

-- Rytoj - Tėvo diena --**Jos negąsdindavo:
"Pasakysiu tėtiui..."****Janina LIOLIENĖ**

Tėtis - tai tas, kuris paima vaiką ant rankų ir iškelia jį iki pat dangaus, o ne tas, kuris girtas guli patvory...

"Rokiškio pragiedruliuose" svečiavosi dvi simpatiškos jaunos moterys, sutikusios pakalbėti apie savo tėvus tokius, kokius juos prisimena iš vaikystės. Moterų prašymu jų pavardės plačiam skaitytojų ratui liks nežinomos, vardai - pakeisti.

Vita: Mano vaikiškomis akimis mama buvo tokia graži, tarsi karalienė iš pasakos. Abi su sese ją labai mylėjome. O tėtis... Nors miestelio moterų jis buvo pripažintas gražiuoliu, mums taip neatrodė. Gal todėl, kad nepamenam dienos, kai tėtis būtų prisėdęs šalia, paklausęs, ar viskas mums, jo dukroms, gerai, ar niekas neskriaudžia. Supykusios ant kurio kieno berniukščio už išdaigą, abi su sese kurdavome mirtinus keršto planus, iš mūsų lūpų niekad niekas negirdėjo: "Pasakysiu tėtiui, pamatysit, kas jums bus!". Paruošusi vakarienę, mama sustingdavo prie lango. Žinojome: žiūri į kelią ir laukia pasirodant tėvo. Aprimdavom ir mes. Jeigu per pusvalandį tolyje nesumirgėdavo juodas siluetas, būdavo aišku - tėvas grįš girtas. Tokiu atveju laukdavo užgaulūs žodžiai, skaudūs kaltinimai, skirti mūsų gražiajai mamai. Tėvai dažnai susipykdavo iki tiek, kad mama visą naktį sėdėdavo užtinusiomis nuo ašarų akimis, tėvas susikraudavo kuprinę ir atsisveikinęs ryte išeidavo iki artimiausios autobusų stotelės. Mama aprenkdavo mus su sesute ir liepdavo, jį pasivijus, parvesti namo. Aš taip to nenorėdavau! Iš namų išeidavome abi su sese, kiek paėjusi, pasilikdavom stovėti, prisiglaudusi prie beržo kamieno. Užsimerkusi svajodavau: "Štai išvažiuos mūsų piktuočis tėvas į BAMA (taip jis sakė), mes liksim su mama. Gyvensim visos trys gražiai, kol išauš diena, kai tarsi pasakoje ant balto žirgo atjos gražuolis karalaitis. Jis iš pirmo žvilgsnio įsimylės mūsų mamą ir būsim visi laimingi". Taip besvajojant, sesė už rankos partempdavo "sugrįžėlį iš BAMO". Man būdavo taip liūdna... Nepamenu, kad tėvas būtų pa-

sakęs mamai švelnų žodį, nepamenu, kad mama kada būtų smagiai nusijuokusi... Mūsų vaikystė buvo niūri. Mes turėjome tik mamą. Kai paaugau, kartą jos paklausiau, kodėl mūsų tėvas toks negeras? Kodėl jie nesišypsavo vienas kitam? Menu švelnias mamos rankas, apkabiniusias mane, menu jos žodžius: "Vitute, kai užaugs, baigsi universitetą ir išteksi už primityvaus traktorininko, suprasi... Bet aš tau to niekada nelinkėčiau..."

Nijolė: Man visos draugių mamos buvo gražios. Žinoma, pati gražiausia - mano mama. Niekaip negalėjau suprasti, kodėl Živilės mama patinka Gražinutės tėtiui, o Gražinutės mama - Algio tėtiui. Galėtų visi vaikščioti susikabinę už rankučių šeimomis, kaip tai darė mokyklos direktorius su žmona, būtų taip gražu... Bet ne... Nuo mūsų - vaikų - akių suaugusiųjų gyvenimas buvo slepiamas, bet kartais ir mes ką nors "slapto" pamatydavom, nepajėdami suvokti: kodėl taip? Kas man, vaikui, galėjo paaiškinti, kodėl mano tėtis takus išmynė iki bibliotekos, kur dirbo Rūtos mama, ir nė trupučio nesirūpino, kaip sekasi vaikų darželyje su vaikais susitvarkyti mano mamai. Iš manęs, pradinukės, dažnai nulekiančios bibliotekon, svetimos tetos dažnai pasišaipydavo: "Matyt, į tėvą atsigimusi - daug skaitai..." Kokiais žodžiais man savo sielvartą galėjo išlieti mama? Jokiais. Ji tik tyliai verkėdavo... Mano tėvai - nelaimingi. Ilgai laikiausi tokios nuomonės. Su didžiausiu pavydu aš ir daugelis mano bendraamžių žvilgsniais palydėdavome vakarais išėjusią pasi-vaikščioti pedagogų porą. Nors mūsų akimis direktoriaus žmona nebuvo graži - stora, nudribusiais žandais, - jos vyras niekada nepasiūlydavo pasivaikščioti mūsų gražuolėms mamoms, o vesdavo si tik ją. Kasdien... Tokį įsivaizdavau idealų vyrą ir tėvą.

Tiek Vita, tiek Nijolė samprotavo, kad tėvo idealą atsi-nešame iš vaikystės. Pasak jų, labai dažnai nemačiusios tinkamo pavyzdžio vaikystėje, merginos ir savo būsimiems vaikams nemoka išrinkti tinkamų tėvų. Moterys sakė nesi-stebinčios, kad senelių prie-glaudos pilnos "paliktų" tėvų ar motinų. "Matyt, yra dėl ko... Mes neturime teisės jų smerkti."

Rokiškėnai susitiks su Popiežiumi**Ernestas ČIŽINAUSKAS**

Į šv. Mišias, kurias Romos Popiežius Jonas Paulius II aukos Lenkijoje, Elko miesto katedros aikštėje, birželio 8 dieną išvyksta daugiau kaip 40 Rokiškio maldininkų. Jiems vadovauja Rokiškio vikaras Egidijus Vijeikis.

Pasienio policijos departamentas informavo, kad iš Lietuvos organizuotai vyks apie 120 autobusų su maldininkais.

BIRŽELIO 12 D. TUOKIASI

14.15 Darius Latvėnas - Audronė Girskytė
14.30 Antanas Čeponis - Daiva Krasauskaitė
14.45 Laimantas Tubelis - Aurelija Mikalkėnaitė
15.00 Sigitas Baltrukenas - Virginija Venciulytė

**"ROKIŠKIO PRAGIEDRULIAI" SVEIKINA**

Gitaną Soltanienę, 05 27 pagimdžiusią dukrą;
Ingridą Šniokiene, 05 27 pagimdžiusią sūnų;
Jurgitą Steponaitę, 05 28 pagimdžiusią sūnų;
Laimą Rimienę, 05 31 pagimdžiusią sūnų;
Astą Milakniene, 06 01 pagimdžiusią dukrą;
Liną Savickienę, 06 02 pagimdžiusią sūnų.

Gamybinė praktika - pas ūkininkus, bendrovėse**Algis ŠIMĖNAS**

Vakar iš daugiau kaip pusantro mėnesio trukusios gamybinės praktikos sugrįžo 17 Kohstantinavos žemės ūkio moks-

leivių. Kaip papasakojo mokyklos direktoriaus pavaduotojas ugdymui Stanislovas Žindulis, moksleiviai triūsė pas mūsų "ajono ūkininkus, bendrovėse
Birželio 21 dieną būsimieji

žemės ūkio specialistai pradės laikyti teorijos egzaminus. Juos išlaikę, vaikinai galės dirbti kvalifikuotais žemės ūkio technikos mechanikais, traktorininkais, vairuotojais.

Netikusi mada**Jadvyga VINCIŪNIENĖ**

Kadangi gana dažnai tenka lankytis pas medikus, pastebėjau netikusią "madą". Rokiškio poliklinikos išduotas talonėlis, kuriame nurodyta priėmimo pas gydytoją

eilė ir laikas, dažnai tampa bevertis, nes koridoriuje žmonės suda-

Mums rašo

ro "gyvą" eilę. Bandydamas patekti nurodytu laiku, būni apibartas ir

net apšauktas. O juk medicinos seselė galėtų pasirūpinti, kad tokios saviveiklos nebūtų.

