būdama čia su nepažįstamais žmonėmis, jautėsi labai sava, galėdama išsikalbėti apie tai, kas jai svarbu, ji džiaugėsi, kad buvo išklaudyta, niekas jos kalbų nestabdė.

Kaunietė Raminta, pirmą kartą dalyvavusi su dukra Emilija, stovyklą prilygina geriausioms atostogoms:

„Nuostabiausios atostogos ir man, ir Emilijai, šilta aplinka, puiki vadovė Aušra ❤️❤️❤️, įsimylėjau iš pirmo žvilgsnio 😊. Visi žmonės puikūs, šilti, draugiški, puiki idėja buvo su dovanėlėmis į pagamintą butelį. Jau minėjau, bet grįžus puoliau skaityti ir nuoširdžiai apsiašarojau, kas man nebūdinga. Džiaugiuosi visus pažinusi, jau laikiu kitos stovyklos ❤️. Meno terapijos mokytoja Elona – tai šilčiausias žmogus ❤️, o psichologė Vidutė, linksma ir vilties, pozityvo suteikianti 😊“.

„Virmanto individualią konsultaciją turėjau jau antrą kartą. Žinojau, kas laukia, kad būna tikrai skausminga, kai užčiuopia probleminę vietą. Bet, kad taip skaudės...., kad nebesugebėjau net verkti. Iš skausmo ir prakaitas išpylė, ir juokas ėmė. Bet po to, koks palengvėjimo ir išlaisvėjimo jausmas apėmė. Oi, tikrai verta buvo pakentėti 😊“.

Vilnietė Rita, pusmetį kovojusi su koronaviruso pasekmėmis, sudalyvavusi stovykloje tarsi atgijo, atsigavo.

„Dar kvėpuoju ir gyvenu stovykla, ačiū, kad atgaivinote ir pagydėte mane, bučkis tau ir visai „Gyvasčiai“.

Raminta:

„Man labai patiko, Virmantas puikus, šiltas žmogus, kuris nori padėti, tik geriausi atsiliepimai, truputį paskaudėjo, bet kaip po sveiko sporto, nuo sprando jaučiausi lyg numetusi krūvą lašinių... 🤗🤗🤗 Jėga!!!“

„UAB Diaverum“ kineziterapeutas Virmantas Juodis tampa stovyklų legenda. Apie jį sklendo daug kalbų, jį rekomenduoja visi, turėję jo individualias konsultacijas.

Kristina, Emilijos mama:

„Apie Virmantą tik patys geriausi atsiliepimai. Dėmesinga apžiūra, žino ką daro, man pasirodė kaip gan geras specialistas, kuris nenumoja ranka ir padarys viską, kad padėtų. Jei tik būtų man arčiau iki jo, būčiau pastovi lankytoja.“

Septynmečio Ajaus mama pirmą kartą stovykloje buvo, kai Ajukas buvo vos 2 metų, dabar vyrukas jau antrokas 😊.

„Nepaprastai šauni stovykla, nuoširdūs ir draugiški stovyklos dalyviai, visada ramybės ir kūrybinių idėjų nestokojanti Elona ❤️, niekada nepavargstanti ir visus sugebanti įdarbinti Vidutė ❤️, bei geros nuotaikos, humoro ir optimizmo neprarandanti Aušra ❤️. Šios organizacinės grupės darbas mūsų šeimos narių vertinamas pačiu aukščiausiu įvertinimu. Mane šioje stovykloje žavėjo ta bendrystė, kuri mus visus apjungia. Labai įdomu pabendrauti su tokio pat likimo, tokių pat interesų ir lūkesčių žmonėmis.“

Tokios gautos žinutės, praėjus keletui dienų po stovyklos, išties įkvepia.



