



Apie mūsų veiklas vykdančią projektą „Ateities iššūkiams pasiruošę“

Pernai 2025 metais Kauno Panemunės bendruomenė vykdė Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos inicijuotą priemonę „Stiprinti Bendruomeninę veiklą savivaldybėse“ projektu „Ateities iššūkiams pasiruošę“ vykdančią projektą buvo vykdoma vienuolika veiklų.

Pirma veikla. Telkiant gyventojus sveikatingumo veiklai įsteigta ir veikė „Sveikatos mokykla“. Sukviesti klausytojai ir išklausyta edukacinių paskaitų ir įvykdyta užsiėmimų su farmakologu V. Skirkevičiumi, prof. Šlapiku, gydytojais Asta Kerucke, Ilona Stirbiene, Goda Stoniene, kineziterapeute Vilma Balčiūniene, asociacijos „Sveika Širdis“ vadove Rasa Semiotiene.

Antra veikla. Stiprinant gyventojų telktumą kovai su dezinformacija, informuojant apie pasiruošimą ekstremalioms situacijoms sutelkti žmonės į grupę „Atsparumo kodas“, įvyko seminaras tema „Jeigu priešas prie vartų, ar esame pasiruošę“ Lektorius Gintaras Bagdonas. Aptarta esama situacija ruošiantis dienai „X“. Aptarta tolimesnė tų svarbių klausimų sprendimo perspektyva.

Trečia veikla. Panemunės žmonių telkimas dailės veiklai į „Dailės studiją“. Išklausyta edukacinių paskaitų programa, surengti du plenerai ir dvi parodos, visus metus vyko dailės studijos narių veikla.

Ketvirta veikla. Gyventojų telkimas į praktinius užsiėmimus, sprendžiant bendravimo su valdžios atstovais problemas. Veiklose buvo sutelkta klausytojų grupė, seminarus moderavo prof. R. Navickas. Dalyvavo du Seimo nariai, du miesto tarybos nariai ir seniūnaičiai.

Penkta veikla. Panemunės istorinės atminties įamžinimas. Veiklos vadovė su pagalbininkais rinko istorinę medžiagą ir išleido eilinį „Panemunės metraščio“ numerį

Šešta veikla. Bendruomenės narių telkimas per kultūrines veiklas. Atsiliepiant į paskelbtus Liaudies dainų metus, veiklos vadovė sutelkė gyventojus kultūrinių renginių planavimui ir organizavimui. Organizuoti Sausio 13, Kovo 11, Vasario 16, Liepos 6 valstybės dienų minėjimai prie J. Basanavičiaus paminklo, Romansų vakaras „Vasarvydžio gaida“, renginys šv. Rokas Panemunėje ir Advento vakaras „Šviesos užgimimas“.

Septinta veikla. Dailės darbų parodos. Vainikuojant metų veiklos rezultatus buvo organizuotos darbų parodos Panemunės seniūnijos foje ir Panemunės bendruomenės salėje.

Aštunta veikla. Gerosios patirties pasidalinimas su V. Skirkevičiaus bendruomene. Išklausytos gerosios patirties veiklos gerinant gyventojų sveikatą, aptarti veiklos metodai ir



priemonės vystant bendruomenės supratimą apie sveiką gyvenimo būdą ir priemones ligoms išvengti.

Devinta veikla. Gerosios patirties pasidalinimo išvyka pas Margionių bendruomenę. Tai aktyviausia Dzūkijos žemės bendruomenė su gilia veiklų patirtimi, todėl bendravimo renginys atnešė rekšmingą naudą.

Dešimta veikla. Bendruomenės patalpų pritaikymas visuomenės veikloms. Įsigyta kilnojamos palapinės, užtikrintas šilumos, elektros ir vandens tiekimas Panemunės bendruomenės patalpoms. Vienuolikta veikla. Suorganizuotas Advento vakaras „Šviesos užgimimas“, projekto užbaigimo rezultatų aptarimo renginys.

Vienuolikta veikla. Adventinis padėkos vakaras „Šviesos sugrįžimas“.