Beje, ir gydytojai, ypač rytais, dažnokai vėluoja atverti kabinetų duris. Gal ir smulkmena, tačiau tai nepagarba klientui, kuris dažniausiai iš mediko tikisi ir kvalifikuotos pagalbos, ir dėmesio.

**Žmogiško artumo pavyzdžių
abiturientams liepta ieškoti literatūroje****Stasys VARNECKAS**

Antradienį daugiau kaip 24 tūkstančiai Lietuvos abiturientų susikaupė laikė gimtosios kalbos egzaminą. Jiems pasiūlytos 7 temos. Pati pirmoji - "Didžiausias stebuklas - žmogiško artumo stebuklas" (Justinas Marcinkevičius).

Ačiū Dievui, kad jaunuoliai, pasirinkę šią temą, galėjo remtis lietuvių literatūros kūriniiais. Daugelyje knygų - ir "Pragiedrulių" kumyro Vaižganto, ir Biliūno, ir Marcinkevičiaus, ir Avyžiaus, ir Brazdžionio - galima surasti nemažai eilučių, sušildytų nuoširdžių, tikrai žmogiškų santykių šilumos: artimo meilės, pagarbos, užuojautos, altruizmo. Tad su tema, reikia tikėtis, abiturientai susidorojo sėkmingai.

Tačiau mielam jaunimeliui būtų buvę visai riesta, jei pedagogai būtų pareikalavę žmogiško artumo stebuklų ieškoti ne literatūroje, o gyvenime. Birželio 1 - ają švietė saulė, bet vargšams abiturientams būtų reikėję, ko gero, degtukais pasišviesti ieškant žmogiško artumo pavyzdžių. Kur jų galima rasti? Gal globos ir rūpybos tarnybose? Gal Carito organizacijose? Gal Darbo biržose? O gal dar kur nors, kur ne įtarti negalima? Na, kad ir pavyzdžiui, Lietuvos Seime, aukščiausios valdžios koridoriuose?

Kiek iečių sulaužė gerbiami Seimo nariai, kol pagaliau iš-

rutuliojo naują šalies Vyriausybę ir pavedė jai rūpintis žmonių gerove! Abiturientai, be abejo, įsitikinę, kad ir Rolandas Paksas, ir tie 7 nauji ministrai - Arūnas Baikšta, Jonas Lioginas, Raimondas Maldeikis, Česlovas Blažys ir Gintaras Balčiūnas, - jau nekalbant apie 7 senuosius, dabar tik atsiraitys r-

cija dar gali abejoti, kad šis sandoris ateityje taps chrestomatinium, iliustruojančiu, jog mūsų valdžia geranoriška ir niekada neturi jokių kitų tikslų, tik tarnauti Lietuvos žmonėms, kad korupcijos Lietuvoje - nė kvapo.

O šventas abiturientiškas naivume!

Valdžia kasmet ką nors gero stengiasi padaryti žemdirbiams. Ir šią vasarą ji sprendžia, kad santykis 17:26:57 yra nepriimtinas. Koks gi tai santykis? Tarkime, yra kilogramas kviečių. Jį pardavus, žemdirbiui tenka 17 proc. pajamų, perdirbėjui - 26, o kepejui ir pardavėjui - 57.

Lietuvos ūkininkai labai kantrūs. Jie gerokai kantresni už Latvijos ūkininkus, kurie prieš savo valdžią pradėjo intensyvas protesto akcijas, reikalaudami didelių muitų į Latviją įvežamai mėšai ir kitai žemės ūkio produkcijai.

Jeigu abiturientams reikėtų rašyti apie lietuviškos šlovės apsi-reiškimus, jų mintys galėtų nuklysti į Poznanę, kur vyksta Europos moterų krepšinio čempionatas. Lietuvos rinktinė, kurioje žaidžia ir dvi rokiškietės, skina pergalę po pergalės.

Ypač pasižymėjo mūsų Jolanta Vilutytė, rungtynėse su čekėmis pelnusi 32 taškus, iš jų 12 - per pratimą.

Su silpnoka Bosnijos ir Hercegovinos komanda taikliausia buvo Daiva Jodeikaitė - 31 taškas.

REZONANSAS

Naują vyriausybę sudaro 7 konservatoriai, 2 krikščionys demokratai, 1 centristas ir 5 nepartiniai. Tokia koalicija. Tačiau ji subyrėjo pačią pirmą dieną, nes krikščionys demokratai, palaukę kol jų kandidatai įvažiuos į R.Pakso kabinetą, kyštelėjo pirmą pagali į ratus: pareiškė, kad tarp jų ir konservatorių koalicija neįmanoma. Mat konservatoriai neprisiima atsakomybės už naujo kabineto darbą.

Kas tai? Nauja valdžios krizė dar nepasibaigus senajai? Visko gali būti. Tačiau graikščios gimnazistės savo rašinėliuose, ko gero, nesivargintų sudėtingomis išvadomis. Ar ne geriau viską supaprastinti ir parašyti, kad demokratiškai išrinkti Seimo nariai Lietuvai nori tik gero. Net ir atiduodami "William'ii" "Mažeikių naftos" kontrolę ir valdymą. Tik pedantai ir opozi-

SALVINIJA
puslapis moterims

Sėkmė lydi tuos, kurie gerai atrodo

Janina LIOLIENĖ

“Pragiedrulių” skaitytojams jau pažįstamos kosmetikės Dianos Kravčenkienės pasiteiravau, be kokių kosmetikos priemonių negali apsieiti savimi besirūpinanti moteris vasarą.

Po ilgo ir niūraus šalčio periodo visos buvome pasiilgusios saulės, tikėdamos, kad jos spindulių reikia ne tik sielai, bet ir kūnui. Pasak kosmetikės, viskas turi būti saikinga, nes pirmiesiems saulės spinduliams nušvietus išblyškusių veidus, ar kai moterys persikaitina paplūdimiuose, labai išryškėja raukšlės. Svarbu atsiminti, kad įdegusi oda ne tik gražiai paruduoja, bet ir išsausėja, todėl raukšlės dar pagilėja. Veikiant tiesioginiams saulės spinduliams, atsiranda laisvieji radikalai, kurie prilimpa prie naujų odos ląstelių ir veidas sensta. Norint to išvengti, reiktų įsigyti kremus su ultravioletinių spindulių apsaugos filtru (UAF). Turinčioms riebią ar mišrią odą kosmetikė rekomenduoja įsigyti pienelį arba skystos konsistencijos želę (taipogi su UAF). Ryte nusiprausus veidą be muilo, reiktų vienu iš šių komponentų pasitepti veidą. Sausai odai patartina įsigyti riebesnį maitinamąjį kremą su apsauginiu filtru. Mamydas, kad, pasitępus apsauginiu kremu, nebus galima įdegti - klaidingas. Specialūs kremai su ultravioletinių spindulių apsaugos filtru saulės spindulius praleidžia, tik apsaugo nuo jų kenksmingumo. Ką reiškia indeksai, užrašyti ant kremo tūtelės? Pasak Dianos, pavyzdžiui, indeksas 2 rodo, kad pasitępus šiuo apsauginiu kremu, du kartus ilgiau galima praleisti saulėje be kenksmingos spindulių dozės. Turinčioms šviesią odą jaunesnėms moterims ir merginoms kosmetikė pataria rinktis kremą, losjoną ar želę, kurių indeksas 25. Jei oda tamsi, storesnė, nelabai jautri, užteks ir indeksas 15. Labai jautrios odos savininkėms nevertėtų rinktis indeksas mažesnis nei 10. Jeigu įsigijote kosmetinę priemonę su mažesniu apsaugos indeksu, būnant saulėje (o ypač po maudymosi) vertėtų dažniau pasitepti odą.

Kosmetikė Diana pataria, prieš intensyviai kaitinantis saulėje, panaudoti želatino kapsulių su vitaminais A, E, ir C, kad paruoštumėte odą spinduliams. Žinoma, nepamirškite val-

gyti daug šviežių daržovių ir vaisių.

