

2023 04 08
Nr. 8 (101)

KLI Gietis



Šiaulių r. Kuršėnų Lauryno Ivinskio gimnazijos laikraštis

Šv. Velykos – grįžtančio tikėjimo laikas. Metas, kai speigą nugali atgimstanti gyvybė. Tai viltis, kad visi išbandymai turi savo pabaigą. Tikėjimas, kad rytą jus bus šviesesnis. Apkabinkime visus, kurių pasiilgome, kurie mums brangūs, ir kartu patirkime šv. Velykų stebuklą.



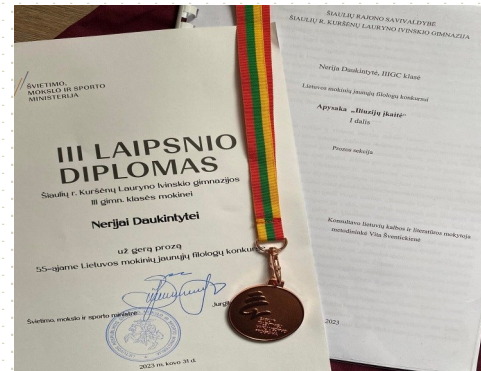
Nuotrauka paimta iš interneto

NERIJA DAUKINTYTĖ – 55-OJO LIETUVOS MOKINIŲ JAUNŲJŲ FILOLOGŲ KONKURSO PRIZININKĖ



Kovo 30–31 dienomis Kauno Stepono Dariaus ir Stasio Girėno gimnazijoje vyko 55-asis Lietuvos mokinių jaunųjų filologų konkursas, į kurį suvažiavo jaunieji kūrėjai iš visos Lietuvos. Šiomet į prozos sekciją tarp kitų 20 laimingųjų pateko ir

mūsų gimnazijos trečiokė Nerija Daukintytė, pristačiusi apsakos „Iliuzijų įkaitė“ I dalį. Pirmąją konkurso dieną mokiniai turėjo galimybę betarpiškai bendrauti su rašytojais, išgirsti jų pastabas, patarimus, užduoti klausimus, kurie neramina jaunuosius kūrėjus. Šiomet prozos sekcijoje darbavosi rašytojai Alvydas Šlepikas, Daina Opolskaitė, Laura Sintija Černiauskaitė ir Vidas Morkūnas. Nerija Daukintytė, IIIGC klasės mokinė, iš šio konkurso grįžo su III laipsnio diplomu bei bronzos medaliu. Nerija prisipažįsta, kad dalyvaudama Lietuvos mokinių jaunųjų filologų konkurse suprato, jog nėra vieno teisingo būdo kurti – kiekvienas turi skirtingą stilių ir braižą. Iš pokalbių su jaunąja kūrėja aiškėja, kad jai tinkamiausias laikas kurti – naktis arba tuomet, kai visai neturi laiko – tuomet užklumpa ge-



riausios idėjos ir įkvėpimas rašyti. Kūryba jai yra priemonė atsiskleisti, išsilaisvinti, parodyti, kokia iš tiesų esanti ir ką galinti. Konkursas merginai dovanojo naujų pažinčių ir kūrybinių idėjų kitiems metams.

Vita Šventickienė, Nerijos lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja

MENINIO SKAITYMO KONKURSO REGIONO ETAPO REZULTATAI

Kovo 21 dieną paskelbti nuotolinio Lietuvos mokinių meninio skaitymo konkurso regiono ir miesto etapo laimėtojai. Gimnazistams teko susirungti su Radviliškio, Joniškio, Pakruojo, Biržų, Kupiškio,

Panevėžio, Kelmės, Akmenės, Pasvalio rajonų ir Panevėžio miesto skaitovais.

9–12 / I–IVG klasių individualių skaitovų grupėje Kamilei Milieškaitei paskirta pirmą vietą, Pau-

lai Žukauskaitei (IIIGA klasė) – trečią vietą.

Skaitoves konkursui ruošė lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja Asta Mazūraitė.



9–12 / I–IVG klasių kompozicijų grupėje Kamilei Milieškaitei (IVGC klasė), Arūnei Dunauskytei (IVGC klasė), Brigitai Trambavičiūtei (IVGC klasė), Mantui Ejgirdui (IVGC klasė), Donatui Šiurkui (IVGB klasė), Ugnei Lideikytei (IVGC klasė) paskirta pirmą vietą.

Mokinius ruošė mokytojos Vita Šventickienė ir Asta Mazūraitė.

Lietuvos mokinių meninio skaitymo konkurso respublikos etape Šiaulių rajonui kompozicijų grupėje atstovaus gimnazistų literatūrinė kompozicija „Kaltės apologija“, individualių skaitovų grupėje – Kamilė Milieškaite.

Asta Mazūraitė, lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja



GIMNAZISTAI VU ŠIAULIŲ AKADEMIJOJE

Kuršėnų Lauryno Ivinskio gimnazijos mokiniai lankėsi VU Šiaulių akademijoje. Mokinius pasitiko ir po Šiaulių akademiją vedžiojo bibliotekininkė Daiva Antanaitytė. Ji papasakojo, kuo didžiuojasi Šiaulių akademija. Bibliotekininkė parodė didžiausią spausdintą Lietuvoje knygą. Įdomu, kad prie knygos atsiradimo ir eksponavimo VU Šiaulių akademijoje daug prisidėjo architektas Vilius Puronas. Taip pat mus, kuršėniškius, nuvedė į monetų kambarį, kurio ir sienos, ir lubos iškljuotos Nepriklausomos Lietuvos monetomis. Monetų kambarį net matėme Litui skirtą sostą. Apžiūrėjome ir šiuolaikiškai įrengtą VU Šiaulių akademijos biblioteką.

Vėliau vyko susitikimas su VU Šiaulių akademijos dėstytoja, docente ir daktare, katedros vedėja Jolanta Vaskeliene. Visi klausėmės paskaitos „Būdingi lietuvių bendrinės kalbos pažeidimai“ ir galvojome, kaip galėjome sunaikinti savo kalbos jauseną. Kalbant daktarei, viskas rodėsi taip aišku ir paprasta. Atsisveikinant dėstytoja Jolanta Vaskelienė dovanavo mums savo kolegų išleistų knygų, kurias parvežėme į gimnazijos biblioteką, taip pat supažindino su studijų progra-

momis.