Tekstui lengvai suprantamos kalbos rekomendacijas pritaikė Rasa Pekarškienė. Tekstas išbandytas Lietuvos asociacijoje „Gyvastis“



**NEĮGALIŲJŲ REIKALŲ
DEPARTAMENTAS**
PRIE SOCIALINĖS APSAUGOS
IR DARBO MINISTERIJOS

*Remia Neįgaliųjų reikalų
departamentas prie Socialinės
apsaugos ir darbo ministerijos*

AČIŪ, KAD MUMS RAŠOTE

Alytus: diskusijose ir susitikimuose sužinome daug naudingų dalykų

AKVILĖ JUŠKAUSKAITĖ, *Alytaus apskrities ligonių, susijusių su organų persodinimu, visuomeninės organizacijos „Dalia“ narė*

Alytaus apskrities ligonių, susijusių su organų persodinimu, visuomeninė organizacija „Dalia“ sukviėtė narių susitikimą su Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ prezidente Aušra Degutyte ir Tarybos pirmininke Audrone Tutliene.

Pirmiausia susipažinome papasakodami kiekvienas apie save, nes susitikime dalyvavo ir naujų organizacijos narių. Vėliau diskutavome rūpimais klausimais – apie specialiųjų poreikių nustatymą ir lygį, įtraukimą į transplantacijos laukiančiųjų sąrašą, aptarėme ir kitas mums visiems aktualias temas. Klausdami, kas neaišku, aiškindamiesi su sveikata ir gyvenšana susijusius dalykus – sužinojome daug naudingų dalykų.



Džiaugiamės turėdami galimybę susitikti ir aptarti rūpimus klausimus. Visi labai vertiname ir džiaugiamės pasisėdėjimais kartu, pasidalijimais savo rūpesčiais ir džiaugsmiais, pasimėgavimą šilta arbata.



Tekstui lengvai suprantamos kalbos rekomendacijas pritaikė Rasa Pekarskienė. Tekstas išbandytas Lietuvos asociacijoje „Gyvastis“

Vasarą marijampoliečiai aplankė pamarij – Ventę, Kintus, Rusnę

ILONA MASAITIENĖ, *Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ Marijampolės skyriaus projekto vykdytoja*

Vasara atostogų metas. O kur vasarą daugiau keliauti jeigu ne į pajūrį?! Ankstyvą birželio sekmadienio rytą „Gyvasties“ Marijampolės skyriaus nariai nuo lietaus pabėgo į pamario kraštą.

Šilutėje mus pasitiko saulė ir gidė Iveta. Savo kelionę pradėjome Ventės rago ornitologijos stotyje, stebėdami paukščių žiedavimą, klausydami stoties vedėjo Vytauto Jusio įdomaus

pasakojimo. Trumpam stabtelėję Kintuose, vykome į Uostadvarį, kuriame mūsų laukė laivas „Admirolas“, kapitonas Jonas ir kvapni žuviene. Plaukdami laivu, klausydami Mažosios Lietuvos krašto istorijos gėrėjomis Lietuvos Venecija vadinamu Minijos kaimu ir Kuršių mariomis. Plaukdami mariomis, gidei kankliuojant turėjome pamiršti suvalkietišką tarmę ir bandyti dainuoti iš natų

senąją pamario krašto tarmę. Kelionės pabaigoje pasivaikščiujome po unikalų Lietuvos kampelį – Rusnės salą. Gaivus pamario vėjas, vanduo, žaluma, ko gero, skaniausia rūkyta žuvis, abejingo nepaliko nei vieno.



Tekstui lengvai suprantamos kalbos rekomendacijas pritaikė Rasa Pekarskienė. Tekstas išbandytas Lietuvos asociacijoje „Gyvastis“



Veiklos iš dalies finansuojamos Marijampolės savivaldybės neįgaliųjų socialinės integracijos programos lėšomis

Klaipėdiečių ekskursija po Uteną ir jos apylinkes

SKAISTĖ KAVALIAUSKIENĖ, *Vakarų Lietuvos nefrologinių ligonių draugijos „Klaipėdos „Gyvastis“ narė*

Prasidėjusi vasara pakvietė į kelionę. Birželio 11–12 dienomis Klaipėdos „Gyvasties“ nariai susikrovė kelioninius krepšius, susirinko vaistukus, artimuosius ir patraukė pasidairyti po Utenos kraštą. Kelionė neprailgo, tik sunku buvo rasti už kampučio pūpsantį tradicinių amatų centrą „Svirnas“. Mus pasitikusi šio centro šeimininkė papasakojo ne tik apie šiame centre gyvuojančius amatus, bet ir apie meduolių kepimą. Tešla buvo užmaišyta prieš mums atvykstant – rauginta masė buvo kietoka, todėl reikėjo pasistengti ją gražiai ir tvarkingai sutalpinti į kepimo formą. Vėliau iš formos atsargiai išimti ir pašauti kepti. Dar nebaigusios kepti reikėjo aptepti glajumi iš alaus ir medaus. Meduoliai visiems gavosi labai dailūs ir skanūs.