Jei neturite galimybių gražiai įdegti - ne bėda. Lietuvoje jau galima įsigyti įdegio kremų, kurie neprasiskverbia giliai į odą, bet nudažo paviršinį jos sluoksnį. Todėl šie kremai visiškai nekenksmingi, nuo jų neatsiranda raukšlių. Pravartu žinoti, kad įdegio kremai gaminami atskirai kūnui ir veidui, todėl perkant reiktų nesumaišyti arba pirkti jų dvi tūteles. Prieš įdegant be saulės, kosmetikė Diana pataria išsikaitinti šiltoje vonioje, kad atsivertų visos kūno ir veido poros, galima jūros druskos pagalba pasidaryti pilingą, kad kremas geriau įsigertų. Kremą tepti atsargiai ir lygiai, nes spalva atsiranda tik po 2-3 valandų (jei kurioje nors kūno dalyje kremo patepsime per daug - atrodysime lyg dėmėtos). Įdegio kremas nusiplauna, todėl patartina kas 2-3 dienas procedūrą kartoti.

Kad išvengtume alerginės reakcijos ir pačioms būtų patogiau, vasarą ponia Diana siūlo cheminių antakių, blakstienų dažymą (arba rekomenduoja dažytis kokybišku, vandeniniu atspariu tušu).

Jeigu per daug įdegėte saulėje - padės drėgnos emulsijos, o riebius kremus ar emulsijas tokiu atveju odą dar labiau sugadins. Trisdešimtmetė moteris turėtų pradėti daugiau dėmesio skirti veido priežiūrai. Tokio amžiaus moterims, norint išvengti ankstyvo senėjimo, patartina rinktis kosmetiką, kurios UAF indekso numeris nuo 30 iki 60. Veidas smarkiai sausėja ir nuo sausos pudros, todėl vasarą kosmetikė pataria makiažui naudoti kremą - pudrą. Nereikia pamiršti ir kūno - naudoti maitinamąjį pienelį (ypač “mylėti” kelius, alkūnes).

Apsauginį kremą nuo saulės rekomenduotina naudoti ne tik moterims - privalu saugoti nuo kenksmingų saulės spindulių ir vaikus (jiems patartina nupirkti kremą su mažesniu indeksu).

Vyrai, viskas, kas parašyta, liečia ir jus. Tik vyrų oda būna storesnė, riebesnė, jiems patartina rinktis riebią odai skirtą kosmetiką.



Kosmetikė Diana pataria, prieš intensyviai kaitinantis saulėje, panaudoti želatino kapsulių su vitaminais A, E, ir C, kad paruoštumėte odą spinduliams. Žinoma, nepamirškite val-



Kaip gintis nuo saulės smūgio?

Persikaitinote saulėje: svaigsta galva, pykina, padažnėja kvėpavimas, veido spalva pasidaro melsvai raudona? Tai pirmieji saulės ar šilumos smūgio simptomai. Neskubėkite pulti į šaltą jūros ar ežero vandenį - galite apalpti. Atsisėskite pavėsy-

je. Ant kaktos užsidėkite šaltą kompresą, gerkite daug vėsaus (ne šalto) vandens, kavos, sulčių ir tonizuojančių, kraujospūdį keičiančių gėrimų. Jei turite, pausdykite amoniako (kaipmat atsigavėsite).

Gali krėsti šaltis, pakilti tem-

peratūra, išberti. Kai atsigausite, apsišlakstykite jūros vandeniui. Jis veikia antialergiskai, nes turi daug chloro druskų, magnio, natrio. Nepakenks ir ramina miegą, antialerginiai preparatai. Žinokite, kad persikaitinus saulėje, labai sumažėja kraujospūdis. Žmonės, kurių kraujospūdis mažas (mažesnis nei 90/60 mmHg), dažniau išstinka saulės smūgis. Jie negali ilgai būti karštyje, greičiau alpsta. Dėl sumažėjusio slėgio arterijose į smegenis, širdies raumenis ir inkstus patenka mažiau kraujo. Todėl svaigsta galva (kaip ir perkaitus saulėje), mirguliuoja ir temsta akys, apima mieguistumas. Jei kraujospūdis smarkiai sumažėja, gali aptemti sąmonė. Jei esate hipotonikė, nešiokitės kraujospūdį didinančios eleuterokoko tinktūros.

Visada atsiminkite: kad netaptumėte vasaros auka, be saiko nesimėgaukite karštais saulės spinduliais. Gerų atostogų!

Pamirškite svarstyklės

Jei sumanėte pakoreguoti kūno apimtį, atsisakykite riebių patiekalų (1 g riebiųjų organizme išskiria 9 kcal, o 1 g angliavandenių ir baltymų - tik 4). Galbūt jums patiks nekoloringas maistas ir ilgam pakeisite mitybos įpročius.

Siūlome išmėginti dietą, kuri, pasak specialistų, per 5 dienas padės suliesėti 2 kilogramais. **ATMINKITE, LAIKANTIS DIETOS, JŪSŲ VALGIARASTIS TURIBŪTI IVAIRUS.**

Tarp valgymų užkąskite:
• riekelę duonos su 2 valg. šaukštais varškės, puse agurko ir 5 ridikėliais (160 kcal);
• arba salotų: 4 šaukštai atšaldytų aviečių, pusė banano ir kriaušės, žiupsnelis cinamono (145 kcal).

• Arba 100 g lieso jogurto, sumaišyto su 4 šaukštais atšaldytų aviečių ar braškių (80 kcal).

Pirmadienis
PUSRYČIAI. Dribsniai su vaisiais.

4 šaukštus dribsnių sumaišyti su puse supjaustyto banano ir užpilti puse stiklinės lieso pieno (210 kcal).

PIETŪS. Omletas su šparpagais (270 kcal).

100 g bulvių, 250 g šparagų, kiaušinis, 3 šaukštai lieso pieno, arbat. šaukštelis aliejaus, svogūnas.

Bulves su lupenomis virti 20 min. tiek pat laiko pasūdytame ir pasaldintame vandenyje virti šparagus. Kiaušinį išplakti su pienu. Aliejuje pakepinti svogūną ir kepti omletą. Patiekti su šparpagais ir bulvėmis.

VAKARIENĖI sumuštinis su salotomis (170 kcal).

Antradienį PUSRYČIAI valgysite riekelę juodos duonos su griežinėliu virtos kumpio

ir pomidoru. Galite paskaninti druska ir pipirais (145 kcal).

PIETŪS pasigaminkite jautieną su daržovėmis (650 kcal).

250 g bulvių, ½ l daržovių nuoviro, 250 g brokolių, valg. šaukštas aliejaus, 250 g liesos jautienos, svogūnas, prieskonių, indelis konservuotų pomidorų, lydyto sūrio, lieso jogurto, česnako, žalumynų.

Nuskustas bulves išvirkite daržovių nuovire. Pasūdytame vandenyje 10 min. virkite brokolius. Aliejuje pakepinkite smulkiai supjaustytą svogūną ir maltą liesą jautieną, paskanintą prieskoniais. Po to viską užpilkite konservuotais pomidorais su sultimis. Pusę bulvių ir brokolių dėkite į aliejumi išteptą skardą, ant jų sukrėskite maltą mėsą ir likusias daržoves. Kepkite 20 min. 200 C orkaitėje. 5 min. iki kepimo pabaigos užtarkuokite olandiško sūrio.

VAKARIENĖI suvalgykite 4 šaukštus liesos varškės su pomidoru ir agurku (210 kcal).

Trečiadienį PUSRYČIAI 4 šaukštus dribsnių sumaišykite su puse supjaustyto banano ir užpilkite puse stiklinės lieso pieno (210 kcal).

PIETŪS valgysite menkę su špinatais. 200 g špinatų, pusė skiltelės česnako, 100 g menkės nugarinės, “Parmezano” sūrio, arbat. šaukštelis alyvų aliejaus.

Špinatų lapus su puse skiltelės česnako 2 min. virti ant silpnos ugnies. Nusunkus pakepinti įkaitintame alyvų aliejuje. Užtarkuoti sūrio. Ant silpnos ugnies vandenyje apvirti menkės nugarinę. Nuvarvinus patiekti su špinatais.

