



## Išleistuvių metas – jaunystės šventė



3 p.

Europos čempione pirmą kartą tapusi Kornelija Snetkovaite: „Negalėjau patikėti, kad tai tikrai aš. Maniau, įvyko nesusipratimas“



4 p.

Kornelijos pasirodymo Austrijoje akimirka.

Asmeninio albumo nuotr.

**Liepos 18-oji, antradienis, 29 savaitė.**

Iki metų pabaigos liko 166 dienos.

Tarptautinė aludarių diena.

Saulė teka 05.04 val., leidžiasi 21.45 val.

Dienos ilgumas 16.41 val.

Mėnulis – delčia.

**Savo vardadienius šiandien švenčia:**

Arnoldas, Fridrikas, Tautvilas, Eimantė, Kamilis, Ervinas.

**Rytoj:** Aurėja, Galigantas, Mantigailė, Vincentas, Auksė, Vincas.

**Poryt:** Aurelijus, Česlovas, Elijas, Alvydas, Vismantė, Jeronimas, Alvyda.

**Dienos citata**

Tai, už ką žmonės miršta, nebūtinai yra tiesa. (O. Vaildas).

**Dienos skaičius**

**100**

Tiek eurų smurtautojai rado Pandėlio seniūnijos gyventojų kišenėje.

2 p.

**Šiandien pasaulio istorijoje**

1918 m. gimė būsimasis PAR prezidentas, 1993 metų Nobelio taikos premijos laureatas Nelson Mandela.

**Šiandien Lietuvos istorijoje**

1994 m. tarp Lietuvos ir Europos Sąjungos pasirašyta Laisvosios prekybos sutartis..

**Ar žinojote...**

1940 m. sovietinė valdžia uždraudė Lietuvos skautų sąjungos veiklą.

**Post scriptum**

Dėl vienos žuvies nieks į vandenį nešoks

**KAPAVIEČIŲ TVARKYMAS**

8 669 87 957

www.kapavieciutvarkymas.lt

- Tvarkome ir prižiūrime kapavietes.
- Liejame pamatėlius kapinėse.
- Restauruojame senas kapavietes.
- Užpilame įvairių rūšių skalda.
- Priimame nestandartinius užsakymus.



Darbus atliekame tik su kokybiškomis medžiagomis!

**PAMINKLAI**

BETONAVIMAS, PAMINKLŲ STATYMAS, SENŲ KAPŲ TVARKYMAS, PAMINKLŲ ATNAUJINIMAS, DENGIMAS AKMENS PLOKŠTĖMIS, KOLUMBARIUMŲ ĮRENGIMAS.

TEL. 8 698 26397, Rokiškis



Kokybiškai ir pigiai

- \* liejame pamatėlius kapinėse
- \* klijuojame rausvą, juodą akmenį, plyteles
- \* užpilame įvairių spalvų skaldele
- \* tvarkome, restauruojame nusvirusius, nugriuvusius paminklus
- \* kalame raides, bei datas
- \* gaminame paminklus

Priimami nestandartiniai užsakymai!

Tel. 8 604 85 099, 8 673 28803



9 772351 743004



# Išleistuvių metas – jaunystės šventė

Savaitgalį Rokiškis šventė – Juozo Tumo-Vaižganto gimnazija išlydėjo 170 abiturientų. Po nuoširdžių palinkėjimų: sėkmingo skrydžio siekti mokslo ir profesinių aukštumų, jaunuoliai išskubėjo švęsti. „Rokiškio Sirenos“ galerijoje – gražiausios šventės akimirkos.

Gausiausią būrį abiturientų išleidžiančiai Juozo Tumo-Vaižganto gimnazijai bet kokios miesto salės yra per ankštos. Todėl po ilgalaikio lietaus pagrįstai baimintasi, kad ir šiandien jis nesugadintų šventės. Baimintasi veltui: nuo pat ryto šypsojosi saulė, tad abiturientės galėjo žavėti kruopščiai pasirinktomis skoningomis suknelėmis, o abiturientai – stilingais kostiumais.

Kaip sakė dauguma kalbintų dvyliktojų, jie jau apsisprendę, kokias studijas ir kokiuose universitetuose rinksis. Tarp populiariausių, tradiciškai, medicinos studijos. „Tiksliai“ mielai ren-

kasi IT specialistų, įvairių sričių inžinierių profesijas. Vis dar populiarios ir vadybos studijos.

Sveikindamas abiturientus, Seimo narys Raimundas Martinėlis pabrėžė, kad ši diena yra labai svarbi – baigtas vienas svarbus gyvenimo etapas. Tačiau mokslai truks visą gyvenimą: teks studijuoti, profesinės karjeros metu tobulinti žinias bei įgūdžius.