Kitas sustojimas buvo Utenos kraštotyros muziejuje, kuris įkurtas 1929 m. Daug gražių eksponatų surinkta po vienu stogu, bet labiausiai patiko naujausia paroda



kunigui Petruui Marcinkevičiui. Gidė vedė ekskursiją ne tik muziejuje, bet ir supažindino su vienu iš seniausių Lietuvos miestų – Utena. Tik išėję iš muziejaus atsidūrėme Stiklo galerijoje Utenio aikštėje. Vėliau grožėjomės Utenos Kristaus žengimo į dangų bažnyčia. Sužinojome pastato ir besiglaudžiančios skulptūros priešais bažnyčią istoriją. Kol dar turėjome jėgų, pasivaikščiojome po Pašto stoties statinių kompleksą, kur kadaise keitė ne tik arklius, bet buvo ir nakvynės namai. Apie 1836 metus tai buvo pati didžiausia įstaiga Utenoje. Šiuo metu ten veikia Utenos meno mokyklos dailės skyrius.

Nuvargę ir išalkę, bet pilni įspūdžių, patraukėme į mūsų nakvynės vietą prie Alaušo ežero. Kas buvo drąsus – išsimaudė ežere, kiti grožėjosi ežero pakrante nuo pėsčiųjų tako. Turėjome porą vyrų, kurie grožėjosi ežeru mindami vandens dviratį. Puiki kelionė – galėjome atsipūsti nuo kasdienybės, išmokti kažką naujo, pažinti kitą Lietuvos kraštą. Ačiū organizatorei Daivai.



Socialinės rehabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projekto veikla finansuojama Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerijos ir Klaipėdos miesto savivaldybės lėšomis



Tekstui lengvai suprantamos kalbos rekomendacijas pritaikė Rasa Pekarskienė. Tekstas išbandytas Lietuvos asociacijoje „Gyvastis“

Vilniaus gyvastiečiams – raku keramikos stebuklai

SIGITAS LEIMONTAS, Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ Vilniaus skyriaus narys

Keramika – nesenstantis amatas. Jau nuo seniausių laikų žmonės, naudodami įvairiausias medžiagas ir technikas, gamino ir puošė savo buitines rakandus, o ypač indus maistui patiekti. Vėlesniais laikais keramikos dirbinių dekoravimo ornamentai buvo naudojami kaip simboliai, turintys tam tikras reikšmes ar netgi pasakojantys istorijas.

Vilniaus miesto savivaldybės dėka Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ Vilniaus skyriaus nariai turi galimybę kartu su dailininku keramiku Gvidu Raudoniumi jo keramikos studijoje kurti įvairius gaminius iš molio. Pats kūrimo procesas gyvastiečius tiesiog užkerėjo. Žiesti mums dar nelabai gerai pavyksta, bet kai ką jau mokame – prigaminame suvenyrų, vazų, lėkštelių, puodelių, dubenėlių ir visokių kitų gaminių.

Viena graži vasaros diena įsiminė ilgam. Kartu su keramikais Gvidu Raudoniumi ir Rimantu Inokaičiu išvykome į gamtą, kartu vežėmės

specialią degimo krosnį, iš anksto nulipdytus ir jau išdegtus gaminius, taip pat specialią raku technikai tinkamą glazūrą, pjuvenų bei kitų reikalingų rakandų – metalinių statinių, vonių...

