



# Alma Mater 2025

Išskirtinės sveikatos specialistų kalvės, kuriomis akademinis jaunimas didžiuojasi, nes dėstytojai ir profesoriai gerai žino, ko reikia šiuolaikiniam, moderniam mokymo procesui

Lietuvos **SVEIKATA**

Nr. 13 (1620) | 2025 kovo 27 - balandžio 2 d. | www.lsvaikata.lt



„Šiomet būsime slaugytojams – šimtu valstybės finansuojamų vietų daugiau negu pernai“, – pasiektu laimėjimu pasidžiaugė švietimo, mokslo ir sporto ministrė Raminta Popovienė. Atidavus duoklę prioritetinėms studijoms, toliau ministerijos akys krypsta į atsakingą dirbtinio intelekto ir skaitmeninio raštingumo vartojimą ugdymo įstaigose.

2023 - 148, 2022 - 130, 2021 - 138.  
Vis dėlto čia svarbu pabrėžti verslo atstovų vaidmenį – darbuotojų pritraukimas dažniausiai priklauso nuo darbdavių intereso, vaistinių tinklo plėtros. Įprastai vaistinių tinklas platus didžiuosiuose miestuose, sunkiau pritraukti farmacininkus į mažesnius miestelius, tačiau, kaip minėjau, stojančiųjų skaičius didėja...  
- *Regionams masiškai trūkstant gydytojų kyla diskusijų įpareigoti gydytojus rezidentus dalį*

## Raminta Popovienė: paruošime dar daugiau specialistų!

**S**laugytojų trūkumas šalyje – kritinis. Kas daroma siekiant paskatinti rinktis šios specialybės studijas?

- Slaugos ir akušerijos studijos – prioritetinės, todėl kuo daugiau stojančiųjų skatiname rinktis šias studijas. Vyriausybė praėjusią savaitę priėmė sprendimą didinti valstybės finansuojamų vietų skaičių slaugos ir akušerijos studijose. Universitetuose padidinome trisdešimčia valstybės finansuojamų studijų vietų, kolegijose – septyniasdešimčia. Tai – reikšmingas skirtumas. Valstybė į šias studijas pasiruošusi investuoti daugiau. Būsime sveikatos priežiūros specialistams kasmet nuosekliai daugėja valstybės finansuojamų profesinio mokymo vietų. Švietimo, mokslo ir sporto ministerija, skirstydama profesinio mokymo valstybės finansuojamas vietas, nagrinėja darbo rinkos prognozes, atsižvelgia į Sveikatos apsaugos ministe-

rijos, darbdavių užsakymus, kiek ir kokių specialistų reikėtų parengti.

- *Nuogaustaujama, kad vaistinių darbuotojų darbo rinkoje situacija ne-*

- Poreikį dėl farmacininkų ir kitų sveikatos priežiūros specialistų mums pateikia Sveikatos apsaugos ministerija. Į farmacijos studijų vals-



**PASKATINTI LIKTI LIETUVOJE GALI NE TIK DARBO VIETOS, DERAMOS DARBO UŽMOKESTIS, BET IR PARAMOS AR PRITRAUKIMO PRIEMONĖS, PAVYZDŽIUI, STUDIJŲ KAINOS APMOKĖJIMAS BŪSIMIEMS SPECIALISTAMS, KURIAS GALĖTŲ TAIKYTI SVEIKATOS PRIEŽIŪROS ĮSTAIGOS, SAVIVALDYBĖS.**

*stabili – kiekvienais metais į pensiją išeina daugiau žmonių, negu universitetuose yra paruošiama specialistų. Prognozuojama, jog problema tik gilės. Oponentai gi tikina problemos nematą – esą tai verslo atstovų verkšlenimai dėl pančiojamos vaistinių tinklo plėtros. Sekate šias tendencijas?*

tybės finansuojamas vietas kasmet įstoja vis daugiau pirmakursių. Jei 2021-aisiais jų buvo 45, 2022 – 60, 2023 – 67, pernai įstojo 70. Bendrai pastaraisiais metais stojančiųjų į farmacijos studijas skaičius išlieka stabilus. Į valstybės finansuojamas ir nefinansuojamas farmacijos studijas pernai buvo priimti 146 pirmakursiai,

*rezidentūros laiko praleisti ir regioninėse ligoninėse? Pritariate tam?*

- Natūralu, kad toks sprendimas rezidentams keltų iššūkių, bet čia norime įžvelgti pozityvią pusę – regionų stiprinimą. Juolab kad vienas šios Vyriausybės prioritetų – regionų plėtra. Tokiu sprendimu siektume sudaryti palankesnes sąlygas plėsti rezidentūros bazių skaičių Lietuvoje ir taip skatinti jaunųjų gydytojų pritraukimą į regionines sveikatos priežiūros įstaigas. Įteisinta ir tai, kad papildoma darbo užmokesčio dalis, mokama iš rezidentūros bazės lėšų, nuo 2023-ųjų prisidėtų ne mažiau kaip vienu procentu, nuo 2024-ųjų – ne mažiau kaip dviem procentais, o nuo 2025-ųjų ne mažiau kaip trimis procentais ir taip kasmet iki 5 procentų. Svarbu, kad gydytojai rezidentai nebūtų traktuojami kaip nemokama darbo jėga.