Juozo Tumo-Vaižganto gimnazijos direktorius Gediminas Matiekus ragino jaunimą pakeisti, padaryti gražesniu pasaulį ir gimtąjį miestą.

Gausių ovacijų nusipelnė ir rajono savivaldybės dovanomis, ku-

rias įteikė meras Antanas Vagonis, džiaugėsi septyni šimtukininkai. Visi jie – Juozo Tumo-Vaižganto gimnazijos absolventai: Domas Černiauskis, Rytis Deržinauskas, Domyka Jasinavičiūtė, Paulius Vaičekonis, Justinas Makuška, Nerijus Laužadžis. O du šimtukus gavusiam Jokūbui Jurevičiui atiteko ne tik savivaldybės, bet ir Seimo nario R. Martinėlio dovana.

Penktadienį abiturientus išlydėjo ir Kamajų Antano Strazdo gimnazija, Obelių gimnazija bei Pandėlio gimnazija. Juodupės gimnazijos dvyliktojai išleistuves šventė šeštadienį.

Ieva RAKAUSKAITĖ



# Europos čempione pirmą kartą tapusi Kornelija Snetkovaite: „Negalėjau patikėti, kad tai tikrai aš. Maniau, įvyko nesusipratimas“

Rokiškietė Kornelija Snetkovaite pasiekė be galo daug: Lazdijuose vykusiose varžybose užėmė antrąją vietą, Lietuvos čempionate – pirmąją vietą, Austrijos čempionate – antrąją vietą, Kultūrizmo ir fitneso Europos čempionate Kaune merginų fitneso (jaunimo) kategorijoje – pirmąją vietą. Korneliją (nuotr.) kalbino leva RAKAUSKAITĖ.

– Nuo ko prasidėjo sportinė karjera?

– Mane sužavėjo kultūristų valgomo maisto racionas. Mačiau savo tėtį, kuris taip maitindavosi. Sakydavau jam, kad noriu ne tik lankytis sporto klube, bet taip pat sugriežtinti savo mitybą. Buvau įsitikinusi, kad tai labai paprasta ir nesunku. Nepaisiau tėčio žodžių, kai jis mėgino paaiškinti, kad nuolat taip maitinantis, darosi sunku, norisi ko nors įvairesnio bei, žinoma, kaloringesnio. Šį kelią pradėjau kartu su tėčiu, kuris visada mane palaikė ir skatino judėti į priekį.

– Su kokiais pirmaisiais sunkumais susidūrei?

– Pirmą kartą dalyvavau Lazdijuose vykusiose varžybose. Mano treneris Tomas Markelis sakė, kad jos neaukšto lygio: pasiruošimas bei treniruotė ateinančioms varžyboms. Užėmiau antrąją vietą. Deja, tai nepriverė eiti toliau sportiniu keliu, nors ir patyriau gerų emocijų pliūpsnį. Pavargau laikytis dietų, galvojau, kad dar kartą to imtis nepajėgčiau ir neištvėčiau.

– Kaip atsikratei blogų minčių ir grįžai?

– Tam prireikė net trijų mėnesių pertraukos, po kurios atėjau į sporto salę. Išgirdau ten buvusio trenerio žodžius: „Korne, tu vis dar geroje formoje, kurią dar šiek tiek patobulinsim ir viskas bus okay“. Užteko tik kelių motyvuojančių



trenerio žodžių, kad „užsidėčiau“ ir pasiryžčiau siekti dar daugiau.

– Kaip sekėsi toliau?

– Buvo dar sunkiau nei pirmą

kartą, nes manęs laukė Lietuvos čempionatas. Pradėjau laikytis griežtos dietos, nepraleidau nė vienos treniruotės, bėgiojau kartu

su mama. Atsimenu, prašiau jos padėti viską išskentėti. „Tu pati tai pasirinkai – nieks, dėl to nekaltas“, – sakė mama, kuri manimi labai rūpinosi ir pergryvendavo sunkumus kartu su manimi. Tėtis visada tikėjo, kad būsiu pirmą, nors aš buvau labai skeptiškai nusiteikusi. Viena kartą į sporto salę atėjau treniruotis nusilpusi, pavargusi ir palūžusi. Pradėjau verkėti, sakiau treneriui, kad nebegaliu. Jis ramino mane, sakydamas, kad tai ne aš, o tik mano blogos emocijos.