VAKARIENĖ. Ant riekelės juodos duonos uždėti salotos lapą ir ploną sūrio griežinėli. Pagal skonį pagardinti saldžiąja paprika (180 kcal).

Ketvirtadienis

PUSRYČIAI. Riekelę juodos duonos su griežinėliu virtos kumpio ir supjaustyto pomidoru. Galite paskaninti druska ir pipirais (145 kcal).

PIETŪS. Bulvės su salotų padažu (210 kcal).

200 g bulvių, 100 g ridikėlių, 1 agurkas, 1 pomidoras, 100 g jogurto, citrina, žalumynų.

Pomidorą, agurką ir ridikėlius supjaustyti griežinėliais. Paruošti padažą: jogurtą paskaninti šviežiomis citrinų sultimis, druska, cukrumi ir smulkintais žalumynais. Padažą užpilti ant daržovių. Patiekti su lupenomis virtomis bulvėmis.

VAKARIENĖI riekelę juodos duonos (šviežios ar pakepintos) ar dietinis džiovėselis su mėgstamiausia uogiene (tik nelabai saldžia). Arba griežinėlis lieso varškės sūrio su medumi (150 kcal).

Penktadienis

PUSRYČIAI. 4 šaukštus dribsnių sumaišyti su puse supjaustyto banano ir užpilti puse stiklinės lieso pieno (210 kcal).

PIETŪS. Viščiukas su ryžiais (540 kcal).

Pusę viščiuko, nedidelis salieras, morka, žaliųjų žirnelių, 100 g ryžių, prieskonių.

Viščiuką pusantros valandos virti ½ l vandens, į kurį įmesta keletas pipirų ir lauro lapų. Vėliau sudėti supjaustytas morkas, salierą, žaliuosius žirnelius.

Viščiuką išgriežti, nulupti odelę, mėsą supjaustyti gabaliukais ir sumesti į sriubą. Virti 10 min., paskaninti prieskoniais. Valgyti su ryžiais.

VAKARIENĖ. Sumuštinis su salotomis ir griežinėliu (30 g) rūkytos lašišos (165 kcal).

ŪKIS

Jau ruoškime silosą



Audronė MAŠAUSKIENĖ
Jonas ŠLEPETYS
LŽI mokslo darbuotojai

Ūkininkas, norintis gauti pelno iš galvijininkystės, be siloso neišsivers, nes tik jame išlieka pakankamai maistinių medžiagų. Galvijams reikia energijos ir baltymų, todėl šie pašaro rodikliai laikomi pagrindiniais. Kuo daugiau energijos ir baltymų turės silosas, tuo mažiau žiemos racioną reikės papildyti kombinuotaisiais pašarais. Daugiausia energijos, kurią gali pasisavinti gyvuliai, varpinės žolės sukaupia plaukėjimo pradžioje. Pašarinės šunažolės, pievinės miglės ir raudonieji eraičiai jau plaukėja. Greitai pradės plaukėti ir tikrieji eraičiai. Delsti neverta, ir žolynus, kuriuose vyrauja šios žolės, reikia silosuoti. Pirmiausia ruoškime pavytintos ir nepavytintos žolės silosą, o ne tradicinį šieną. Taip išvengsime didesnių žolės doravimo nuostolių. Be to, mažiau trukdys nepalankūs orai. Šiomet plau-

kėja 15 cm mažesnės nei pernai žolės. Nepaisant to, nereikėtų vėlinti jų pjūties, tikintis gauti didesnį ląstelių derlių.

Pernykščiai tyrimai parodė, kad iš įvairių šalies rajonų gegužės 21 - 25 d. paimituose pradėjusių plaukėti žolių bandiniuose buvo 11,1 - 11,5 MJ (mega džauliai), gegužės 26 - 31 d. masiškai plaukėjančių - 10,3 - 11,2 MJ apykaitos energijos kilograme sausųjų medžiagų. Šiomet ištyrime gegužės 24 d. paimitus žolių bandinius. Plaukėjančiuose šunažolynuose buvo 10,9 - 11,5, žalienose, kuriose vyravo pradėję žydėti pieviniai pašaušėliai, - 10,1, o daugiamėčių svidrių - baltųjų dobilų mišiniuose - 12 - 12,5 MJ apykaitos energijos.

Tad metas pjauti žolę. Nereikėtų užmiršti sėklinių ankstyvųjų raudonųjų ir baltųjų dobilų. Juos reikėtų nupjauti pirmomis birželio dienomis. Nesvarbu, kad dobilai nepradėjo žydėti. Vėliau nupjovus pirmąją žolę, sumažėja atolų sėklų derlius. Laiku nupjovus pirmąją žolę, atolai subrandina didesnį derlių, sėkla būna švaresnė.

Sigutė SABALIAUSKIENĖ
ŽŪR Savivaldos ir rinkos informacijos skyriaus darbuotoja

Monopolinės įmonės pakėlė miltų ir duonos kainas, sukeldamos sumaištį visuomenėje ir valdžios sluoksniuose. Jos įrodinėja, jog dėl to kalti žemdirbiai, norintys už savo produkciją per didelių kainų.

Gegužės 31 d. Žemės ūkio rūmuose vyko išplėstinis grūdų augintojų asociacijos pasitarimas, kuriame buvo pabrėžta, kad jeigu valdžia pasiduos grūdų perdirbėjų - monopolininkų spaudimui ir sumažins grūdų supirkimo kainas, tai turės neigiamų ekonominių ir socialinių pasekmių, kurioms žemdirbiai neliks abejingi. Posėdyje dalyvavo apie 200 ūkininkų iš visos Lietuvos.

Žemės ūkio rūmų pirmninkas prof. A. Stanevičius pažymėjo, jog šiandien žemės ūkyje susidariusi nepavydėtina padėtis, todėl žemdirbiams būtina kaip niekada būti vieningiems. A. Stanevičius sakė, kad dabartinės grūdų kainos negalėjo turėti kokios nors įtakos duonos pabrangimui. Nuo 1996 iki 1998 metų grūdų kainos gerokai nukrito, kai tuo tarpu duonos kainos, kad ir nežymiai, bet visą laiką didėjo. Todėl staigus duonos ir jos gaminių kainos pakėlimas yra malūnininkų ir kepėjų savavališkas veiksmas.

Visi kalbėję žemdirbiai vieningai pasmerkė dirbtinai organizuotą duonos kainų pakėlimą, kuris išreiškia tik siaurus, monopolistinius perdirbimo įmonių interesus. Buvo pabrėžta, kad at-

žemės ūkio bendrovių asociacijos prezidento J. Kraujelio mintims, jog Lietuvoje žlugdomas silyklinių miežių auginimas ir silyklo gamyba, kadangi ES komisija nuo 1998 metų spalio mėnesio pradėjo eksportuojamam silyklui skirti dideles subsidijas, o Lietuvos valdžia jokių atsakomųjų veiksmų nesiėmė. Todėl

žemdirbiai reikalauja, kad būtų skubiai (iki birželio 10 d.) nustatyta silyklo muitinio įvertinimo kontrolinė kaina.

Žemdirbiai siūlo, kad Žemės ūkio ministerijai būtų suteikta daugiau teisių nustatant žemės ūkio ir maisto produktų vidaus rinkos apsaugos priemones, nes Ūkio ministerija, kuri tvarko muitų tarifų reikalus, ne visuomet įsigilina į specifines žemės ūkio problemas.

Grūdų perdirbėjų asociacijos prezidentas L. Kirkilis pateikė skaičius apie dabartinę malūnų ekonominę būklę, primindamas, kad grūdų kainos, atsižvelgiant į pasaulinės rinkos sąlygas, pas mus yra per didelės.

Tačiau grūdų augintojai su tuo nenorėjo sutikti ir pareiškė, kad jei Vyriausybė neatsižvelgs į jų reikalavimus, jie ims radikalesnius priemonių savo interesams ginti.

Aptarti 1999 metų grūdų kainų reikalai

Melžkime taisyklingai

Vytautas MIKALAUSKAS
LVA docentas

Ruošiant karvę melžti (plaunant tešmenį šiltu vandeniu, jį masažuojant ir nu-melžiant pirmašias čiurkšles), sudirginami tešmens nervų receptoriai. Atsiradę nervinio dirginimo impulsai perduodami į galvoje esančią hipofizio liauką, kuri išskiria pieno atidavimo hormoną - oksitociną. Patekęs į kraują šis hormonas pasiekia ir tešmenį. Oksitocino veikiami tešmens lygieji raumenys susitraukia, suspaudžia alveoles, taip pieną išstumdami į pieno latakėlius, latakus bei cisternas.