Žodžiu, ne tik prasmingai praleidome laiką, praturtėjome žiniomis, bet ir paminėjome Lietuvių kalbos dienas.

Raimonda Rumbinaitė, lietuvių k. ir literatūros mokytoja





GEOGRAFIJOS OLIMPIADOS „MANO GAUBLYS“ RAJONO ETAPO REZULTATAI

IG KLASIŲ GRUPĖ		
Eirilė Šliupaitė	IGD	I
Gabriela Šidlauskaitė	IGA	II
Beatričė Smilgytė	IGD	III
Smiltė Rimkutė	IGA	III
IIG KLASIŲ GRUPĖ		
Austėja Svirskytė	IIGA	I
Goda Dijokaitė	IIGB	II
Ovidija Cirtautė	IIGC	III
IIIG KLASIŲ GRUPĖ		
Donatas Šiurkus	IIIGB	I
Kotryna Lučinskaitė	IIIGB	I
Livija Sutkutė	IIIGA	I
Arnas Vaznys	IIIGC	II
IVG KLASIŲ GRUPĖ		
Lukas Muchtarovas	IVGB	I
Brigita Trambavičiūtė	IVGC	II
Gustė Daugvilaitė	IVGB	III
<i>Mokinius ruošė geografijos mokytoja Aistė Kavanauskaitė-Lukšė</i>		

TECHNOLOGIJŲ OLIMPIADOS „KŪRYBOS VIRUSAS 2023“ REZULTATAI

Kovo 15 dieną Šiaulių TMC Kuršėnų skyriuje vyko technologijų olimpiados „Kūrybos virusas 2023“ rajono etapas.

Mūsų gimnazijai atstovavo Adrija Kačiušytė, Nojus Vasiliauskas, Vytautė Kumžaitė, Emilis Pocius – IIIGA klasės mokiniai. Gimnazistai gamino pasirinktą patiekalą, jį papuošė, aprašė ir pristatė komisijai. II vietą laimėjo Vytautė Kumžaitė, III vietą – Adrija Kačiušytė.

Sveikinimai dalyviams ir laimėtojams!

Alina Gricienė, technologijų mokytoja





GEOGRAFIJOS OLIMPIADOS RAJONO ETAPO REZULTATAI

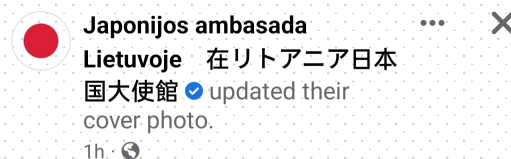
Kovo 21 dieną vyko 35-osios Lietuvos mokinių geografijos olimpiados rajono etapas.

IIGC klasės mokinė Ovidija Cirtautė užėmė pirmą vietą. Antros vietos laimėtoja – Goda Dijokaitė (IIGB klasė), trečios – Gabriela Šidlauskaitė (IGA klasė).

Sveikiname nugalėtojas.

Aistė Kavanauskaitė-Lukšė, geografijos mokytoja

Pasidžiaukime gimnazistės **Simonos Simonavičiūtės** (IGB klasė) darbelio įvertinimu! Jos piešinys puošia Japonijos ambasados feisbuko titulinį puslapį.



Pristatome naują iniciatyvą – Lietuvos moksleivių piešiniai nuo šiol puoš ambasados Facebook titulinį puslapį!

Balandžio mėnesiui, kuomet Japonijoje įsivyrąja tikras pavasaris, išrinkome Šiaulių rajono Kuršėnų L.Ivinskio gimnazijos mokinės piešinį, kuriame puikiai atsispindi šis žavus metų laikas. Dėkojame piešinio autorei Simonai Simonavičiūtei už puikų darbėlį!

この度、日本の季節をテーマにリトアニアの中高生に描いてもらった絵を当館FBのカバーフォトとして掲載する試みを始めました。4月は、シャウレイ地域市クルシェナイ市イヴィンスキス・ギムナジウムのシモナ・シモナヴィチューテさんの作品です。素晴らしい作品をありがとうございます！

GIMNAZIJOJE LANKĖSI PROFESORIUS LIUDAS MAŽYLIS

Balandžio 3 dieną mūsų gimnazijos mokytojus ir mokinius į susitikimą „Iššūkiai mūsų tautai prieš 100 metų ir dabar“ pakvietė Europos Parlamento narys, Vytauto Didžiojo universiteto profesorius Liudas Mažylis.

Susirinkusieji turėjo galimybę išgirsti labai nuoširdų ir nuotaikingą profesoriaus pasakojimą apie tai, kaip jam pavyko atlikti šimtmečio žygdarbį – Vokietijos archyve atrasti vieną svarbiausių Lietuvos valstybingumo dokumentų – Lietuvos Nepriklausomybės Aktą.

Profesorius pasidalijo mintimis apie savo pašaukimą, vykdytą dokumentų analizę, paieškas ir atradimą bei atsakė į užduotus klausimus



Kaip ir kasmet, pasibaigus vienerių metų gimnazijos mokinių prezidento kadencijai, buvo organizuojami nauji rinkimai. Šiame pirmo karto išrinkti mokinių prezidento dėl mažo rinkėjų aktyvumo nepavyko, tad teko organizuoti dar vienus rinkimus. Apsvarstę savo galimybes vis tik rinkimuose panorė dalyvauti du kandidatai – antrajai kadencijai pasiruošęs Ranatas Vazgis (IIGB klasė) ir IGA klasės mokinė Smiltė Rimkutė.

Kovo 28-ąją vykusiuose kandidatų į gimnazijos prezidentus rinkiminiuose debatuose buvo iškelti klausimai apie prezidento būtinas savybes, mokinių ir gimnazijos įvaizdį, mokinių ir mokytojų santykius. Kandidatai išsakė savo poziciją bei atsakė į jiems pateiktus klausimus.

Balandžio 3 dieną suskaičiavus balsus buvo paskelbti rinkimų rezultatai. Paaiškėjo, jog gimnazijos mokinių prezidentu antrajai kadencijai išrinktas Ranatas Vazgis. Iš viso savo valių rinkimuose išreiškė tik 168 balso teisę turintys rinkėjai.