Apžvelgsime veiklas detaliau

Pirmos veiklos apžvalga. Pirmame Sveikatos mokyklos atidarymo renginyje buvo pateikta informacija apie sveikatingumo programas. Mokslo metus atidarė režisierės Inos Valiukevičienės dramos studijos nuotaikingas spektaklis „Penki patiekalai iš vienos vištos“. Įvyko paskaitos tema „Sveika širdis“ ruošta kartu su asociacija „Sveika širdis“, vyko paskaitos bendruomenės salėje, paskaitose „Noriu pasitarti“ žmonės konsultavosi su specialistais kaip išvengti negalių, kaip gydytis, ar teisingai sveikstame. Ypač efektyvios buvo asmeninės konsultacijos. Kaklo osteochondrozės profilaktiniai užsiėmimai, Miško terapija žmogaus sveikatai, užsiėmimai J. Basanavičiaus šile, edukaciniai užsiėmimai, „Naujas požiūris į mitybą“. Vyko V. Balčiūnienės vedami praktiniai užsiėmimai kaklo osteochondrozės profilaktikai, su gyd. Asta Kerucke vykdėme Panemunės šile „Miško terapijos žmogaus sveikatai“ užsiėmimus, gyd. I. Stirbienė skaitė paskaitų ciklą „Naujas požiūris į mitybą“, išklusėme G. Stonienės paskaitą širdies ir kraujotakos problemų sprendimui. Buvo suorganizuota edukacinė pažintinė ekskursija į Kauno kogeneracinę jėgainę. Klausėme paskaitos apie gyvenimo tvarumą, efektyvų atliekų šalinimą, rūšiavimą, perdirbimą, apie tvarios energijos gamybą.

Antra veikla. Buvo aptariami gyventojų telkimo ir pilietinio pasipriešinimo, kovos prieš dezinformaciją būdai stiprinant vietos gyventojų saugumą renginyje „Atsparumo kodas“. Renginį moderavo ir paskaitą skaitė buvęs Karinės žvalgybos vadovas Lietuvoje ir ES Gintaras Bagdonas. Renginį pradėjo ansamblio „Kupolė“ vyrų grupė dainavusi partizanų dainas. Pateikta esamos situacijos Lietuvoje ir pasaulyje apžvalga, įvertintos rizikos ir atsparumo dezinformacijai veiklos metodai, aptarta miesto ir gyvenamos vietos gyventojų veikla ir pasiruošimas. Išklausyta paskaita „Jeigu priešas prie vartų, ar esame pasiruošę?“. Vyko diskusija su gausiai susirinkusiais klausytojais.

Trečia veikla nukreipta į dailei gabių žmonių telkimą. Vyko „Dailės studijos“ veikla, ši veikla yra tradicinė ir tęstinė, jos pradininkė Gražina Pasilauskienė. Sukviesti gabūs dailei Panemunės gyventojai į veiklą „Dailės studija“. Užsiėmimai vyko visus metus išskyrus rugpjūtį Panemunės bendruomenės salėje kiekvieną savaitės pirmadienį. Vyko edukaciniai mokymai ir praktinė veikla. Dailininkai aprūpinti tapybos priemonėmis, pakviesta paskaitoms ir mokymams vesti dvi dailininkės. Vyko du plenerai ir dvi dailės darbų parodos. Dailės studijos narės taip pat aktyviai dalyvavo miesto organizuojamuose renginiuose, parodose ir pleneruose.

Ketvirta veikla. Gyventojų telkimas, mokymas ir praktiniai užsiėmimai komunikuojant su valdžios atstovais. Seminarus vedė ir moderavo KBCA vadovas prof. R. Navickas, dalyvavo du Seimo nariai, du Kauno miesto tarybos nariai, seniūnė ir seniūnaičiai. Išklaudyta informacija apie vietos bendruomenių padėtį Lietuvoje ir Kaune, Seimo narių A. Radvilavičiaus ir G. Skaistės įžvalgos, miesto tarybos narių V. Pranarauskaitės ir R. Duobaitės Bumbulienės, seniūnės Ingridos Kuktienės, seniūnaičių A. Žemaitaitienės ir A. Daugelienės apžvalgos, klausytojų gausios diskusijos ir teikiami siūlymai.