Oksitocinas pradeda veikti praėjus 40 - 60 s nuo prisilietimo prie tešmens.

Per šį laiką melžėja turi suspėti paruošti tešmenį, ant spenių užmauti melžiklius. Oksitocinas tešmenyje veikia 5 - 6 min. Po to jis suyra, o pieno atidavimo refleksas išnyksta, nesvarbu, ar pienas išmelžtas visas ar ne. Neišmelžtas pienas lieka alveolėse bei latakėliuose iki kito melžimo. Paskutinių pieno čiurkšlių riebumas yra net 10 - 12 proc., todėl karvę reikėtų išmelžti kuo geriau. Nuolat neišmelžiamos karvės dažniau serga mastitu, mažėja jų produktyvumas. Paruoštą karvę reikėtų melžti tuoj pat, kol dar veikia oksitocinas ir alveoles spaudžia raumenys.

Pieno atidavimo refleksas formuojasi melžiant tuo pačiu laiku, ta pačia tvarka. Neretai pasitaiko, kad nors melžiamų karvių tešmenyje pienas gami-

nasi, jo atleidimas periodiškai sutrinka. Priežastis gali būti spenių ar tešmens skausmas. Be to, gyvulys gali neatiduoti pieno perkėlus jį į kitą karvėdės vietą, pasikeitus melžėjai, atskyrus prie karvės augusį veršelį, dėl šiurkštaus elgesio, klaidų melžiant mechanizuotai, dėl stresų bei triukšmo, per rūją. Sutrikus pieno išskyrimui, lengvai išmelžiamos tik pirmos pieno čiurkšlės. Nors tešmuo pilnas, daugiau pieno neišmelšite.

Pirmiausia pašalinkite sutrikimo priežastis: švelniai elkitės su gyvuliu, prieš melžimą bei melždami tešmenį masažuokite, taisyklingai melžkite. Smarkiai susijaudinusiame gyvuliui su pašaru duokite bromo preparatų, į poodį ar raumenis suleiskite oksitocino.

Kartais karvės pieną atiduoda pamasažavus išorinius lytinius organus ar į makštį pro giminę žarnelę įpūtus oro.

Sunku melžti ir susiaurėjus spenio kanalui. Neretai tai būna įgimtas trūkumas. Tokie speniai būna ilgi ir ploni. Pienas bėga plona srovele. Maždaug žirnio dydžio sustorėjimas gali susidaryti ir spenio gale. Aparatais tokių karvių iki galo neišmelšite, todėl ima vystytis mastitas. Didėjančio diametro plėstuvą ištepkite vazelinu ar emulsija, įstumkite į spenį ir palikite 20 - 30 min. Prireikus procedūrą pakartokite po 3 dienų. Susiaurėjus spenio kanalui gydoma ir operaciniu būdu. Po operacijos 3 - 7 d., kol sugyja įpjautos vietos, karves kas 2 - 3 val. būtina melžti rankomis.

Galaktorėja - priešingas pieno neatidavimo reiškinys - savaiminis pieno tekėjimas per spenio kanalą. Šis sutrikimas gali būti įgimtas - nepakanka-

mai išsivysčius spenio žiediniam sutraukiamajam raumeniui, bei įgytas - atrofavus, suparalyžavus spenio sutraukiamąjį raumenį ar po jo traumos. Pienas laša arba bėga srovele net tada, kai tešmuo dar nepilnas. Melžiant jis bėga didele čiurkšle. Po melžimo švarų, sausą spenį 1 - 2 s pamerkite į koloidinį tirpalą. Ant spenio galo galima užlipinti koloidiniame tirpale suvilgytą marlę. Jei pieno nelaikymas įgimtas, spenių galus po kiekvieno melžimo masažuokite 5 - 6 min. įtrinami silpnai dirginančiais tepalais. Kad spenio galas susiaurėtų, aplink jo galą ant odos veterinarai gali "uždėti" tabakmaišio siūlę. Jos "nuimamos" po 6 - 7 d. Jei spenio žiedinis sutraukiamasis raumuo labai nusilpęs, ant jo galo užmaukite guminį žiedą.

Rankos pačios prašosi darbo

Janina LIOLIENĖ

"Berods antroje klasėje buvau, kai mokytoja per rankdarbių pamoką parodė, kaip elgtis su vašeliu. Nuo to laiko tai tapo tarsi kokia liga. Nebegaliu ramiai nusėdėti - rankos pačios ieško vašelio. Tada, kai jos užsiėmusios - esu rami," - lyg ir juokauja, lyg ir rimtai kalba rokiškietė Emilija Juškevičienė.

Gėriuosi įvairiaspalvėmis nertomis servetėlėmis, kruopštaus darbo ir laiko pareikalavusia balututele staltiese, ponios Emilijos austu kilimu, puošiančiu kambario sieną. Dabartinių laikų darbščiosioms bitelėms bepigu - prisi-pirkai rankdarbių žurnalų, knygų, kuriose kiekvienas virbalas ar va-

šelio krustelėjimas parodytas - tik pasirink patikusį pavyzdėlį ir dirbk. Kitaip buvo ponios Emilijos laikais, kai kiekvieną raštelį tekdavo sukurti ir atlikti pačiai, be jokių knygų ar patarimų. Būtent taip ir gimė visos servetėlės, kurias moteris krauna prieš mane. Vos spėju gėrėtis sudėtingiausiais raštų vingiais.

Nors gydanti gydytoja, į kurią pastaruoju metu tenka kreiptis vis dažniau, patarė laikinai mesti vašelį per petį ir nė ton pusėn nežiūrėti, kitaip visi masažai ir šildymai nepadės, ponio Emilija prisipažįsta, kad jai tai padaryti labai sunku. Rankdarbiai - jos didžiausias nusiramimas po paskutiniųjų bėdų - vyro, sesers ir brolio netekčių. Moteris guodžiasi dabar likusi be jokio artimo žmogaus. Brolis gyvena Radviliškyje, tokiuose metuose negi dažnai

beaplankysi. "Taip ir laistau ašaromis žemę, kai pagalvoju, kad viena likau, kad neturiu su kuo nuoširdžiai pasikalbėti." Čia pat sutinka, kad negerai taip savęs gailėti ir gaudintis, sakosi, kad ir į kiemą dažnai iš-

eina, be to, dar į polikliniką tenka vaikščioti. "Ne tik namie sėdžiu, gryo oro irgi įkvepiu".

Ponios Emilijos vyro irgi nagingo būta. Jis mėgo lieti bareljefus iš gipso. Kambariai papuošti jo lietais Lietuvos kunigaikščių portretais, stilingai išpuoštas puikuoju laikrodžiu. "Dabar, kai likau viena, labiausiai gailiuosi, kam išvežiau

savo augintinę Mirtą į kaimą," - nuliūsta moteris. Sužinau, kokia protinga ir nedidukė buvusi ta kalytė Mirta, kaip ji šeimininkei skaudančius kelius savo kūneliu šildė ir taip sugydė. Tai kodėl atsisakė tokios ištikimos draugystės? "Matai, vaikeliai, būdavo, išeinu laukan šiukšlių išpilti, o ten būrelis moteriškių taip ir laukia įgelti. Vienai jų mano Mirtutė per garsiai loja, kitai atrodo, kad aplinką teršia... Nebenešė nervai to kasdien klausyti..."

Tikro šuniuko namuose nebėra. Kaip kompensacija už tai ant lovos stovi net 17 margų, baltų, tamsiai mėlynų vašelių nertų šuniukų - slėptuvių, kurias, kaip juokavo ponio Emilija, labiausiai mėgsta vyrai. Įdomiai sugalvota: pažiūrėjus atrodo, tarsi stovėtų dailūs suvenyras, bet pakanka nuimti tam šuniukui galvą ir viskas tampa aišku - ten slepiasi butelis stipriojo gėrimo. Šeimininkė tikino, kad šie suvenyrai turguje sulaukė nemažo vyriškos giminės atstovų dėmesio.