NUKELTA I 8P.

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas



2-3 p.

Studijos LSMU: kaip ugdomi sveikatos specialistai, ateityje keisiantys pasaulį

Klaipėdos valstybinė kolegija



4 p.

Klaipėdos valstybinės kolegijos kožiris – išmaniosios technologijos

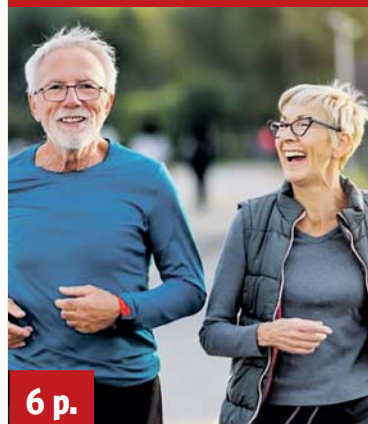
Kauno kolegijos Medicinos fakultetas



5 p.

Kauno kolegijos Medicinos fakulteto stiprybė – šimtametė patirtis

Klaipėdos universitetas



6 p.

Gyventi ne tik ilgai, bet ir sveikai

Pasiūlymus, pageidavimus, mintis siųskite adresu: Pamėnkalnio g. 23-1, Vilnius, tel. (8\*5) 26 51 093, el.paštu: dizainas@lsvaikata.lt, www.lsvaikata.lt





# Studijos LSMU: kaip ugdomi ateityje keisiantys pasaulį



LIETUVOS SVEIKATOS  
MOKSLŲ UNIVERSITETAS

## Verta žinoti:

### Studijos LSMU: kodėl verta rinktis?

- LSMU studentams suteikia išskirtines studijų galimybes. 8 studijų programos dėstomos unikaliu integruoto probleminio mokymo metodu, o studijos vyksta ciklais (moduliais). Medicinos studijų programa garsėja pažangiais mokymo metodais, žiniomis ir praktine patirtimi LSMU dalijasi įvairių sričių autoritetai, pacientus gydantys praktikai bei mokslininkai.
- Puikus praktinis parengimas – vienas didžiausių studijų LSMU privalumų. Suteikiama daugybė praktikos valandų – Kauno klinikose, LSMU vaistinėje, mokomosiose laboratorijose, pažangiose įmonėse. Be to, universitete ugdomi stiprūs komandinio darbo įgūdžiai, čia veikia hibridinio mokymo auditorijos, medicininės simuliacijos centrai, o LSMU biblioteka dirba visą parą. LSMU veikia stipri studentų atstovybė, taip pat galima rinktis iš įvairių visuomeninių, meno, sporto, laisvalaikio veiklų.
- LSMU – vienas tarptautiškiausių universitetų Lietuvoje. Čia mokomasi daugiakultūroje aplinkoje, o stažuotėms ir praktikai galima rinktis geriausius Europos universitetus. Profesinę karjerą absolventai plėtoja norima kryptimi – mokslo, praktikos ar verslo.
- Pažymėtina, kad LSMU absolventai darbo rinkoje yra itin paklausūs – per pirmuosius metus po studijų 80 proc. bakalaurų ir beveik 90 proc. magistrų įsidarbina pagal specialybę. Universiteto šūkis „Galia keisti“ atspindi tai, ką sveikatos mokslų specialistai daro kasdien – keičia pasaulį, gydydami žmones, diegdami medicinos naujoves ir vykdydami mokslinius tyrimus. ●

Kaip sako LSMU prorektorius studijoms prof. Kęstutis Petrikonis, sveikatos specialistams pasau-



Lietuvos sveikatos mokslų universitete (LSMU) būsimi sveikatos specialistai ne tik įgyja teorinių žinių, bet ir praktiškai pasiruošia galbūt ir sudėtingai, bet itin įdomiai karjerai. Pastaraisiais metais universitete įgyvendinti projektai – Slaugos mokslo ir studijų bazė, Branduolinės medicinos tyrimų centras ar Žmogaus audinių biobankas, atveria naujų galimybių tiek dabartiniams studentams, tiek būsimiesiems specialistams.



“  
LSMU PROREKTORIUS  
STUDIJOMS  
PROF. KĘSTUTIS PETRIKONIS:

lyje šiandien keliami itin aukšti reikalavimai ir lūkesčiai. LSMU juos nuosekliai atliepia ir ugdo.