Penkta veikla. Panemunės istorijos įamžinimas Panemunės metraštyje. Veiklos vadovė Daiva Nevardauskienė su komanda vykdė informacijos rinkimą. Surinkta istorinė papildoma medžiaga apie Panemunės herbo, logotipų kūrimo istoriją, evangelikų kapinių istoriją, žymias Panemunės vietas ir žymius asmenis, išleistas papildytas Panemunės metraščio leidinys.

Šešta veikla. Bendruomenės plėtra ir stiprinimas per kultūrines veiklas Panemunėje. Panemunės gyventojai sutelkti kultūrinei veiklai, tai Sausio 13, Vasario 16, Kovo 11 renginiai J. Basanavičiaus šile prie J. Basanavičiaus paminklo, Romansų vakaras su barde Ilona, poezijos skaitovu V. Kaminsku ir grupe „Dziedukai“, renginys šv. Rokas Panemunėje kuriame vyko Roko šunelių paroda ir apdovanojimai, vaikų, jaunimo ir suaugusių penkių kapelių ir grupių pasirodymai, važnyčiojimas karieta, „Žolinčių“ vadovės edukaciniai užsiėmimai gaminant sveikuolišką šv. Roko druską, Renginį vedė A. Laurinkevičius.

Septinta veikla. Gruodžio mėnesį vyko padėkos Adventinis vakaras seniūnijos salėje. Sveikatos mokyklos klausytojai parengė kūčių stalą, prie kurio buvo pakviesti visi susirinkę, V. Kaminskas skaitė poezijos eiles, išklausė kunigų R. Baltrušaičio ir V. Sikorsko homilijos ir palinkėjimų, koncertavo primadona R. Preikšaitė, B. Vingraitė, kūčių stalą ir kalėdinius papročius pristatė K. Kliukevičiūtė Mikulskienė.

Gerosios patirties pasidalinimo išvyka pas fitoterapeuto V. Skirkevičiaus sveikatinimo bendruomenę. Išvykoje bendravome su vietos bendruomenės atstovais, išklausė farmakologo V. Skirkevičiaus paskaitą kaip išvengti ligų, kaip gydytis susirgus, kai atstatyti organizmo funkcijas po ligos.

Devinta veikla. Gerosios patirties pasidalinimas su Margionių bendruomene. Susitikome su viena aktyviausių Dzūkijos vietos bendruomenių. Pasidalinome abipusėmis patirtimis apie narių veiklas,

bendravimą su vietos valdžia, narių telkimą ir jų veiklos aktyvinimą. Dalyvavome vietos sodo gėrybių parodoje.

Vienuolikta veikla. Adventinis padėkos vakaras „Šviesos sugrįžimas“. Renginys vyko Panemunės seniūnijos salėje, buvo padėkota savanoriams ir aktyviems žmonėms padėjusiems įgyvendinti projekto veiklas, buvo įteiktos padėkos ir dovanos, homiliją sakė kunigai Vilius Sikorskas ir Rimantas Baltrušaitis, poeziją skaitė Vilius Kaminskas, koncertavo Rita Preikšaitė ir Beata Vingraitė, Kalėdų papročius ir kūčių stalo tradicijas ir valgius pristatė Kristina Kliucevičiūtė Mikulskienė. Po renginio visa salė rinkosi prie kūčių stalo valgių degustacijai ir šiltam tarpusavio pabendravimui.

Už sėkmingą projekto įgyvendinimą esame labai dėkingi Panemunės seniūnijai, partneriams, Zarasų, Antalieptės bendruomenėms, Margionių km. bendruomenei, V. Skirkevičiui ir jo bendruomenei, Eigulių, Garšvės, Rokų bendruomenėms, Panemunės parapijos bendruomenei, darželių ir mokyklų šaunuoliukams ir jų nuostabioms vadovėms, mūsų šauniems savanoriams ir visiems Panemuniškiams dalyvavusiems, talkinusiems ir parėmusiems mūsų bendrus darbus. Laukiame jūsų pasiūlymų, pastebėjimų ir idėjų naujoms veikloms ir darbams.