Asta Mazūraitė, lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja

PASKELBTI GIMNAZIJOJE MOKINIŲ PREZIDENTO RINKIMŲ REZULTATAI



KONKURSO „OLYMPIS“ REZULTATAI



Edukaciniai konkursai „Olympis“ organizuojami nuo 2014 metų. Pagrindinis konkursų tikslas sudominti mokinius mokomaisiais dalykais ir skatinti mokymosi motyvaciją. Išbandyti savo jėgas šiame konkurse šiemet panoro 21 gimnazistas. Mokiniai atliko lietuvių kalbos ir literatūros, užsienio (anglų) kalbos, biologijos ir chemijos testus.

IGA klasės mokinės Daniela Šidlauskaitė ir Gabriela Šidlauskaitė atliko biologijos testus ir gavo padėkas už dalyvavimą. IIGB ir IIGC klasių mokinės atliko chemijos testus: Goda Dijokaitė laimėjo I laips-

nio diplomą, Livija Staponkutė – III laipsnio diplomą, o Ovidija Cirtautė – II laipsnio diplomą.

Didelis būrys IG ir IIG klasių mokinių dalyvavo konkurse ir atliko užsienio (anglų) kalbos testą. IGC



klasės mokiniai Agnė Daraškevičiū-

tė, Aidas Gustys, Grantas Čubkovas, Meda Gurčinitė, Nojus Jonaitis, Mintė Navickaitė laimėjo I laipsnio diplomus, o Karina Meižytė – II laipsnio diplomą, IGD klasės mokiniai Ernesta Steponavičiūtė, Lukas Baniulis ir Naglis Drazdovas taip pat laimėjo I laipsnio diplomus.

IIGB ir IIGC klasių mokiniams Liutaurui Kazlauskui, Ignei Kiršinaitei, Inetai Kačinskytei, Renatui Baranauskui, Kajui Kapitonovui bei Pijui Ringiui sėkmė irgi šypsojosi: jie laimėjo I laipsnio diplomus.

IIGB klasės mokinys Liutauras Kazlauskas atliko lietuvių kalbos ir literatūros testą. Mokinys laimėjo II laipsnio diplomą. Agnė Daraškevičiūtė (IGC), atlikusi lietuvių kalbos ir literatūros testą, laimėjo III laipsnio diplomą.

Padėkas už mokinių dalyvavimą, laimėtus diplomus gavo lietuvių kalbos ir literatūros mokytojos Asta Mazūraitė ir Vita Šventickienė, chemijos-biologijos mokytoja Laima Jonušaitė, užsienio (anglų) kalbos mokytoja Inga Klinauskienė.

Inga Klinauskienė, užsienio (anglų) kalbos mokytoja

UNESCO POEZIJOS DIENA 2023

Lietuvos nacionalinė UNESCO komisija kartu su VDU klasikinio ugdymo mokykla ir VšĮ Vilnius UNESCO literatūros miestu pakvietė UNESCO Asociuotųjų mokyklų tinklo nares paminėti Pasaulinę poezijos dieną – dalyvauti eilėraščių vertimo (iš užsienio kalbų į lietuvių kalbą) konkurse „Poetry day 2023“. Konkurse dalyvavo IG klasių mokinės Ugnė Pilipauskaitė (IGA klasė), Smiltė Rimkutė (IGA klasė), Gabriela Šidlauskaitė (IGA klasė), Agnė Daraškevičiūtė (IGC klasė) ir Ernesta Steponavičiūtė (IGD klasė),

Nukelta į 8 psl.



Pradžia 7 psl.

tačiau į konkursą pateko tik Agnės ir Ugnės versti eilėraščiai. Vilniuje Literatų namuose kovo 31 dieną vyko eilėraščių vertimo konkurso „UNESCO Poetry Day 2023“ baigiamasis renginys, į kurį buvo pakviesti visi konkurse dalyvavę mokiniai. Prizinių vietų laimėtojai, tarp jų ir Agnė, skaitė išverstus eilėraščius. Visi konkurso dalyviai gavo simbolines Literatų namų dovanėles, o geriausių eilėraščių vertimus atlikę mokiniai ir knygyno dovanų kuponus, kad toliau lavintų savo literatūrinę klausą. Po apdovanojimų Rūta Elijošaitytė-Kaikarė ir Marija Mažulė pristatė Literatų namų ir UNESCO Literatūros miesto veiklas. Mokiniai dalyvavo ekskursijoje po Vilniaus vietas, susijusias su literatūra, aplankė VU, Literatų gatvę, Rašytojų namus, o rašytojams skirtas skulptūras prakalbino su MO „Vilniaus kalbančios skulptūros“ programėle.

Agnė Daraškevičiūtė, Ugnė Pilipauskaitė, IGC ir IGA klasių mokinės



UNESCO PASAULINĖ POEZIJOS DIENA

Kovo 21-ąją UNESCO 1999 metais paskelbė Pasauline poezijos diena, kurios metu pagerbiami poetai, skatinamas poezijos rašymas, skaitymas ir deklamavimas, kalbinės įvairovės puoselėjimas. Paminėdami Pasaulinę poezijos dieną, gimnazistai įsitraukė į įvairias veiklas, kurios buvo organizuotos pamokose, dalyvavo rajono ir respublikos konkursuose.

IG klasių mokiniai dalyvavo eilėraščių vertimo (iš anglų kalbos į lietuvių kalbą) konkurse „Poetry Day 2023“, kurį organizavo Lietuvos nacionalinės UNESCO komisija, kartu su VDU klasikinio ugdymo mokykla ir VšĮ „Vilnius UNESCO literatūros miestas“. Mokiniai skaitė Edgar Guest, Deshaun Roberts ir Rudyard Kipling eilėraščius, aptarė juos ir pasirinko vieną, kurį išvertė į lietuvių kalbą. Prie jų prisijungė ir



Nukelta į 9 psl.

Pradžią 8 psl.

IIG klasių mokiniai. Pirmokai taip pat sukūrė akrostichus (tai eiliuotas tekstas, kurio eilučių pirmosios raidės, skaitant nuo viršaus į apačią, sudaro žodį arba posakį) anglų kal-

ba.