„Nežinau, ar yra kokia kita specialybė, kur iš specialisto tiek daug tikimasi – nuo teorinių ir praktinių pačios medicinos žinių iki gebėjimo atlikti mokslinius tyrimus, turėti tam tikrų socialinių, verslumo, darbo komandoje įgūdžių, psicho-

- Suteikiame daugybę galimybių prisijungti prie mokslinių projektų, hakatonų, gauti stipendijas, naudotis moderniausiomis technologijomis ar net kurti savo startuolius. Studentai kartais galvoja, kad svarbiausia yra gautas pažymys, tačiau universitetas suteikia visas sąlygas atsiskleisti tiems, kuriems svarbūs ne tik akademiniai pasiekimai, bet ir praktinės galimybės ateities karjerai. Galimybių apstu, svarbu tik turėti noro.

loginių žinių. LSMU atliepia besikeičiančias tendencijas, lūkesčius ir reikalavimus, atitinkamai ugdo plačias studentų kompetencijas. Nuolat atnaujinamas studijų turinys, pasitelkiamos naujausios technologijos, integruojami įvairūs skaitme-

niai sprendimai ir dirbtinis intelektas“, – kalba prof. K.Petrikonis.

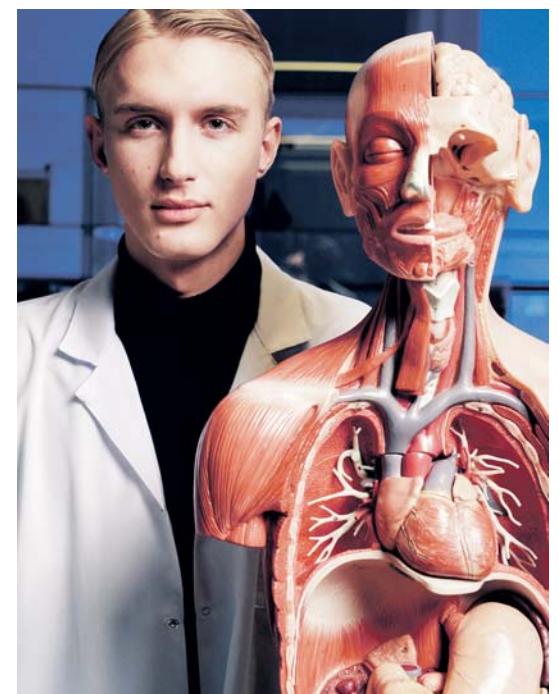
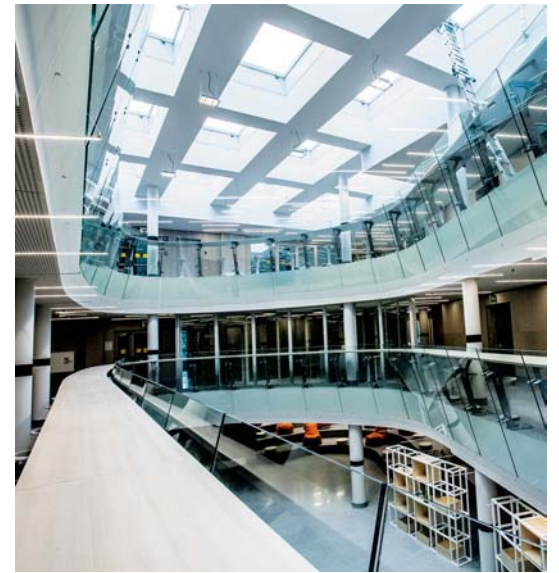
### Modernios studijų erdvės ir galimybės studentams

LSMU nuolat stiprina pozicijas aukštojo mokslo ir sveikatos inovacijų srityje, siekia mokslinės pa-

“  
Tik LSMU studijuojama integruotu probleminio mokymosi metodu, kai naujos žinios ir veiklos būdai įsisavinami sprendžiant praktines problemas.

žangos ir gerina studijų kokybę. Prof. K.Petrikonis pažymi, kad universitetas nuosekliai investuoja į studijų infrastruktūrą, didina studentų praktikos galimybes ir taiko šiuolaikinius mokymosi metodus.

Tik LSMU studijuojama integruotu probleminio mokymosi metodu, kai naujos žinios ir veiklos būdai įsisavinami sprendžiant praktines problemas. Metodus pagrįstas specifine mokymosi technika, organizuojamas moduliais, ugdo klinikinį mąstymą ir požiūrį į organizmą kaip į visumą, taip pat – moko dirbti komandoje ir spręsti proble-



mas, skatina ieškoti ryšių tarp žinių, ugdo giluminio išmokimo gebėjimus. Šiuo metu integruotas probleminis mokymosi metodas LSMU taikomas ne tik medicinos, bet ir dar 7 studijų programose.

Veikiausiai kiekvienas mūsų yra susimąstę, kaippgi būsimieji gydyto-

jai ir kiti specialistai išmoksta svarbių medicininį įgūdžių, tarkime, siūti žaizdas, atlikti biopsijas ir pan. Pažangiausiuose pasaulio universitetuose būsimieji sveikatos specialistai mokomi pasitelkiant simuliacijas – tai yra, specialius manekenus, muliažus bei treniruoklius, su kuriais saugiai pasirengiama teikti pagalbą pacientams.