Lietuvos čempionate užėmiau pirmąją vietą. Emocijos liejosi per kraštus, pritrūkau žodžių, likau be žado. Tuomet man pasiūlė vykti į Austrijos čempionatą. Kelionėje mane supo tik pažįstami žmonės, tarp kurių nebuvo nė vieno artimo. Labai išsigandau, pamačiusi varžoves, puoliau panikuoti, bet užėmiau antrą vietą. Grįžusi iš Austrijos čempionato, iškart išvykau į ekskursiją, kurioje valgiau viską, kas papuolė po ranka, negalėdama sustoti. Žinojau, kad po penkių dienų manęs laukia Europos čempionatas, bet to visiškai nepaisiau. Grįžusi susiimiau, užsispyriau ir padariau savo: Europos čempio-

nate, kuris vyko Kaune, užėmiau pirmąją vietą.

– Ką supratai, užsiimdama šiuo sportu?

– Po Europos čempionato puoliau valgyti nesveiką maistą. Supratau, ką jis reiškia ir kaip žmonės jo nevertina. „Atsivalgiau“ visų šių nesąmonių, nebenoriu būti šiukšlių dėže, kemšančia viską, kas papuola. Mano nuomone, geriau valgyti skaniai ir sveikai. Taip pat supratau, kas yra tikri draugai, nes jie iškentė mano kaprizus, blogą nuotaiką. Jie visada padėdavo ir suprasdavo, kad tuomet kitokia būti negalėjau – tarytum „ant adatų“.

– Dėl ko visa tai darai?

Mane visada motyvavo treneris ir noras ko nors siekti, nestovėti vietoje, pranokti galimybes, savo lūkesčius, išgirsti žmones, kurie domėtusi mano pasiekimais, žavėtusi ryžtu.

– Kokie planai ateičiai?

Svajoju sudalyvauti kartu su tėčiu, nes pabodo vienam kitą palaikyti per atstumą. Šiuo metu darau pertrauką, bet sustoti tikrai nežadu.

– Ačiū už pokalbį.

## Rokiškėnas Gintaras Kravčėna grįžo iš Pasaulio krepšinio veteranų čempionato



Lietuvos rinktinės (balta apranga) žaidėjas Gintaras Kravčėna (pirmoje eilėje antrasis iš dešinės) įsiamžino su varžovais iš Brazilijos.

Asmeninio archyvo nuotr.

Rokiškėnas Gintaras Kravčėna dalyvavo Pasaulio krepšinio veteranų čempionate, vykusiam birželio 30 – liepos 9 dienomis Montecatini Terme mieste (Italija). Jis žaidė Lietuvos veteranų rinktinėje, kuri varžėsi vyresnių nei 55 metų žaidėjų amžiaus grupėje. Šioje grupėje dėl pasaulio čempionų titulo rungsi 42 komandos, o viso Pasaulio čempionate dalyvavo net 377 komandos iš 44 šalių. Lietuvos komanda sužaidė penkerias rungtynes, iš jų tris

laimėjo ir užėmė vienuoliktąją vietą. Mūsiškiams kelią dėl aukštesnių vietų užkirto slovenai, kurie ir tapo pasaulio čempionais.

G. Kravčėna pasakojo: „Gyvenome Lucca miestelyje ir viso čempionato metu turėjome nuosavą autobusuką. Su juo ir kursuodavome nuo vienos krepšinio salės prie kitos, kurias skyrė 20 – 30 km. Krepšinio rungtynės nevyko toje pačioje vietoje – kiekvieną kartą važiuodavome vis į

kitą salę“.

Pasaulio čempionato atidarymo šventėje visų 377 komandų žaidėjai susirinko miesto aikštėje ir dalyvavo eisenoje. Šventinėje programoje ne tik pažintys su kitomis rinktinėmis ir jų žaidėjais, bet ir apsilankymas hipodrome, kuriame vyko žirgų lenktynės. Nenuostabu, kad geros nuotaikos užtaisas Lietuvos delegaciją lydėjo nuo pat pirmųjų Pasaulio čempionato akimirkų.

Į 5 p.

*Victoria Hair Extensions*

**AUKŠTOS KOKYBĖS NATŪRALIŲ PLAUKŲ PRODUKTAI**

*Ilgesni, tankesni plaukai akimirksniu!*

**Galimas individualus produktų paruošimas.**  
Paruošime Jums reikiamą atspalvį pagal pateiktą nuotrauką, individualiai pasirinktą tresų apimtį, dalių skaičių.