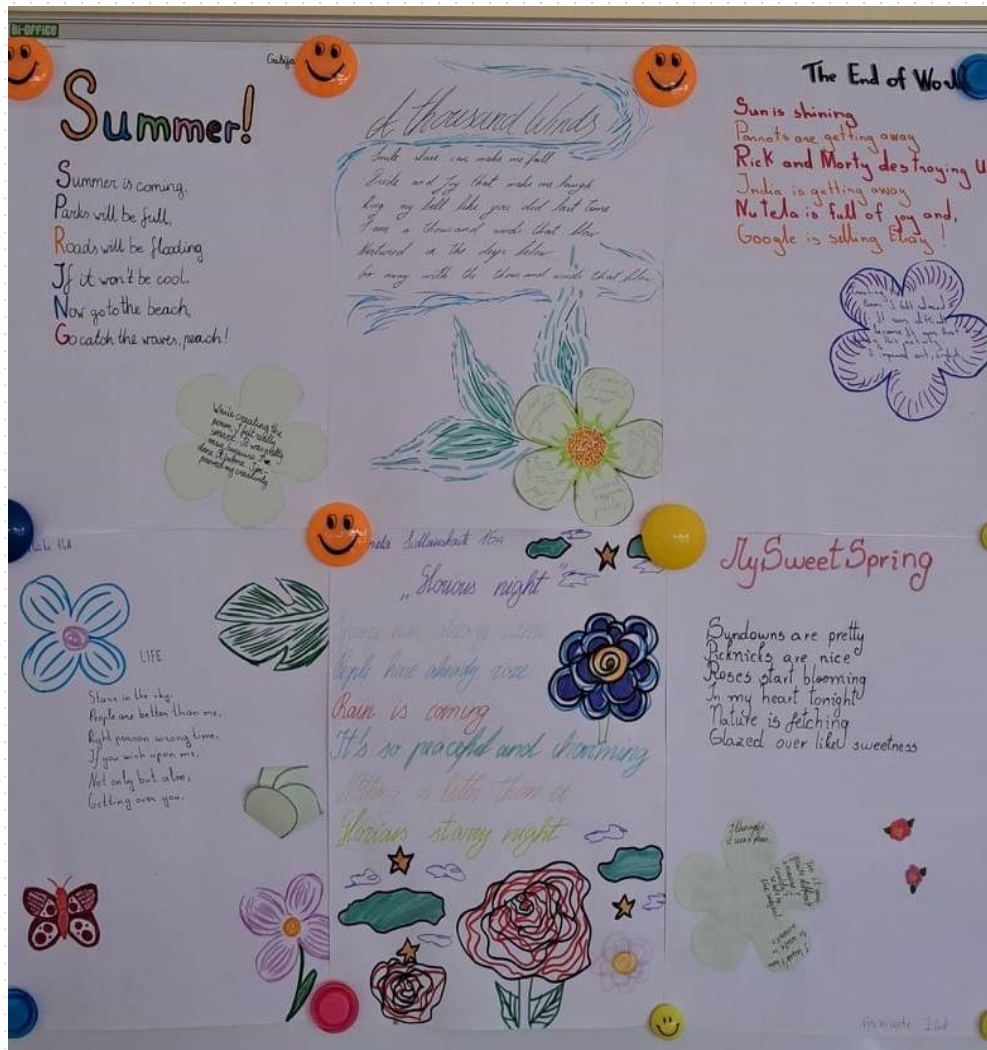
Siekdami atkreipti dėmesį į kalbų įvairovę ir poezijos skambesį įvairiomis kalbomis, IIG klasės mokiniai skaitė žymiausias poezijos

kūrinius anglų bei lietuvių kalbomis ir sukūrė garso įrašus. Vėliau prie iniciatyvos prisijungė ir vokiečių kalbos besimokantys gimnazistai, kurie savo įrašus kūrė Šiaulių rajono savivaldybės Vytauto Vitkausko viešosios bibliotekos garso įrašų studijoje.

IVG klasių mokiniai klausėsi, skaitė eilėraščius apie svarbiausius dalykus gyvenime, kurių neįmanoma nusipirkti už jokių pinigų, aptarė juos ir suprato, kad reikia atsargiai elgtis su išsakytomis svajonėmis. Gimnazistai taip pat kalbėjo apie britų ir amerikiečių poeziją bei diskutavo apie poezijos svarbą gyvenime.

UNESCO Poezijos dienių paminėti Šiaulių rajono bendrojo ugdymo mokyklų mokiniams buvo organizuotas rusų-vokiečių kalbų konkursas „Mozaika“. Konkurso tikslas – ugdyti mokinių domėjimąsi rusų ir vokiečių kalbomis bei lavinti jų komunikavimo ir kultūrinę kompetencijas. Mūsų gimnazijai atstovavo ir poeziją skaitė net 10 mokinių. Konkursas gimnazistams buvo labai sėkmingas – užimtos 6 prizinės vietos!

Užsienio kalbų mokytojų informacija



BAIGĖSI VASARIO–KOVO MĖNESIAIS VYKUSIOS TARPKLASINĖS I–IIG KLASIŲ TINKLINIO VARŽYBOS

Merginų grupėje pirmos vietos nugalėtoja tapo IGD klasės komanda (Inesa Sparvelytė, Dorotėja Tamošaitytė, Eirilė Šliupaitė, Saulė Rakauskaitė, Edilija Drąsutyte, Meda Rakymaitė). Ignė Kiršinaite, Goda Dijokaitė, Livija Staponkutė, Gabrielė Sireikytė, Martina Kaleševičiūtė – IIGB klasės komanda – užėmė antrą vietą. Trečia liko IGA klasės komanda (Luknė Skrodenė, Miglė

Šulskytė, Luknė Veliūtė, Ema Šivickaitė, Ugnė Pilipauskaitė, Kotryna Žvigaitytė).

Jėgas tinklinio aikštelėje išbandė ir vaikinai, kuriems talkino ir kelios merginos. Pirmos vietos laimėtoja – IIGB klasės komanda (Naglis Dargužas, Lukas Jucius, Serhii Kharunzha, Aironas Misiulis, Ranatas Vazgis, Domas Vestartas). Austėja Domkutė, Vidas Bulksas,

Gvidas Janulis, Lukas Mindaugas Jonuškis, Martynas Lučinskas, Martynas Pumputis, Eismantas Ruginis, Benas Smilgys – IIGC klasės komanda buvo antra. IGA klasės komanda – Ugnė Pilipauskaitė, Titas Černiauskas, Eitvydas Vilkas, Edvinas Rimkus, Benas Bielskis, Gvidas Šulskis – liko trečia.