Kokia yra keramikos raku technika? Raku technika kilusi iš Japonijos ir šiek tiek pakitusi paplito visame pasaulyje. Šiai technikai naudojamas šamotinis molis. Iš anksto pagaminti keramikos gaminiai išdegami, po to glazūrojami

specialiomis glazūromis ir vėl degami iki tūkstančio laipsnių karščio krosnyje. Pasiekę šią temperatūrą, keramikos gaminiai tampa peršviečiami ir atrodo lyg gintaras. Su specialiomis replėmis išimami iš krosnies ir dedami į pjuvenas, o kai jos užsidega, sandariai uždengiama, kad ugnis užgestų ir aplink gaminius susidarytų daug dūmų. Dūmai sureaguoja su glazūromis ir dėl to atsiranda įvairiausi raštai, nenuspėjamos, neapsakomo grožio spalvos.





Po tam tikro laiko gaminiai išimami iš pjuvenų ir merkami į vones su vandeniū. Nuplovęs aprūkusius gaminius nustembi, nes atsidengia neįtikėtinos spalvos ir raštai. Šį procesą reikia pamatyti, nes žodžiais sunku nupasakoti – daug karščio ir dūmų, o vaizdas prilygsta stebuklui. Dekoruojuame įvairiomis spalvomis, bet gauname visai kitus jų derinius: nei vieno gaminio spalvų gama nepasikartoja.

Mūsų narys Rimvydas papasakojo, kad šamotinis molis naudojamas tam, kad ištrauktas iš karštos ugnies indas nesuskiltų. Šį kartą Rimvydas pasirinko rankoves ir kibo į darbą. Mat jam reikėjo dovanos dukterėčiai vestuvių proga. Nulipdė didelį molinį dubenį, iš kurio jauni sutuoktiniai žiūrėdami filmus galės kramsnoti kukurūzus ar traškučius ir prisiminti dėdę Rimvydą. Dubuo buvo glazūruotas labai gražia vario spalva, kuri redukavo su dūmais ir gavosi pasakiškos spalvos – ne tik varinė, bet ir visokių atspalvių peizažai. Labai gražu – nepamatę nepatikėsi, o pamatę ir pačiuipinėti norėsi.

Renata keramikos užsiėmimų nelanko, bet prisiklausiusi apie čia kuriamus stebuklus, nutarė sudalyvauti išvykstamajame keramikos užsiėmime. Ji buvo sužavėta! Ji net negalėjo įsivaizduoti, kad taip gali atrodyti keraminiai indai – jie atrodo tarsi iš



metalo. Nuo šiol ir ji norėtų dalyvauti šiuose užsiėmimuose ir net jau turi minčių, ką norėtų pasigaminti.

Virginija papasakojo, kad labiausiai ją žavi gyvastiečių gyvenimo džiaugsmas, energija, bendrystė ir draugystė. Ji neatsistebi, kokie visi susitelkę į keramikos užsiėmimus ir kaip visi vieni kitiems padeda, pataria. Ir atrodo, kad susirinkę ne atskiri gyvastiečiai, o giminių būrys.

Aistė pamini, kad keramikos užsiėmimų išvyka buvo jos pirmoji pažintis su „Gyvastimi“: „Labai džiaugiuosi galimybe įsilieti į tokią šaunią kompaniją. Buvo fantastiška diena, likau sužavėta keramikos degimu su šiaudais, nes reginys išpūdingesnis

nei fejerverkai miesto centre, o dar ir namo parsinešiu puodų puodelių. Ačiū organizatoriams“.

Stanislavas sako, kad keramika jam suteikia pasitikėjimą savimi, kaskart kūrybos procesas jį pakylėja, net pats nustemba pamatęs išdegtus ir pabaigtus savo darbelius – jie puikūs!

Algimantas turbūt labiausiai laukia keramikos užsiėmimų, jų niekada nepraleidžia. Dažniausiai jis gamina muzikinius instrumentus, tačiau ir kiti jo kūriniai originalūs, pavyzdžiui, lėkštė su dantimis.

Auksė jau nebeturi sveikatos ateiti į keramikos užsiėmimus, tačiau visada

paprašo, kad jai atvežtume darbelių į namus. Keramikas Gvidas išpildo jos norą ir suruošia lauknešėlį su keraminiais dirbiniais ir glazūromis. Ji pasakoja, kad kai paliečia rankomis molį, lyg igyja jėgų. Sustingę pirštai atsigauna, sustiprėja.