"Negi visą gyvenimą tik sėdėsi ir verkksi? Rankos pačios prašosi darbo," - atsisveikina dabščioji Emilija Juškevičienė.



Emilija Juškevičienė prie savo dirbinių.

Konkursas melomanams

Jūs norite dovanų gauti kompaktinį diską arba kasetę, bet nežinote kaip?



Užsiprenumeruokite ar nusipirkite "Rokiškio pragiedrulius" ir turėsite puikią galimybę papildyti savo garso įrašų kolekciją!

Redakcija ir parduotuvė "Muzikos prekės" (Nepriklausomybės a. 31) tęsia konkursą melomanams.

REIKĖS ATSAKYTI Į 10 KLAUSIMŲ:

1. Kiek naujame PolyGram company kataloge yra puslapių?
2. Kokią video naujieną išleido "Garsų pasaulis"?
3. Koks seniausias licencinis video filmas yra mūsų parduotuvėje ir kada jis buvo išleistas?
4. Kaip vadinasi Modern Talking naujausias albumas?
5. Koks naujas JAM Rekords kūdikis?
6. Koks naujausias Nelly albumas?
7. Kokios grupės perkamiausias albumas mūsų parduotuvėje?
8. Kokia labai gerai žinoma rusų estrados žvaigždė prodiusavo albumą "To, čto doktor šlager propisal"?
9. Kokią plokštelę jau seniai mūsų parduotuvėje laukia savo pirkėjo?
10. Kokių firmų tuščius vienkartinio įrašymo CD galima įsigyti mūsų parduotuvėje?



KRYŽIAŽODIS

Sudarė Vaida Pranskūnaitė

				Arklio patelė		Klampios vietos		Nelaimės	
Lietuviški muzikos apdovanojimai		Garso rašmuo		"Varna" prie balsai					
				Indai virimui				Trūksta: P...	
Paros laikas.		...-2		Skaičius					
				Nuo...		Dgs. pirmas asmuo			
	Sėdžiu ant...					Radion...			
					"Suptis" es. I. III asmuo		Klausiamasis žodelis		Kas aukojama?
	Skvernas arba...		... Vegas						
					Baldas				Pietų Afrikos Respublika
Vietų palaidoti		Telktinis darbas							
				Gyvūnas		Svečias arba...	Suarti laukai		Mot. vardas
Gėrimas		"Ryto..."	Trūksta: KA...					Paveikslas...	
				Ploto matas					
				Cheminis elementas					
	Mot. vardas							Trūksta: VANA...	
				Šviesos antoniimas					
									"Moterys" antoniimas
Medžių derva		Iranio dalis							
				Visiškai arba...		Margarinas			

"Toyota" pripažinta kokybiškiausia automobilių marke JAV

Japonijos automobilių gamintoja "Toyota Motor Corp", laimėjusi šešiose iš keturiolikos transporto priemonių kategorijų, JAV pripažinta kokybiškiausios automobilių gaminančia kompanija.

Kompaktiškų automobilių klasėje geriausiu buvo pripažintas "Toyota Corolla" modelis. Tarp ištagingų automobilių pirmavo "Lexus LS 400", "4 Runner" modelis tapo pirmuoju tarp kompaktiškų sportinių automobilių, "Land Cruiser" bei "Sienna", taip pat priklausantys "Toyota" šeimai, tapo visureigių bei vienatūrių klasės nugalėtojais.

Beje, tarp vidutinės klasės automobilių "Toyota" ištūmė "General Motors". Trys pirmosios vietos atiteko būtent šios JAV automobilių kompanijos modeliams "Chevrolet Lumina", "Buick LeSabre" bei "Buick Century".

"Ford" F serijos pikapai buvo pripažinti geriausiais savo klasėje, tuo tarpu koncerno "Daimler-Chrysler" modelis "Dodge Dakota" užėmė pirmąją vietą tarp mini sunkvežimių.

Beje, prasčiausiai amerikiečiai įvertino korėjietiškus automobilius. "Kia" bei "Hyundai" modeliai surinko mažiausiai taškų.

Apklausus 41 tūkstantį transporto priemonių savininkų, paaiškėjo, kad bendra automobilių kokybė šiemet, palyginti su 1998 metais, pagerėjo penkiais procentais.

ELTA

PRO MEMORIA

ROKIŠKIO MIESTAS
Vytautas Mačiulis
(1942 05 16 – 1999 05 26)

Andžela Šeškutė
(1997 04 16 – 1999 05 24)

Julija Meilutė
(1910 03 10 – 1999 05 30)

Genovaitė Klišenė
(1939 03 01 – 1999 05 30)

JUODUPĖS SENIŪNIJA
Julija Zalenkauskienė
(1913 10 13 – 1999 05 31)

JŪZINTŲ SENIŪNIJA
Emilija Gudonienė
(1922 12 29 – 1999 05 28)

KAMAJŲ SENIŪNIJA
Ona Zindulienė
(1942 02 22 – 1999 05 26)

Valentinas Jurgis Rudokas
(1935 04 04 – 1999 06 01)

KAZLIŠKIO SENIŪNIJA
Rolandas Petrikėnas
(1971 05 29 – 1999 03 10)

KRIAUNŲ SENIŪNIJA
Ilarijonas Tokarevas
(1915 10 21 – 1999 05 27)

Balys Kišūnas
(1919 08 26 – 1999 05 30)

OBELIŲ SENIŪNIJA
Leonas Juškevičius
(1922 12 04 – 1999 05 27)

Antanas Čepelis
(1932 02 23 – 1999 05 29)

PANDĖLIO SENIŪNIJA
Palma Birutė Augulienė
(1938 04 04 – 1999 06 02)

ROKIŠKIO KAIMIŠKOJI SENIŪNIJA
Stefanija Griukytė
(1923 01 14 – 1999 05 27)

Nuoširdžiai užjaučiame artimuosius

5 kambarių butą Kriaunose, 2 aukštas (pusė namo), ūkiniai pastatai, 3 ha žemės, 0,28 ha miško.
Tel. 41816.

Sodybą Medelyne arba keičia į butą.
Tel. 33208.

Garažą prie Žemės ūkio banko.
Tel. 35433.

1 kambario butą su daliniais patogumais, bendra virtuvė.
Tel. 33342, (8-286) 44875.

1 kambario butą Kavoliškyje su patogumais, yra įstiklintas balkonas, telefonas.
Tel. 68936.

Obeliuose pusę gyvenamo namo (kambarys ir virtuvė), yra sodas, daržas, ūkiniai pastatai.
Tel. 54505.

2 aukštų mūrinį namą Pievų g. arba keičia į 4 ir 1

kambario butus (primoka).
Tel. (8-298) 86370.

Netoli nuo Rokiškio 9 ha brandaus spygliuočių miško su žeme.

Tel. (8-27) 260131 vakare.

Skubiai 3 kambarių butą Jaunystės g.

Tel. 54112 po 18 val.

Garažą prie autobusų stoties.

Tel. 53698 po 20 val.

Nebrangiai 3 kambarių butą Stramilių km. Yra ūkiniai pastatai, malkinė.

Tel. 68154.

Nebrangiai namą ir ūkinį pastatą Puodžialaukės gyvenvietėje.

Kreiptis į Ireną Kalvėnienę, Kurklaičių g.

3 kambarių butą su patogumais Panemunėlio geležinkelio stotyje. Yra ūkiniai pastatai, telefonas.

Tel. 63235.

Namuką Pandėlio mies-

Tegul nuoširdūs užjautaus žodžiai palengvina skausmą Stasiui Klišiui ir jo sūnams, mirus mylimai žmonai ir mamai Genovaitėi.

Pusbroliai Kazimieras, Robertas, Vytautas

Nuoširdžiai užjaučiame Almutį Petrikėną dėl sūnaus Rolando mirties.

Kazliškio seniūnijos kolektyvas

te, prie namo yra 30 arų žemės, sodelis.

Kreiptis į Praną Juroną, Žalgirio g. 4., Vieksniai, Akmenės raj.

2 kambarių butą, 1 aukštas, skaitikliai. Kaina 8000.
Tel. 31773.