Juozas Savickas, fizinio ugdymo mokytojas



GINNAZIJOJE VYKO MERGINŲ IR VAIKINŲ TINKLINIO TURNYRAS

Gimnazijoje vyko merginų ir vaikinų tinklinio turnyras, kuriame dalyvavo Šiaulių r. Kuršėnų Stasio Anglickio progimnazijos, Šiaulių r. Kuršėnų Pavenčių mokyklos-daugiafunkcio centro, Kelmės rajono Šaukėnų Vlodo Pūtvio-Putvinskio ir Šiaulių r. Kuršėnų Lauryno Ivinskio gimnazijų komandos.

Merginų grupėje pirmos vietos laimėtoja – Kelmės rajono Šaukėnų

Vlodo Pūtvio-Putvinskio gimnazijos komanda, antros – Šiaulių r. Kuršėnų Lauryno Ivinskio gimnazijos komanda (Eirilė Šliupaitė (IGD klasė), Edilija Drąsutyte (IGD klasė), Saulė Rakauskaitė (IGD klasė), Inesa Sparvelytė (IGD klasė), Dorotėja Tamošaitytė (IGD klasė), Samanta Pilvelytė (IGA klasė), Austėja Švirskytė (IGA klasė). Trečia liko Šiaulių r. Kuršėnų Pavenčių mokyklos-daugiafunkcio centro ko-

manda.

Pirmos vietos laimėtoja vaikinų grupėje – Šiaulių r. Kuršėnų Lauryno Ivinskio gimnazijos komanda (Merūnas Staponkus (IIIGA klasė), Dominykas Žilinskas (IIIGA klasė), Domas Juškevičius (IIIGA klasė), Matas Puzinas (IIIGC klasė), Jeronimas Kunickis (IVGB klasė), Justas Norvilis (IIGA klasė), Ernestas Valentinas (IVGA klasė). Šiau-

Pradžia 10 psl.

lių r. Kuršėnų Stasio Anglickio progimnazijos komanda užėmė antrą vietą. Kelmės rajono Šaukėnų Vlado Pūtvio-Putvinskio gimnazijos komanda liko trečia.

Turnyrą organizavo Šiaulių r. Kuršėnų Lauryno Ivinskio gimnazijos sporto klubas „Savi“.

Juozas Savickas, fizinio ugdymo mokytojas



TARPKLASINĖS III-IVG KLASIŲ MERGINŲ TINKLINIO VARŽYBOS

Kovo 30 dieną gimnazijoje vyko III-IVG klasių merginų tinklinio varžybos. Pirmos vietos laimėtoja jungtinė IIIIGA ir IIIIGB klasių komanda (Paula Žukauskaitė, Livija

Sutkutė, Emilija Petrošiūtė, Smiltė Ermanaitė, Neda Miežetė). Jungtinė IVGB ir IVGC klasių komanda liko antra (Smiltė Bundulaitė, Ugnė Kudinova, Gustė Liutvinaitė, Kamilė

Milieškaitė, Brigita Trambavičiūtė).

Juozas Savickas, fizinio ugdymo mokytojas



BALANDŽIO 6-OJI TARPTAUTINĖ SPORTO VYSTYMUISI DIENA!

Balandžio 6-ąją gimnazijoje buvo minima Tarptautinė sporto vystymuisi diena.

Mokiniai pertraukų metu buvo kviečiami išbandyti savo taiklumą metimu į krepšį nuo vidurio linijos. Taikliausi buvo III GA klasės mokiniai Merūnas Staponkus ir Dominykas Žilinskas. Šie mokiniai apdovanojami fizinio ugdymo mokytojų įsteigtais prizais.

IGB ir IGC klasių mokiniai per fizinio ugdymo pamokas mokėsi, kaip taisyklingai reikia vaikščioti su šiaurietiškomis lazdomis. Mokymus vedė visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti sveikatos priežiūrą mokykloje, Viktorija Strazdinienė.

Nepamiršti ir mokytojai. Visi norintys galėjo pasidaryti kūno masės analizę. Gavus analizę, išsamią informaciją apie rezultatus paaiškino Viktorija Strazdinienė.

Jurgita Butnorienė, fizinio ugdymo mokytoja



PIRMOSIOS PAGALBOS UŽSIĖMIMAS GIMNAZIJOS MOKINIAMS

Gyvybė tai pats brangiausias mūsų visų turtas. Nelaimingi atsitikimai, staigus sveikatos pablogėjimas gąsdina visus. Pasitaiko situacijų, kada vienintelis nelaimės liudininkas yra vienas, galintis suteikti pagalbą, ir būtent jam tenka imtis skubių veiksmų.

Visuomenės sveikatos specialistė IIIGB klasės mokinius mokė pradinio gaivinimo pagrindų. Mokiniai išklausė teorinę dalį apie elgseną nelaimės vietoje, individualios apsaugos priemones ir, kas svarbiausia, kaip gaivinti nelaimės ištiktą žmogų. Vėliau mokiniai turėjo galimybę praktiškai atlikti pradinio gaivinimo veiksmus naudodami gaivinimo manekoną. Taip pat sužinojo, kaip padėti užspringusiam žmogui ir kaip taisyklingai naudoti turniketą kraujavimo metu. Po mokymų keliems mokiniams, atsakiusiems į klausimus, buvo įteikti biuro įsteigti pirmosios pagalbos priežiūros rinkiniai.

Viktorija Strazdinienė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje



ŠIAULIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

GIMNAZIJOJE PAMINĖTA PASAULINĖ VANDENS DIENA

Antuanas de Sent-Egziuperi yra pasakęs: „Per maža pasakyti, kad tu reikalingas gyvybei – tu pats esi gyvybė.“

Kovo 22 d. buvo minima pasaulinė UNESCO Vandens diena. IGD kl. ir IIGB kl. mokiniai technologijų pamokų metu apskaičiavo, kiek kiekvienam reikia išgerti vandens, skaitė citatas apie vandens naudą, rašė vandeniui komplimentus, gamino limonadą iš gazuoto vandens ir citrusinių vaisių. Šios veiklos paskatino mokinius susimąstyti, koks svarbus ir reikalingas yra vanduo.