Čia tik keletas užsiėmimų dalyvių papasakojo savo išpūdžius. Kiekvienas dalyvaujantis užsiėmimuose galėtų papasakoti apie juos labai daug, nes šie užsiėmimai yra tarsi vaistai, tarsi rehabilitacija.



Veiklos iš dalies finansuojamos Vilniaus miesto savivaldybės lėšomis



Tekstui lengvai suprantamos kalbos rekomendacijas pritaikė Rasa Pekarskienė. Tekstas išbandytas Lietuvos asociacijoje „Gyvastis“

Lietuvos asociacija „Gyvastis“

Prezidentė

Aušra Degutytė

Tel. 8 611 69530

El. paštas gyvastis@donoras.lt

Vilnius

Elona Rutkauskienė

Mob. tel. 8 610 87733

El. paštas elona.rutkauskiene@gmail.com

Kaunas

Irma Juodienė

Tel. 8 650 10719

El. paštas irma.juodiene@gmail.com

Klaipėda

Daiva Dragūnienė

Tel. 8 684 82388

El. paštas daiva.draguniene@gmail.com

Šiauliai

Egidijus Kalinaitis

Tel. 8 682 20820

El. paštas nefro.atgaja@gmail.com

Alytus

Laima Kuckailienė

Tel. 861577488

El. paštas laimakuck@gmail.com

Vilkaviškis

Vitas Jablonskis

Tel. 8 673 58112

El. paštas vitas.jablonskis@gmail.com

Marijampolė

Ilona Masaitienė

Tel. 8 677 73267

El. paštas ilona.masaitiene@gmail.com

Parengė

Rasa Pekarškienė,

Aušra Degutytė

tel. 8 611 69530

el. paštas gyvastis@donoras.lt

Dizaineris Aurelijus Petrikauskas

Viršelyje – marijampoliečių sukonstruoti inkilai

Žurnalą spausdina reklamos agentūra „Small Art“

Tiražas 1000 vnt.

Mūsų rėmėjai:



Neįgalųjų reikalų departamentas prie SADM

www.ndt.lt

Vilniaus m. savivaldybė

Klaipėdos m. savivaldybė

Kauno m. savivaldybė

Kauno r. savivaldybė

Marijampolės savivaldybė

Vilkaviškio r. savivaldybė



Marijampoliečių sukonstruoti inkilai laukia gyventojų

ILONA MASAITIENĖ, Lietuvos asociacijos „Gyvastis“
Marijampolės skyriaus projekto vykdytoja

Mes ne tik keliavome, bet ir vykdėme projektines veiklas. Saviraiškos būrelyje priruošėme namelių paukšteliams. Lankydami Ventės rago ornitologijos stotyje, pasikonsultavome su jos vedėju



Vytautu Jusiu ir gavome naudingų patarimų. Pasirodo, inkilėlius reikia kelti ne tik pavasarį, tai reikia daryti ištisus metus, visiškai nekreipiant dėmesio į metų laiką. Jis davė labai gerą patarimą-palyginimą, paklausdamas, ar mes namus pirktumėm ir juose gyventumėm tik pavasarį? Pasirodo, tas pats yra ir su paukščiais. Pakalbėjome su Marijampolės vicemeru Artūru Visockiu dėl leidimo miesto parke kabinti mūsų sukonstruotus inkilėlius, jis pasiūlė inkilėlius pakabinti Marijampolės ligoninės teritorijoje. Mes taip ir padarėme, juk mūsų žmonės lankosi dializės procedūrose, lankosi pas medikus, todėl inkilėliai sutūpė į medelius ligoninės teritorijoje, belieka stebėti ir laukti apsistojančių gyventojų.



Socialinės rehabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projekto veikla finansuojama Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerijos ir Marijampolės savivaldybės lėšomis



Tekstui lengvai suprantamos kalbos rekomendacijos pritaikė Rasa Pekarškienė.
Tekstas išbandytas Lietuvos asociacijoje „Gyvastis“