LSMU medicininį simuliacijų metodai – itin išplėtoti. Šiuolaikiškose simuliacijos centruose būsimieji gydytojai, slaugytojai, reabilitacijos specialistai saugiai įgyja praktinių įgūdžių, mokosi valdyti sudė-





# Alma Mater 2025

# sveikatos specialistai,



tingas klininkines situacijas. Standartizuotas praktinių įgūdžių mokymasis, kol tie įgūdžiai išmokstami iki automatizmo - neatsiejama profesionalaus mediko parengimo dalis.

Stiprus praktinis parengimas, aktyviai įtraukiant studentus į mokymosi procesą - vienas didžiausių medicinos studijų LSMU privalumų. Vien Lietuvos sveikatos mokslų universiteto ligoninė Kauno klinikos kasmet per 5 tūkst. studentų tampa teorinių studijų ir pratybų vieta. Studijos vyksta visuose specializuotuose skyriuose, tad studentai susipažįsta su visomis medicinos spe-

cializacijų ypatybėmis.

Mokymo tikslams pasitelkiama naujausia įranga, modernios labo-



**Reikšminga medicinos studijų LSMU dalis - mokslinis darbas: studentai išsiugdo gerą gebėjimą kurti įrodymus, juos gauti, sisteminti, analizuoti ir panaudoti kasdienėje praktikoje.**

ratorijos, iš operacinių vaizdai tiesiogiai transliuojami į mokomąsias auditorijas. Reikšminga medicinos studijų LSMU dalis - mokslinis darbas: studentai išsiugdo gerą gebėjimą kurti įrodymus, juos gauti, sis-

teminti, analizuoti ir panaudoti kasdienėje praktikoje.

Šios iniciatyvos padeda LSMU išlaikyti aukštas pozicijas tiek šalies,

tiek tarptautiniuose universitetų reitinguose.

Kaip pažymi prof. K.Petrikonis, universitete nuosekliai plečiama mokslo ir studijų bazė. Štai neseniai duris atvėrė naujasis modernus



**LSMU VIRŠKINIMO SISTEMOS TYRIMŲ INSTITUTO TYRĖJA DR. GRETA VARKALAITĖ:**

- Turėjau daug motyvacijos, neskaičiavau laiko ir džiaugiausi kiekviena galimybe „prisiliesti“ prie vykdomų tyrimų.

Visos pastangos atsipirko - nuostabi Virškinimo sistemos tyrimų instituto mokslininkų grupė pasiūlė prisijungti ir tai man padėjo suprasti, kad atkaklumas, didelis darbas ir nuoširdus atsidavimas leidžia pasiekti labai daug.

Slaugos fakultetas, kuriame sutelkta išskirtinės kokybės studijų ir mokslo bazė: nuo įspūdingų vidaus interjero sprendimų, jaukių ir patogių studijų ir poilsio erdvių studentams, dėstytojams ir tyrėjams, ergonomiškų darbo stalų ir kėdžių - iki naujausiomis technologijomis grįstos įrangos, kuria aprūpintos mokomosios auditorijos ir mokslo laboratorijos.

Taip pat jau veikia du šalies medi-

teklių centras (Kauno biobankas). Šie objektai ne tik suteikia studentams moderniausias mokymosi sąlygas, bet ir atveria platesnes diagnostikos ir gydymo galimybes visos Lietuvos pacientams.

Kaip pabrėžia LSMU prorektorius studijoms, universitetas aktyviai skatina studentų dalyvavimą inovacijų ir verslumo veiklose.

„Suteikiame daugybę galimybių prisijungti prie mokslinių projektų, hakatonų, gauti stipendijas, naudotis moderniausiomis technologijomis ar net kurti savo startuolius, - pažymi prof. K.Petrikonis. - Studentai kartais galvoja, kad svarbiausia yra gautas pažymys, tačiau universitetas suteikia visas sąlygas atsiskleisti tiems, kuriems svarbūs ne tik akademiniai pasiekimai, bet ir praktinės galimybės ateities karjerai. Galimybių apstu, svarbu tik turėti noro.“

**Asmeninė patirtis: nuo studijų LSMU iki mokslinės karjeros**

UNESCO Baltijos šalių stipendijų konkurso „Moterims moksle“ laureatė, LSMU Virškinimo sistemos tyrimų instituto tyrėja dr. Greta Varkalaitė yra puikus pavyzdys, kaip studijos LSMU gali atverti duris į sėkmingą mokslinę karjerą. Ji LSMU pradėjo mokytis nuo pat Medicininės ir veterinarinės genetikos bakalauro studijų, vėliau čia tęsė magistro ir doktorantūros studijas. Dr. G.Varkalaitė prisimena, kad jos karjera mokslo srityje prasidėjo nuo vasaros praktikos, kurią ji atliko Virškinimo sistemos tyrimų institute (VSTI).