Alina Gricienė, technologijų mokytoja



PASAULINĖ BURNOS SVEIKATOS DIENA – KOVO 20-OJI

Nuo 2013 metų, siekdama stiprinti žmonių suvokimą apie burnos sveikatos svarbą, bendrą sveikatą ir gerą savijautą, Pasaulinė odontologų federacija inicijuoja šios

kusijoje apie burnos sveikatą. Užsiėmimų metu mokiniam buvo priminta apie burnos higienos svarbą tiek namuose, tiek lankantis pas profesionalius higienos specialistus,

reguliari burnos sveikatos patikra nuo ankstyvos vaikystės gali užtikrinti optimalią burnos sveikatą vyresniame amžiuje. Specialistai pabrėžia, kad dantis būtina valyti 2 kartus per dieną ne trumpiau nei 2 minutes. Rekomenduojama vengti tabako, alkoholio ir nesveiko maisto. Daug cukraus turinčio maisto vartojimas padidina riziką susirgti ne tik dantų ėduonimi, bet ir nutukimu, diabetu, širdies ir kraujagyslių ligomis ar net vėžiu.

KODĖL BŪTENT KOVO 20-OJI PASIRINKTA ŠIAI DIENAI PAMINĖTI?

Pripažįstama, kad:

- Senjorai privalo turėti bent 20 natūralių dantų, kad būtų laikomi sveikais.
 - Vaikai turi turėti 20 pieninių dantų.
- Sveiki suaugę žmonės turi turėti 32 dantis ir nė vieno dantų ėduonies.

Pastarąjį teiginį galima išreikšti skaičiais: 3; 2; 0 – tai yra būtent kovo 20 dienos

Viktorija Strazdinienė, visuomenės sveikatos specialistė, vykstanti sveikatos priežiūrą mokykloje

dienos paminėjimą visame pasaulyje.

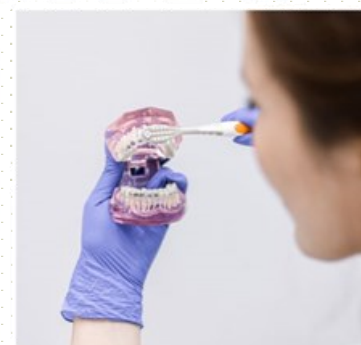
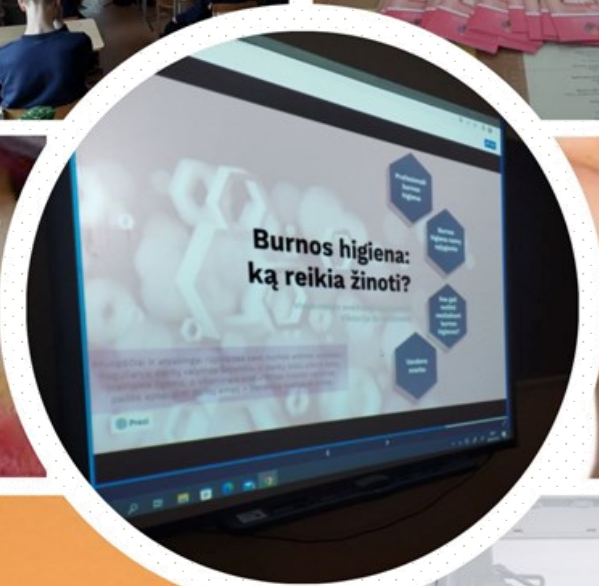
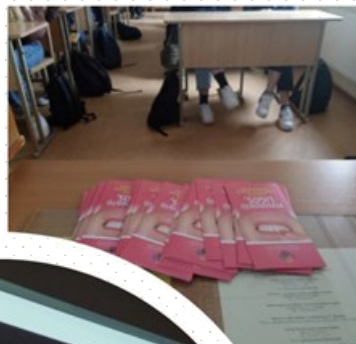
Kovo mėnesį mūsų gimnazijoje IG klasių mokiniai dalyvavo dis-

apie galimas burnos ir dantų ligas, nesilaikant tinkamos higienos.

Gerai burnos priežiūros įgūdžiai, rizikos veiksnių vengimas,



ŠIAULIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS



ELEKTRONINĖS CIGARETĖS: ŽALINGAS POVEIKIS SVEIKATAI

Rūkymas vienas populiariausių žalingų įpročių visame pasaulyje ir nors apie rūkymo daromą žalą mūsų organizmui yra žinoma, milijonai žmonių kasdien naudoja įvairius tabako gaminius. Šiais laikais tarp jaunimo itin populiarios elektroninės cigaretės.

Apie tikslų elektroninių cigarečių poveikį sveikatai dar mažai žinoma. Kodėl? Nemažai atliekamų tyrimų finansuojama išorinių partnerių (daugelį straipsnių, kuriuose teigiama, kad el. cigaretės nėra žalingos, rėmė cigarečių industrijos atstovai). Kituose moksliniuose straipsniuose, kuriuose nėra deklaruotų pašalinių interesų, teigiama, kad el. cigaretės yra žalingos.

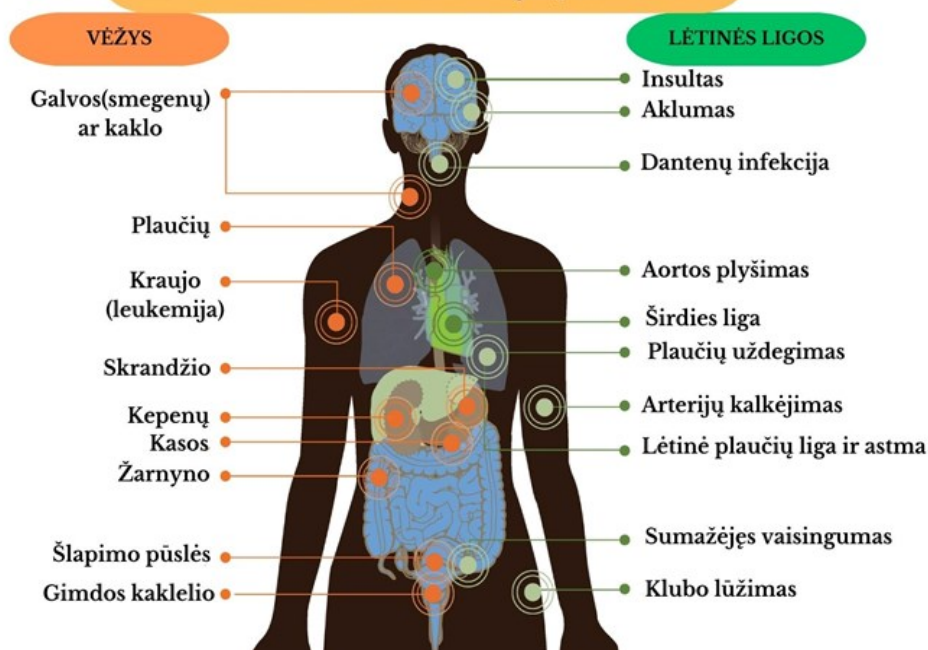
IG klasių mokiniai dalyvavo diskusijoje apie elektroninių cigarečių keliamą pavojų sveikatai, kaip rūkymas veikia visą organizmą ir kokios ligos gresia rūkantiems. Mokiniai užsiėmimo metu turėjo gali-