2 kambarių butą (47 kv. cm), 1 aukštas, Laisvės g.
tel. 52945.

GYVULIAI

Karvė.

Tel. 68153.

2 karves.

Tel. 65120.

Karvė.

Tel. 31389.

Arklį, 1 versio karvę, žalmargę telyčią. Kreiptis į Pavarotnikienę Editą, Riemiškių km., Juodupės seniūnija.

6 metų darbinį arklį.

Tel. 52039 po 16 val.

Metinę margą telyčią.

Kreiptis į Joną Kličovą, Juodupės seniūnija.

Veršingą karvę, veršiuosius birželio pradžioje.

Tel. 33106 vakare.

Pigiai beragių veislės ožką ir 4 mėn. ožkytę.

Tel. 26123.

Pigiai 2 ožkytes 3 mėn. amžiaus.

Tel. 51761.

KITA

Pavasarinį medų. Perdirba senus korius į vašką.

Tel. (8-258) 20090.

Lapuočių medžių tarinius rastelius.

Tel. 64321.

0,3 kub. m betono maišyklę, statybinį keltą, blokelių gamybos agregatą.
Tel. 35833, (8-290) 49484.

Mieli pirkėjai,

artėja vasara... Kviečiame apsilankyti "LIETUVIŠKŲ PREKIŲ" parduotuvėje. Čia Jūs galėsite įsigyti vyriškų ir moteriškų kelnų, vasarinių suknelių, palaidinių, sijonų.

Laukiame Jūsų Nepriklausomybės a. 22

Būrimo salonas- Pažinčių klubas
Respublikos g. 51-2
13-18 val.
Tel. 32984.

Automagnetolą "Blaupunkt".
Tel. 41652.

Skubiai, nebrangiai vaikišką sportinį 3 padėčių vežimėlį su perkeliama rankena.
Tel. 52707.

Vaikišką lovytę su čiužiniu, medasuk (4 korių).
Tel. 33870.

Tekintų rąstų namuko sienas.
Tel. (8-298) 55650.

Pušies pušies. Tel. 34221.

Išsinuomotų 1 kambario butą su patogumais.
Tel. 33436.

Faneroja duris. Pasima, parveža nemokamai.
Tel. (8-239) 31279.

Išnuomoja 1 kambario butą ir garažą.
Tel. 53496.

Parduoda kieto kuro katilus "Dakon", "Atmos", "Kiunzel", "Kalvis", katilus su viryklėmis ir orkaitėmis, katilus pirčiai, vandens šildytuvus, idėklus į kaminius. Pristatymas, įrengimas, garantija.

Tel. 68168, (8-286) 23741.

Komfortabiliu mikroautobusu pigiai vežu savaitgaliais į Palangą. Aptarnauju vestuves, laidotuves ir pan.

Tel. 31414, (8-298) 14776.

Vaikinas ieško rimto darbo kompiuteriu.
Tel. (8-298) 25650.

Mergina ieško darbo prekyboje.
Tel. 59141.

Priimu užsakymus dviejų, trijų, keturių durų spintoms, komodom, prieškambario baldams.
Tel. 53916.

Keičia 3 kambarių butą pirmame aukšte į 1 arba 2 kambarių butą Rokiškyje. Kreiptis Vilties g. 28-1 nuo 19 iki 20 val.

Reikalingas mūrininkas krosniam mūryti.
Tel. 33064.

Ieškau partnerio važiuoti dirbti į Norvegiją arba Švediją.
Tel. 32537.

Keičia įrengtą garažą Pagėje į mikroautobusą.
Tel. 53106.

40 metų vyras ieško darbo, gali virinti elektrą, dujomis, turi AB vairuotojo teises, bet kokio darbo.
Tel. 54228.

Pamestas mobilus telefonas "Diga". Radusiam atsiųsiu.
Tel. 33063.

Rokiškio rajono Vartotojų kooperatyvas paskutinį kartą sumažintomis kainomis parduoda:
1. Polietileningus maišelius (su rankenomis) po 0,35 Lt.
2. Fasavimo maišelius po 7,5 Lt už 1000 vnt.

Dėmesio! Jau atidarytas "Tiras",

įsikūręs Vilniaus g. 3 (šalia kino teatro "Aukštaitis").
Sporto klubas "Viesulas" maloniai kviečia jame apsilankyti.
Darbo laikas 14-18 val., šeštadienį 9-13 val.

Nespalvoto vaizdo televizorių "Rekord 333". Kaina 70 Lt.

Tel. 52353.

Neautomatines skalbimo mašinas.

Tel. 35433.

Vandens pašildytoją.

Tel. 51528.

Skaldytas malkas.

Tel. 52134.

Spintelę.

Tel. 54132.

Mažai naudotą vaikišką vokišką vežimėlį. Kaina 300 Lt.

Tel. 26499 po 15 val.

20 ir 40 litrų nerūdijančio plieno statines.

Tel. 53482.

Vaizdo magnetofoną Ferguson (JVC); elektros variklį (7,5 kw 1750 aps/min).

Tel. 65123, (8-287) 61572.

Spalvoto ir nespilvoto vaizdo "Šilėlį".

Tel. 57253.

Arklinį plūgą.

Tel. 57253.

Šaldytuvą Snaigė-5, medinis korpusas. Kaina 180 Lt; Automobilių modeliukus (rusiški), mastelis 1:43; Foto aparatą "Fudži". Kaina 80 Lt.

Tel. 33918.

Gera įrengta 2-3 kambarių butą Juodupėje. Tel. 51133.

ZAZ markės automobilį. Tel. (8-258) 20090.

Žemės sklypą Bajoruose arba netoli Rokiškio. Tel. (8-290) 53828 nuo 19 val.

Kiaulę (apie 100 kg).

Tel. 33064.

Langus, naudotas silikatinės plytos ir grindines lentas (3 kub. m).

Tel. 31679.

1 kambario butą mikrorajone.

Tel. 54205.

Šieno daržinę nusigriovimui.

Tel. 31314.

VW Golf II 5 pavarų dėžę.

Tel. 68886, 68039.

Pitbulterjerų veislės šunį arba šuniuką.

Tel. 65123, (8-287) 61572.

Įvairūs

Šeima išsinuomotų sodybą 3 km nuo Rokiškio.
Tel. 53363.

Keičia 1990 m. automobilį IZ-2715 į UAZ-452 (bortinį).

Tel. 64321.

Rasti raktai Jaunystės g.

Tel. 54577.

Kokybiškai spausdiname:

- vizitines korteles;
- įvairius blankus, etiketes;
- reklaminius lankstinukus;
- plakatus bei brošiūras;
- kvietimus.

Taip pat:

- užrašome atvirutes;
- spalvotai kopijuojame.

Nepriklausomybės a. 22

Tel. 51354



Mūsų adresas:

Nepriklausomybės a. 22

4820 Rokiškis

Tel./Faks. 5 13 54

e-mail: pragiedruliai@post.omnitel.net

Leidėjas UAB
"Rokiškio pragiedruliai"
Indeksas 424.
2 spaudos lankai
T. 6010

REDAKTORIUS
Vygandas Pranskūnas
REDAKTORIAUS PAV.
Rasa Čižauskienė

KOREKTORĖ
Inga Žiaugrienė
KORESPONDENTAI
Virginija Kliaugienė,
Stanislovas Varnecas

BUHALTERĖ
Antanina Šapranaušienė
LEIDYBOS CENTRAS
Jolita Kaškevičienė,
Giedrius Šimėnas

Laikraštis leidžiamas
antradieniais, ketvirtadieniais ir
šeštadieniais.

Rankraščiai negrąžinami
Redakcija už reklamos ir
skelbimų turinį neatsako.
Skelbimai ir prenumerata
redakcijoje priimami
darbo dienomis.

Prenumeratos kainos:
1 mėn.- 6 Lt;
3 mėn.- 18 Lt;
6 mėn.- 36 Lt.

Rokiškia



Rokiškio VB
Bibliografijos, informacijos
ir kraštotyros skyrius

Kas gražu, atsilieps, kas
teisinga, nemirs, nors vandenim,
kalnais apklotum.