**Tankinti, prisegami tresai (100g - 300g rinkiniai)**

**Priauginamos sruogelės ir prikljuojamos nano juostelės.**

[www.victoria-hair.com](http://www.victoria-hair.com)  
[www.facebook.com/plaukupriauginimastresai](https://www.facebook.com/plaukupriauginimastresai)







**PAULINA**

M. K. Čiurlionio g. 1-2  
Tel. +370 614 76366  
El. paštas: info@paulina.lt  
www.paulina.lt

## ATNAUJINTAS ASORTIMENTAS!

- Audiniai •
- Užvalaidos •
- Siuvimo paslaugos •



**PERKAME MIŠKUS**  
Rokiškio ir aplinkiniuose rajonuose

**MIŠKŲ MINISTERIJA**

Nepriklausomybės a. 12  
Rokiškis.  
Direktorius Simonas Tuska  
Tel. 8 677 08977

**LAŠŲ DUONA**

**NAUJIENA!**

**Batonas**  
**GRIKIŲ, 350g 0,55**  
**Duona**  
**ROKIŠKIO 1,50**  
**PILNAGRŪDĖ, 500g**  
**AKCIJOS!**

Rapsų aliejus  
**TYRAS, 900ml 1,59**  
**Batonas**  
**MIESTIEČIŲ, 300g 0,32**  
**Duona ROKIŠKIO 0,70**  
su saulėgražomis, 500g  
Kepta užkandėlė  
su saulėgražomis **0,79**  
Daugiau informacijos ir akcijų  
UAB LAŠŲ DUONA parduotuvėse

**SIŪLOME DARBĄ**  
**ŽURNALISTEI (-UI)**

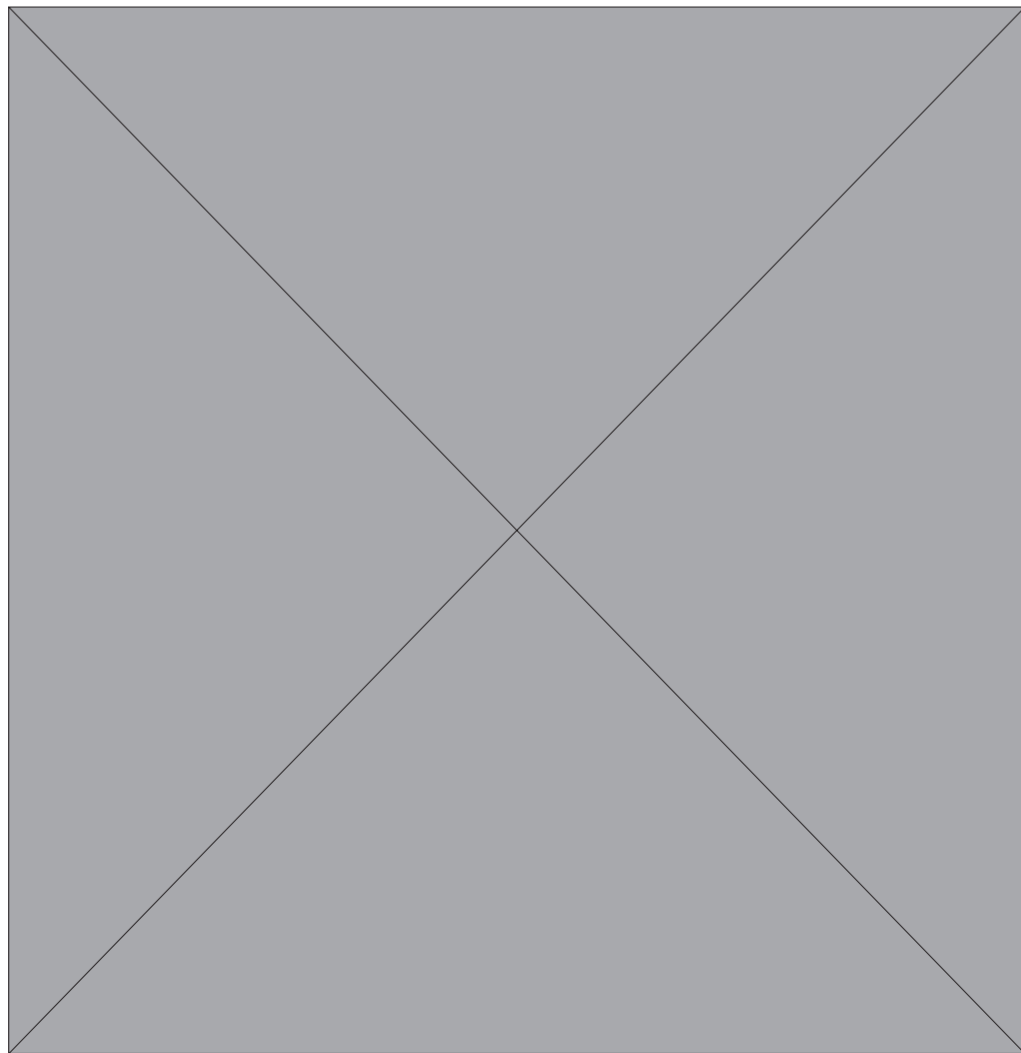
**Mes siūlome:**  
\*500 eur "į rankas" atlyginimą;  
\*tarnybinį automobilį;  
\* visas socialines garantijas;  
\*darbą augančioje įmonėje.