mybę išbandyti CO analizatorių, kuris parodo anglies monoksido kiekį plaučiuose. Taip pat norintieji galėjo išbandyti griebiamosios plaštakos jėgą su dinamometru.

Vis dar nėra aiškios ilgalaikio elektroninių cigarečių vartojimo pasekmės sveikatai, bet trumpalaikio jų rūkymo poveikio tyrimų rezultatai jau išpėja apie galimas grėsmes.

RŪKYMO ŽALA

RŪKYMAS GALI PAKENKTI KIEKVIENAM JŪSŲ KŪNO ORGANUI



Nėra nežalingo rūkymo būdo, todėl net ir pakeitęs įprastą tabako cigaretę cigaru, pypke, kaljanu, kaitinamojo tabako gaminiu ar elektrone cigarete, neišvengsi su rūkymu susijusios rizikos sveikatai.



Svarbu suprasti, kad elektroninių cigarečių sudėtyje esantis nikotinas sukelia priklausomybę. Vartojant elektrones cigaretes išlieka nikotino perdozavimo rizika, nes dažnai jos vartojamos netinkamai.


Todėl vienintelis asmens sveikatai naudingas pasirinkimas – **NERŪKYTI.**

Viktorija Strazdinienė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje




ERKIŲ PLATINAMOS LIGOS: erkinis encefalitas ir Laimo liga



 Erkinis encefalitas – tai sunki virusinė liga, kuri pažeidžia galvos smegenis, jų dangalus ir periferinius nervus. Inkubacinis periodas trunka 2–33 dienas, vidutiniškai 7–14 dienų. Pirmoje ligos fazėje pasireiškia karščiavimas, kaulų, raumenų, galvos skausmas, nuovargis. Vėliau seka „tariamo pasveikimo periodas“, po kurio atsiranda centrinės nervų sistemos pažeidimo simptomai.

VEIKSMINGIAUSIA ERKINIO ENCEFALITO PROFILAKTIKOS PRIEMONĖ – SKIEPAI.

 Laimo ligą sukelia Borrelia rūšies bakterijos. Žmogus užsikrečia įsisiurbus nimfoms arba suaugusioms erkėms. Matomas lokalus odos uždegimas, vadinamas migruojančiąja eritema. Vėliau seka nervų sistemos/sąnarių/širdies sistemos/odos ar kt. pažeidimai.



NORINT APSISAUGOTI NUO ERKIŲ PLATINAMŲ LIGŲ, PATARIAMA POILSIAUJANT GAMTOJE TINKAMAI APSIRENGTI – RINKTIS ŠVIESIUS, PRIGLUDUSIUS RŪBUS ILGOMIS RANKOVĖMIS, UŽSIDĖTI KEPURĘ.



PATARIAMA NUOLAT APSIŽIŪRĖTI AR PER DRABUŽIUS NEROPOJA ERKĖS, PRIEŠ VYKSTANT Į GAMTĄ IR BŪNANT JOJE NAUDOTI REPELENTUS (ERKES ATBAIDANČIAS MEDŽIAGAS).



ATSARGIAI – ERKĖS PUOLA!

Sergamumo erkiniu encefalitu pikas Lietuvoje nustatomas birželio – spalio mėnesiais. Per šį laikotarpį užregistruojama apie 80–90 proc. visų erkiniu encefalitu susirgusių asmenų. Lietuvoje erkės dažniausiai platina erkinį encefalitą ir Laimo ligą. Žmonės erkių platinamomis ligomis susergera įkandus užkrėstai erkei. Erkiniu encefalitu galima užsikrėsti ir vartojant nepasterizuotą ožkų ir karvių pieną.

Kas yra erkinis encefalitas?

Erkinis encefalitas (EE) – tai sunki gamtinė židininė virusinė liga, sukeliama erkinio encefalito viruso (EEV), pažeidžianti galvos smegenis, jų dangalus ar periferinius nervus. EE viena iš svarbiausių virusinių žmogaus centrinės nervų sistemos infekcijų, kuriai būdingi liekamieji reiškiniai, kartais sukeliantys invalidumą.

EE galima užsikrėsti įsisiurbus erkei arba per pieną. Didesnį pavojų susirgti EE turi rizikos grupių žmonės: miško ir laukų darbininkai, žemdirbiai, keliautojai, turistai, sportininkai (bėgikai, orientacininkai ir kt.), grybautojai, uogautojai. EE užsikrėsti galima, vartojant termiškai neapdorotą pieną ar jo produktus. Virinant pieną EE žūsta per 2 min., veikiant 70 °C temperatūrai – per 5 min.

Kas yra Laimo liga?

Laimo liga (LL) – tai lėtinė ar recidyvuojančios eigos transmisinė gamtinė židininė infekcinė liga, pažeidžianti įvairius organus bei sistemas. Dar kitaip ši liga vadinama Laimo borelioze. Žmogaus užsikrėtimo LL principas panašus į EE. Siurbdama kraują, erkė į žaizdą suleidžia skysčius, kuriuose yra borelijų, LL sukėlėjų. Borelijų infekcijos šaltiniai – įvairūs gyvūnai, dažniausiai smulkūs žinduoliai, paukščiai.

Kuo skiriasi EE nuo LL?