„Turėjau daug motyvacijos, neskaičiavau laiko ir džiaugiausi kiekviena galimybe „prisiliesti“ prie vykdomų tyrimų. Visos pastangos atsipirko - nuostabi VSTI mokslininkų grupė pasiūlė man prisijungti ir tai man padėjo suprasti, kad atkaklumas, didelis darbas ir nuoširdus atsidavimas leidžia pasiekti labai daug“, - pasakoja premijos „Moterims moksle“ laureatė.

Mokslas nuolat tobulėja, todėl svarbu domėtis naujomis technologijomis ir išmokti jas taikyti tyrimuose, sako dr. G.Varkalaitė, tačiau augimas ir dinamika jos tikrai negąsdina: „Mane žavi galimybė diegti naujas metodologijas, optimizuoti laboratorinius procesus ir pritaikyti pažangius bioinformatikos įrankius duomenų analizei. Labai įdomu stebėti, kaip eksperimentai virsta realiais rezultatais - tai nepakartojamas jausmas, kai viskas veikia taip, kaip tikėtasi, arba kai netikėti rezultatai atveria naujas tyrimų kryptis.“

Tyrėja neslepia, kad mokslininkų darbas dažnai nesibaigia fiksuotu laiku, todėl iššūkiu tampa balansas tarp karjeros ir asmeninio gyvenimo. Vis dėlto, ji pažymi, kad privalumų taip pat labai daug - tai intelektualinis iššūkis, galimybė kurti naujas žinias ir prisidėti prie biotechnologijų pažangos. Be to, darbas mokslinėje bendruomenėje leidžia susitikti daugybę įkvėpiančių žmonių, dalyvauti įvairiuose projektuose, nacionalinėse ir tarptautinėse konferencijose, vardija dr. G.Varkalaitė. ■





# Klaipėdos valstybinės kolegijos koziris – išmaniosios technologijos



Greta Vanagienė

## Slaugytojų kalbė

Klaipėdos valstybinėje kolegijoje studijuoja apie 750 sveikatos mokslų studijų kryptių studentų. Kaip pasakoja KVK direktorius dr. Remigijus Kinderis, tarp stojančiųjų populiariausios bendrosios slaugos, burnos higienos ir kineziterapijos studijų programos.

Šiomet Kolegija diplomus įteikė 85 naujiems slaugytojams.

„Nuolat turime po tris grupes būsimų slaugytojų, kuriose studijuoja ir užsieniečių“, – sako direktorius. Studijų kokybę užtikrina mokslo pažanga ir dirbtiniu intelektu grįstas Slaugos simuliacinis centras, kur studentai prieš išeidami į praktiką gauna stiprių įgūdžių veikti, geriau įsisavina teorinę medžiagą, sparčiau integruojasi į realią darbo vietą ir aplinką.

„Stengiamės studentus išleisti su dideliu žinių bagažu. Kartu siekiame, kad jie integruotųsi į pažangias sveikatos priežiūros institucijas, kur gydytojai taip pat jau naudoja dirbtinio intelekto programas“, – pasakoja dr. R.Kinderis.

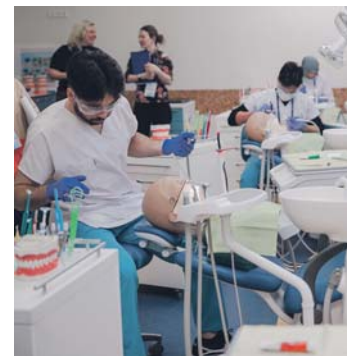
Dar viena Kolegijos stiprybė – aukštojoje mokykloje dėstantys specialistai, kurie yra rinkoje įsitvirtinę praktikai.

„Mūsų dėstytojai studentams atneša gyvenimišką patirtį. Jie ateina dirbti vedini noro užauginti naują stiprią sveikatos priežiūros specialistų kartą, tad stengiasi studentus pritraukti ir į savo darbovietę. Todėl baigę studijas absolventai neretai išeina ne tik įgiję diplomus, bet ir darbo vietą“, – apie abipusę naudą kalba KVK direktorius. Nors suderinti studijas su darbu nėra paprasta, labiau ambicingi studentai slaugytojų padėjėjais dirba ir studijuodami.

Gydymo įstaigos ypač vertina KVK paruoštus odontologus, kurių sektoriuje, kaip žinia, trūksta.

„Bendradarbiaujame su Odontologų rūmais, kurie informuoja mus apie situaciją, tad dabar stengiamės odontologų padėjėjų pritraukti daugiau“, – pasakoja dr. R.Kinderis.

Pernai Kolegija ėmėsi realizuoti naują studijų programą – akušeriją. Ji iškart sulaukė didelio susidomėjimo tiek tarp stojančiųjų, tiek tarp gydymo įstaigų. Paklausios taip pat išlieka dietetikos, kosmetologijos studijų kryptys, po kurių, pastebi dr. R.Kinderis, absolventai dažnai orientuojasi į nuosavo verslo kūrimą ar plėtrą.