Vaižgantas

PRAGIEDRULIAI

Nepriklausomas rajono laikraštis

1999 m. birželio 5 d. šeštadienis. Nr. 49. (129) Kaina 0,80 Lt.

Dėmesio! Dėmesio! Dėmesio!

"Rokiškio pragiedruliai" savo skaitytojams rėmėjų dovanų nedalins: jas reikės pasiimti patiems. O tai padaryti nesunku: tereikia nepaigalėti 18 litų trečio ketvirčio (liepos, rugpjūčio, rugsėjo mėn.) prenumeratai arba nuo liepos mėnesio

pirkti kiekvieną "Pragiedrulių" numerį ir JUOS IŠSAUGOTI iki spalio 2 dienos. Tą dieną bus paskelbtas specialus spaustuovės kodas, kuriuo pažymėti 7 laimingieji laikraščio numeriai ir nurodyta kodo vieta bei laimėjimų sumos:

1 skaitytojas gaus 1 tūkstantį litų;
1 skaitytojas gaus 2 tūkstančius litų;
1 skaitytojas gaus 3 tūkstančius litų;
1 skaitytojas gaus 4 tūkstančius litų;
1 skaitytojas gaus 5 tūkstančius litų;
1 skaitytojas gaus 6 tūkstančius litų;
1 skaitytojas gaus 7 tūkstančius litų.

Jums tereikės į redakciją pristatyti laikraštį ir prizus atsiimti iki spalio 12 d. imtinai.

Galbūt sekme šį syk pasirinkti būtent Jus! Prenumeruokite, skaitykite "Rokiškio pragiedrulių"! Laikraštis įsitikinęs, kad geriausią ir naudingiausią dovaną galite nusipirkti Jūs patys.

2-3

sakiniais

BIRŽELIO 3 D. 17.34 val. vyriškas balsas greitai medicinos pagalbai pranešė, kad banko HERMIS Rokiškio filiale padėta bomba. Tuoj pat buvo evakuoti žmonės iš "Vikondos" parduotuvės, artimiausio gyvenamojo namo (bankas nebedirbo), į įvykio vietą atvyko specialiosios tarnybos, buvo iškviestas "Aro" būrys iš Kauno.

Specialistai patalpose bombos nerado, tačiau dėl įvykio iškelta baudžiamoji byla, o komisaras S. Meliūnas tiki, kad skambinęs žmogus bus nustatytas ir griežtai nubaustas.

ŠIANDIEN 13 val. Rokiškio stadione įvyks pirmosios šiais metais Panevėžio apskrities futbolo varžybos. "Rokiškio sūrio" komanda susitinka su Pasvalio "Svalios" vienuolike.

ŠIANDIEN 14 val. Kavališkio kultūros namų aikštelėje vyks pagyvenusių žmonių šventė "Metų spalvos '99", kurią ves Rokiškio kaimiškosios seniūnijos seniūnas Aleksandras Svilas ir Kavališkio kultūros namų administratorė Danutė Kirstukienė. Jūsų laukia įvairūs atrakcionai, konkursai, dainos ir šokiai.

Rengėjai kviečia šeimas su vaikais ir anūkais.

GALUTINAI SUTARTA dėl emblemos, skirtos Rokiškio 500 metų jubiliejui, panaudojimo. Pirmadienį bus pasirašyta sutartis su dailininku grafiku Jokūbu Zove. Už 6 tūkst. litų bus pagaminti garbės raštai, kvietimai - programos, vokai, garbės piliėčio pažymėjimai.

MOKSLEIVIŲ STOVYKLOJE "Gintaro krantas" Giruliuose nuo birželio 29 dienos organizuojamas vasaros poilsis vaikams našlaičiams, likusiems be tėvų globos, neigaliesiems, socialiai remtinų ir daugiavaikių šeimų vaikams. Kelialapis kainą 130 litų (392 litus kompensuoja valstybė). Norintys vykti iki birželio 10 dienos kreiptis į mokyklų vadovus arba į Savivaldybės vaikų teisių tarnybą 609 kab., tel. 5-17-47.

ŠIANDIEN šalia Anykščių, Niūronyse, Arklio muziejuje, vyks jau tradicine tapusi sporto ir etnografijos šventė "Bėk, bėk, žirgeli". Šventė prasidės 10.30 val. teatralizuotu pasirodymu "Žirgelis darbuos ir džiaugsmuos".

Svečiavosi Lenkijoje

Virginija KLIAUGIENĖ

Gegužės 27-30 dienomis rajono meras Almantas Blažys ir Kultūros tarnybos vadovas Petras Blaževičius su žmonėmis viešėjo Lenkijos respublikos Pabianicų mieste. Jie dalyvavo 22-osiose Pabianicų miesto dienos.

Mūsų rajono atstovai miesto prezidentui Florijonui Vlažlakui įteikė paveikslą iš odos. Pasak mero, paveikslas buvo pakabintas prestižinėje vietoje - konferencijų salėje. Po šventės atidarymo iškilnių rokiškėnai susitiko su miesto elitu. Su Pabianicų miesto verslininkų klubo vadovu Ka-

roliu Romanu Suchocki, užsiimančiu prekyba, aptaros verslininkų bendradarbiavimo galimybes.

A. Blažys ir P. Blaževičius su žmonėmis buvo pakviesti į Pabianicų ir Odomsko miestų tarybų posėdį, kuris, pasak mero, buvo daugiau parodomasis, įkomponuotas į bendrą oficialių renginių planą.

Rokiškėnai dalyvavo kultūrinuose renginiuose, lankėsi švietimo įstaigose, sporto bazėje, bibliotekoje.

Rajono meras davė interviu vietos radijui, kurio korespondentas domėjosi politine Lietuvos padėtimi, santykiais su Rusija, požiūriu į Jugoslavijos konfliktą.

Rugsėjo mėnesį Rokiškyje vyks Pabianicų miesto kultūros dienos.



Rajono meras Almantas Blažys įteikia dovaną Pabianicų miesto prezidentui Florijonui Vlažlakui.

Viešėjo ambasadorius

Asta ZAKAREVIČIENĖ

Savivaldybės atstovė spaudai

Trečiadienio popietę rajono meras A. Blažys susitiko Lietuvos ambasadorių Latvijoje Petrą Vaitiekūną. Neseniai pradėjęs eiti šias pareigas ambasadorius lankosi tuose šalies rajonuose, kurie ribojasi su Latvijos siena. "Mūsų rūpestis, nepažeidžiant principų, padėti lietuviams, gyvenantiems Latvijoje", - sakė svečias. Jo manymu, tokia griežta kontrolė tarp Pabaltijo valstybių nereikalinga. Įgyvendinant šią mintį, renkami konkretūs duomenys apie ryšius tarp atskirų Lietuvos rajonų ir Latvijos Respublikos (kaip žinia, Rokiškis palaiko glaudžius ryšius su Jekabpiliu, lankomi lietuvių savanorių kapai Červonkoje ir pan.).

P. Vaitiekūnas domėjosi rajono poilsia vietėmis, lankytinomis vietomis, pageidavo apžiūrėti nuostabių Krašto muziejų. Svečias lankėsi naujai įrengtoje Šiaulių pasienio policijos rinktinės Rokiškio užkardos vadavietėje Stoties gatvėje bei Obelių pasienio kontrolės punkte.

Šeštadienis, birželio 5 d.

Šiandien saulė tekėjo 3.47 val.,
leis 20.49 val.

Dienos ilgumas 17.02 val.

Pilnatis nuo gegužės 30 d.

iki birželio 7 d.

Dvyniai 05.21 - 06.21



06.05 Elvyra, Marcė, Kantautas, Kantvydė

Tarptautinė aplinkos apsaugos diena

06.06 Mėta, Norbertas, Paulina, Tauras.

Tėvo diena

06.07 Milda, Lukrecija, Radvydė, Ratautas, Robertas, Svajūnas

Orai

Šiandien vietomis trumpi lietūs, perkūnija, temperatūra dieną 19-24 laipsniai šilumos.

Sekmadienį debesuota su pragiedruliais, temperatūra dieną nuo 16 iki 26 laipsnių šilumos.



Tas negyvena, kurs
gyvena visą laiką
bijodamas mirties.

Neiti priekin -
lygu žengti atgal.

BIRŽELIS

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