LL metu erkės įsisiurbimo vietoje susidaro apvalus žiedinis bėrimas, kuris vėliau gali migruoti

po odą. Bėrimas atsiranda po įkandimo praėjus 1–4 sav., tačiau kartais praeina ir 2 mėnesiai iki pasirodo bėrimo elementai. Dažnai pacientai skundžiasi galvos, sąnarių skausmu. Vėliau gali atsirasti neurologinių ir kardiologinių simptomų, kurie pasireiškia bendru silpnumu, miego sutrikimais, galvos svaigimu ir kt. Negydant ligos, ji progresuoja, atsiranda sąnarių patologija, silpnėja atmintis ir kt.

Erkinis encefalitas yra sunkesnė ir ūmesnė liga. Jos metu dažniausiai pažeidžiami galvos smegenų dangalai ir pačios smegenys. Liga dažnai turi dvi pasireiškimo stadijas: pirmoji kai prasideda nespecifinis karščiavimas, kaulų-sąnarių skausmai, bendras silpnumas. Po jos seka lyg pagerėjimas, dažniausiai 5–8 dienų laikotarpis. Antrosios bangos metu jau nustatomi centrinės nervų sistemos pažeidimai ir pakitimai smegenų skystyje. Erkinis encefalitas negydant gali būti mirtinas (mirtingumas 0,5–4 %), o pagijus dažnai lieka centrinės nervų sistemos sutrikimų: atminties pablogėjimas, miego sutrikimai, negalėjimas sukaupti dėmesio, galvos skausmas, rečiau – dalinis paralyžius.

Laimo liga gydoma antibiotikais, dažniausiai 2–3 savaičių kursų, po kurio žmogus pasveikta. Persirgus Laimo liga imunitetas neįgyjamas, galima vėl susirgti.

Erkinio encefalito gydymas yra tik simptominis, vaistų nukreiptų prieš sukėlėją nėra. Persirgus erkiniu encefalitu įgyjamas imunitetas.

Profilaktika

Nuo Laimo ligos saugo tik atsargumas ir tinkamos išorinės apsaugos priemonės: drabužiai ilgomis rankovėmis, repelentai, tinkamų vietų poilsiui pasirinkimas. Vakcinosis nuo Laimo ligos nėra.

Erkinio encefalito išvengti galima pasiskiepijus. Skiepijamos 3 dozės ir vėliau kas 3 metus pastipri-

nančioji vakcinosis dozė. Po pirmosios vakcinosis praėjus mėnesiui, skiepijama antra vakcina ir po metų trečia vakcina. Vėliau kas 3 metus skiepijama pastiprinamoji vakcinosis dozė. Vaikai skiepijami nuo 1 metų amžiaus, nėščiosios ir maitinančios moterys neskiepijamos, nes nėra atliktų tyrimų. Kitos apsisaugojimo priemonės tokios pačios kaip ir Laimo ligos atveju.

Sumažinti erkių įsisiurbimo riziką gali individualios priemonės:

Tinkama apranga. Patariama apsivilkti šviesiais, ilgomis rankovėmis drabužiais, rankogalius gerai priglausti prie riešo, o kelnų klešnių apačią susikišti į kojines. Galvą apsirišti skarele arba užsidėti priglundusią kepurę.

Repelentų naudojimas (erkes atbaidančios cheminės medžiagos).

Saviapžiūra. Po iškylos gamtoje apžiūrėti visą kūną, ypač paaušius, kaklą, pažastis, kirkšnis, kojų ar rankų lenkimo linkius. Išsiskuoti plaukus, nusiprausti po dušu, persirengti kitais rūbais.

Tinkamas maisto vartojimas. Vartoti tik pasterizuotą karvių ar ožkų pieną bei jo produktus.

Ką daryti, jei įkando erkė?

Aptikus erkę reikia ją kuo greičiau ištraukti. Pincetu sučiuopti erkę kaip galima arčiau galvos ir staigiu judesiu truktelėti atgal.

Apiplauti žaizdą vandeniu su muilu ir dezinfekuoti.

Nedraskyti erkės įkandimo vietos, jei ir nepavyko pilnai pašalinti erkės ir liko jos galvutė. Galvutę kaip svetimkūnį organizmas pašalins pats.

Stebėti erkės įkandimo vietą ir savo savijautą nuo 2 iki 4 savaičių.

Erkės įkandimo vietoje atsiradus paraudimui, nedelsiant kreiptis į gydytoją.

Viktorija Strazdinienė, vi-suomenės sveikatos specialistė, vyk-danti sveikatos priežiūrą mokykloje



ŠIAULIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

APLINKA, KURIOJE GYVENAME: KAIP IŠSAUGOTI VANDENYNUS?



MAŽINKITE PLASTIKO VARTOJIMĄ

ES IR JK SVARSTO GALIMYBĘ UŽDRAUSTI VISĄ VIENKARTINĮ PLASTIKĄ, O KANADA PAGALIAU APTARIA VIENKARTINIŲ ŠIAUDELIŲ UŽDRAUDIMĄ. KAI UŽSISAKOTE GĖRIMO RESTORANE, PASAKYKITE „NE ŠIAUDELIUI“.

LIETUVIAI "DARO"!

GALITE RINKTI NEBŪTINAI PRIE VANDENS TELKINIŲ, O JEI NORITE PRISIJUNGTI PRIE APLINKĄ ŠVARINANČIŲ LIETUVIŲ, ATSISIŪSKITE PROGRAMĖLĘ „DAROM“.



NEPIRKITE DAIKTŲ, KURIE KENKIA LAUKINEI GAMTAI

TAI ATRODO SAVAIME SUPRANTAMA, TAČIAU ŽMONĖS VIS TIEK PERKA DAIKTUS, PAGAMINTUS IŠ NYKSTANČIŲ RŪŠIŲ GYVŪNŲ. PIRKdami būtinai venkite papuošalų, pagamintų iš koralų, ryklio dantų ar vėžlių kriauklių.

SURINKITE ŠIUKŠLES, KAI ESATE PAPLŪDIMYJE PAJŪRYJE, PRIE VANDENYNŲ, EŽERO AR UPĖS – KAD IR KUR LEIDŽIATE LAIKĄ AR EINATE PASIVAIKŠČIOTI, APLINKAI IR VANDENS TELKINIAMS GALITE PADĖTI RINKDAMI ŠIUKŠLES.





Laikraščio „KLIGietis“ redaktorė ir maketuotoja lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja Asta Mazūraitė

V. Kudirkos g. 33, LT-81147
Kursėnai, Šiaulių rajonas
Tel. (8 41) 58 58 45 Faks. (8 41) 58 58 45