Klaipėdos valstybinėje kolegijoje (KVK) studijas baigia diplomuoti slaugytojai, odontologų padėjėjai, akušeriai, kineziterapeutai bei daugelis kitų sveikatos priežiūros specialistų. Dažnas jų jau turi užsitikrinęs ir darbo vietą. Glaudžiai su sveikatos priežiūros ir gydymo įstaigomis bendradarbiaujančios kolegijos tikslas – kad diplomuoti specialistai įgautų ne tik teorinių žinių, bet ir stiprių praktinių įgūdžių. Tam aukštoji mokykla investuoja į išmaniąsias priemones, skatina tarptautiškumą.

## Komentaras:



Klaipėdos miesto poliklinikos direktorius  
dr. Jonas Sąlyga:

- Su Klaipėdos valstybine kolegija

## Glaudžiai bendradarbiauja su gydymo įstaigomis

Klaipėdos valstybinė kolegija glaudžiai bendradarbiauja su gydymo įstaigomis – ruošiamus studentus atlikti praktiką siunčia į užsitarnavusias gerą vardą, kuriose studentai įgautų stiprių praktinių žinių, susipažintų su realia darbo aplinka ar net ateityje su jomis susietų gyvenimą. Taip nušaujami du zuikiai: laimi ir gydymo įstaigos, stokojančios specialistų, ir absolventai užsitikrindami perspektyvią darbo vietą.

„Studentus informuojame apie praktikos vietas, galimybę ją rinktis pagal profilį. Mes turime platų partnerių sąrašą ir puikiai žinome, kad jie užtikrins praktikos kokybę“, – kalba dr. R.Kinderis, uostamiestyje bendradarbiavimo sutartis pasirašęs su Klaipėdos miesto poliklinika ir Klaipėdos universiteto ligonine. Už Klaipėdos ribų – su daugybe kitų perspektyvių sveika-

neseniai naujai pasirašė bendradarbiavimo sutartį. Kolegijos parengtais slaugytojais ir kitais specialistais esame ypač patenkinti, jų turimi įgūdžiai maloniai stebina, tad labai laukiame jų praktikai atlikti ir kad jie pasiliktu pas mus. Kol kas tik bendradarbiavimo pradžia, bet tikimės, kad taip pritrauksime jaunų specialistų.

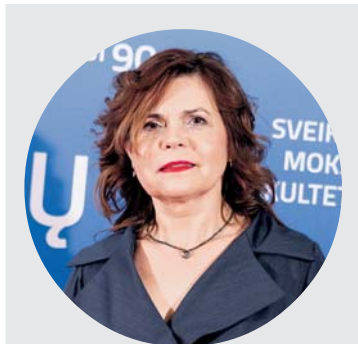
Žavimės Klaipėdos valstybinės kolegijos mokslo pažangos ir dirbtiniu intelektu grįstu naujai įkurtu Slaugos simuliaciniu centru, kuriame slaugytojai ir ruošiami. Jį apžiūrėjome gyvai: paliko didelį įspūdį – viskas atrodo ypač aukšto lygio.

tos priežiūros institucijų. Klaipėdos valstybinės kolegijos ruošiamais specialistais ne mažiau suinteresuoti ir verslo atstovai, tad studentai turi plačias galimybes pasirinkti būsimą karjerą.

## Skaitmeninėmis mokslo inovacijomis – žingsniu priekyje

Aukštosios mokyklos dekanė dr. Asta Mažionienė, kalbėdama apie sveikatos studijų krypties stiprybę, akcentuoja inovatyvių technologijų pažangą atliepančias praktinio mokymo laboratorijas. Anot jos, tai – didelis pranašumas konkuruojant su kitomis sveikatos priežiūros specialistus ruošiančiomis aukštosiomis mokyklomis.

„Į modernias laboratorijas yra integruotos įvairios technologijos: dirbtiniu intelektu grįsti skaitmeniniai įrankiai, pavyzdžiui, robotai, telemedicina. Turime skaitmeninę įrangą, vadinamąją telemetrinę platformą – tai



KLAIPĖDOS VALSTYBINĖS KOLEGIJOS DEKANĖ  
DR. ASTA MAŽIONIENĖ:

- Į modernias Kolegijos laboratorijas yra integruotos įvairios technologijos. Turime skaitmeninę įrangą, vadinamąją telemetrinę platformą – tai skaitmeniniai įrankiai, matuokliai, kurie telefonų ir planšetinių pagalba leidžia stebėti bei vertinti pacientų būklę realiu laiku.

skaitmeniniai įrankiai, matuokliai, kurie telefonų ir planšetinių pagalba leidžia stebėti bei vertinti pacientų būklę realiu laiku, – pasakoja dekanė. – Šiandien atėjus į darbą, praktikoje tokių naujovių gali dar ir nebūti, bet neilgai trukus to prireiks. Naujovės sveikatos priežiūros įstaigose ima atsirasti. Medicina sparčiai žengia inovacijų keliu“, – KVK pranašumus vardija dr. A.Mažionienė.