**Tikimės:**  
\* kad nebijai savo šešėlio;  
\* kad gerai dirbi kompiuteriu;  
\* kad puikiai rašai lietuviškai;  
\* kad turi vairuotojo pažymėjimą;  
\* kad vairuoji lėtai, o dirbi greitai.

CV siųskite el. paštu [info@rokiskiosirena.lt](mailto:info@rokiskiosirena.lt)

**SIRENA**  
www.rokiskiosirena.lt

# PRAMOGŲ KAMPELIS



## ANEKDOTAI

Įeina muitininkas į traukinio kupė ir klausia:

– Ginklai, kontrabanda, narkotikai?  
– Puodelį kavos, prašyčiau.

\*\*\*

Tardytojas:

– Ar atpažįstate šį peilį?  
– Žinoma.  
– Vadinasi, pripažįstate, kad šis peilis jums matytas?  
– Kaip jis bus nematytas, jei man jį rodote jau trečią savaitę iš eilės!

\*\*\*

Kalbasi du norvegai:

– Ar žinai ką tas lietuvis savo vaikui Kalėdoms padovanos?  
– Ne, ką?  
– Tavo dviratį!

\*\*\*

Leitenantas puskarininkiui:  
– Pasidomėkite kareivio Huberto praeitimi. Po kiekvienų šaudymo pratybų jis nutrina nuo šautuvo pirštų

antspaudus.

\*\*\*

Susituokusi porėlė vakarienėjama prabangiame restorane. Metas apmokėti sąskaitą.

– Kodėl šiame čekyje įrašyta eilutė „Pėdkelnės 10,99 Eur.“? - piktinasi žmona.  
– Jums nepatinka? - atšauna padavėja. – Tada atidžiau stebėkite savo vyro rankas arba dažniau karkykite jam nagus!

\*\*\*

Parduotuvėje:

– Kokia čia dešra „Paršelio džiaugsmas“?  
– Labai gera kalakutienos dešra! - atsako pardavėjas.  
– Tai kodėl toks pavadinimas?

– Todėl, kad paršelis džiaugėsi, jog ne jį papjovė.

\*\*\*

Gūdžiame Laukinių Vakarų miestelyje iš keliaujančio zoologijos sodo pabėgo dram-

blys. Skambutis šerifui:

– Sere, mano darže stovi milžiniška pilka pelė! Ji uodega rauna kopūstus...  
– Ir ką su jais daro?  
– Sere, jūs nepatikėsite!

\*\*\*

Mama klausia Marytės:

– Kaip matai su naujaisiais akiniais?  
– Gerai, tėtė...

\*\*\*

Naujasis rusas kartą atvažiuoja į Paryžių. Vaikščiodamas po nuostabių miestų prieina prie prancūzo ir, mostelėjęs link Eifelio bokšto, ironiškai sako:  
– Tai ką, žiopliai, naftos taip ir neradot?!

\*\*\*

Girtas klientas šaukia taksistui:  
– Prašau nuvežti mane namo!

– O tiksliau? - klausia vairuotojas.  
– Į miegamąjį!

Rokiškio  
**SIRENA**

ISSN 2351-7433  
Nepriklausomybės a. 12, Rokiškis  
Tel. 8 666 76777  
[reklama@rokiskiosirena.lt](mailto:reklama@rokiskiosirena.lt)

Leidėjas - UAB „Rokiškio Sirena“  
Spausdina - UAB „AL grupė“

Skelbimai priimami:  
[www.rokiskiosirena.lt](http://www.rokiskiosirena.lt)

DIZAINERĖ-MAKETUOTOJA  
Lina Dūdaitė-Kralikienė  
Tel. 8 672 36 089  
[lina@rokiskiosirena.lt](mailto:lina@rokiskiosirena.lt)

REKLAMOS SKYRIUS  
Tel. 8 666 76 777  
[reklama@rokiskiosirena.lt](mailto:reklama@rokiskiosirena.lt)

Leidžiamas antradieniais ir penktadieniais  
Redakcija už skelbimų, reklamos ir užsakomųjų straipsnių turinį neatsako