Mokymosi tikslais kolegija turi įsigijusi ir greitosios pagalbos automo-



KLAIPĖDOS VALSTYBINĖS KOLEGIJOS DIREKTORIUS  
DR. REMIGIJUS KINDERIS:

- Mūsų dėstytojai studentams atneša gyvenimišką patirtį. Jie ateina dirbti vedini noro užauginti naują stiprią sveikatos priežiūros specialistų kartą, tad stengiasi studentus pritraukti ir į savo darbovietę. Todėl baigę studijas absolventai neretai išeina ne tik įgiję diplomus, bet ir darbo vietą.

bilį, kurį pavertė mobilią, skaitmeninę sveikatos laboratoriją su įtaisyta mobilią medicininę įrangą, mobiliąsiais prietaisais pacientų sveikatos būklės stebėsenai, vertinimui ir testavimui realiu laiku. Taip pat ne mažiau pažangiai įrengta burnos priežiūros laboratorija, kuri taip pat gausi moderniausios gydymo įrangos. Dekanė pasakoja, kad kolegija turi įsigijusi ir robotą, kuris pasitarnauja įvairiose socialinėse grupėse teikti paslaugas.

„Stebime pažangios įrangos rinką ir stengiamės tai diegti pas mus, nors tai nebūtinai jau yra praktiškai taikomas gydymo įstaigose. Stengiamės užbėgti naujovėms už akių ir visada išlikti žingsniu priekyje, – kalba dr. A.Mažionienė. – Šiuolaikiniams studentams daug įdomiau ir patraukliau mokytis naudojant virtualias programas. Viena jų – 3D žmogaus anatomijos programa.“

## Skatina tarptautiškumą

„Be studijų tarptautiškumo modernumas neįmanomas“, – įsitikinusi dr. A.Mažionienė. Taigi pastarasis – dar vienas konkurencinis pranašumas, kuo Klaipėdos valstybinė kolegija lenkia kitas ugdytojas įstaigas.

Studentai turi daug galimybių išvykti praktikoms į užsienį. Neseniai jie turėjo galimybę apsilankyti viename stipriausių Taivano slaugos universitetų, kur buvo rengiama mokslo stovykla.

„Studentai dvi savaites dalinosi praktinėmis patirtimis ir mokėsi netradicinės medicinos kartu su studentais iš Australijos, Amerikos, Korejos. Prieš akis – kovą vykianti simuliacijos savaitė Lenkijoje. Vienam didžiausių Krokuvos universitetų vykiančiame renginyje susirinko studentai iš Europos. Čia jie mokysis valdyti įvairias simuliacijas, dėstytojai dalinsis patirtimis“, – apie bendradarbiavimą tarptautiniu lygiu pasakoja dekanė, įsitikinusi, jog Klaipėdos valstybinė kolegija suteikia visus įrankius atverti langą į platų sveikatos mokslų pasaulį.





# Alma Mater 2025

## Kauno kolegijos Medicinos fakulteto stiprybė – šimtametė patirtis

KAUNO  
KOLEGIJA



### Verta žinoti:

#### KK MF realizuojama 13 studijų programų:

- Akušerija.
- Bendrosios praktikos slauga.
- Dietetika.
- Farmakoteknika.
- Biomedicinos diagnostika.
- Radiologija.
- Ergoterapija.
- Kineziterapija.
- Burnos higiena.
- Dantų technologija.
- Odontologinė priežiūra.
- Kosmetologija.
- Skubioji medicinos pagalba. ●

Istorinis paveldas liudija šios įstaigos spartų augimą ir nuolatinę pažangą. Per 105 veiklos metus Fakultetas išsiplėtė, įrengė modernias edukacines erdves, laboratorijas ir praktinio mokymo bazes. Per šį laiką buvo parengta daugiau nei 36 tūkst. įvairių kvalifikacijų sveikatos priežiūros specialistų.

Šiuo metu Kauno kolegijos Medicinos fakultete siūloma 13 studijų programų, o fakultete studijuoja daugiau nei 1,2 tūkst. studentų. Kasmet išleidžiama apie 500 absolventų, pasirodusių prisidėti prie sveikatos priežiūros sektoriaus plėtros.

#### Dėmesys studijų kokybei

KK MF teikiamos studijų programos nuolat patenka tarp geriausių sveikatos priežiūros specialistų rengimo programų Lietuvoje. Tai liudija kasmetiniai reitingai, kuriuose fakulteto studijų programos užima lyderiaujančias pozicijas. Fakultete didelis dėmesys skiriamas studijų kokybei ir nuolatiniam jos gerinimui, taikant įvairias strategijas bei priemones.

Ypač svarbus vaidmuo, teikiant šias programas, tenka dėstytojų vykdomai profesinei veiklai bei specialistų poreikių tyrimams, kurie leidžia tiksliai nustatyti darbo rinkos reikalavimus ir tendencijas. Be to, fakultetas užtikrina nuolatinį grįžtamąjį ryšį su sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų įstaigomis bei darbdaviais, kas leidžia kryptingai planuoti studijų turinio atnaujinimą ir pritaikymą, kad jis atitiktų šiuolaikinės rinkos poreikius.

#### Akcentas – praktiniams įgūdžiams ugdyti

KK MF daug dėmesio skiria prakti-



Kauno kolegijos Medicinos fakultetas (KK MF), anksčiau žinomas kaip Kauno medicinos mokykla, užgyveno pasididžiavimo vertą istoriją. Veiklą pradėjęs dar 1920 metais, kai profesorius akušeris-ginekologas Pranas Mažylis organizavo pirmuosius akušerių ir medicinos seserų kursus, šiandien Fakultetas skaičiuoja daugiau nei šimto metų patirtį rengiant sveikatos priežiūros specialistus.

### Komentaras:



Kauno kolegijos Medicinos fakulteto prodekanė studijoms  
**dr. Lijana Navickienė:**

- Tvirtas bendradarbiavimas su socialiniais partneriais, dėstytojų profesinė patirtis bei akademinės veiklos derinimas su darbu sveikatos priežiūros įstaigose suteikia galimybę aktyviai dalyvauti sprendžiant visuomenės sveikatos klausimus. Fakultete vykdomi įvairūs projektai, savanoriškos iniciatyvos, konsultacinės ir užsakomųjų paslaugų veiklos atspindi mūsų bendruomenės lankstumą, dėstytojų profesionalumą bei motyvaciją prisidėti prie visuomenės sveikatos gerinimo. Skatiname studentus įsitraukti į švietimo, mokymo bei sveikatinimo veiklas, dalyvauti tyrimuose. Tokios iniciatyvos ne tik plečia studentų gebėjimus, bet ir stiprina praktinius įgūdžius. Fakulteto aplinka skatina bendradarbiavimą, kūrybiškumą ir atsakingą požiūrį į profesinę veiklą, todėl mūsų studentai yra pasirengę tapti aukštos kvalifikacijos specialistais, gebančiais prisidėti prie visuomenės gerovės kūrimo. ●

niam mokymui: studentai praktinius įgūdžius plėtoja moderniai įrengtose laboratorijose, specializuotose kabinetuose, simuliacinėse klasėse bei realiose sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų įstaigose. Fakultetas bendradarbiauja su daugiau nei 200 Lietuvos gydymo ir socialinės globos įstaigų, kuriose studentai įgyja ne tik profesinių gebėjimų, bet ir darbo su pacientais bei klientais patirties. Ši praktinė veikla sudaro sąlygas studentams tobulinti profesinius įgūdžius, įgyti pasitikėjimo savo gebėjimais bei geriau suprasti darbo rinkos poreikius.

Studentų praktinių įgūdžių stiprinimas paremtas glaudžiu bendradarbiavimu su socialiniais partneriais, kurie padeda užtikrinti aukštą praktikų kokybę. Fakultetas plėtoja mentorystės sistemą, kurios dėka studentai praktikų metu gauna nuoseklią profesinę pagalbą ir konsultacijas iš patyrusių specialistų. Siekiant užtikrinti nuolatinį mentorių kompetencijų ugdymą, kasmet parengiama apie 50 naujų praktikų vadovų mentorių, kurie padeda studentams įtvirtinti teorines žinias realiose darbo situacijose. Praktikos kokybė nuolat stebima organizuojant studentų apklausas bei tiesioginius fakulteto administracijos ir dėstytojų vizitus į praktikų atlikimo vietas.

Didelis dėmesys skiriamas ir papildomoms galimybėms, leidžiančioms studentams gilinti profesines kompetencijas. Fakultete aktyviai vykdoma savanoriška veikla, studentai dalyvauja tiek nacionaliniuose, tiek tarptautiniuose projektuose, o studijų procesas neretai peržengia tradicinės edukacinės aplinkos ribas.

Fakultetas taip pat aktyviai skatina mokymąsi visą gyvenimą. Svei-

katos priežiūros specialistams siūlomas platus neformaliojo švietimo programų spektras, skirtas profesinių kompetencijų tobulinimui. ●

**PARENGĖ GRETA VANAGIENĖ**

### Komentaras:



Kauno kolegijos Medicinos fakulteto dekanas  
**Julius Dovydaitis:**

- Studijos sveikatos priežiūros srityje suteikia ne tik išsamių teorinių žinių, bet ir vertingos praktinės patirties, padedančios spręsti visuomenės sveikatos iššūkius bei kurti teigiamus pokyčius socialinėje aplinkoje. Mūsų fakultetas ypatingą dėmesį skiria profesinių žinių, požiūrių ir patirties dalijimuisi, nes tai yra viena pagrindinių jo stiprybių ir vertybių. Pasirinkdami sveikatos priežiūros studijas studentai ne tik įgyja profesiją, bet ir tampa svarbia visuomenės dalimi, prisidedančia prie žmonių gerovės bei gyvenimo kokybės gerinimo. Kauno kolegijos Medicinos fakultetas suteikia viską, ko reikia sėkmingai karjerai: kokybiškas studijas, praktinę patirtį bei plačias galimybes augti profesinėje srityje. ●

### Studentų atsiliepimai



Bendrosios praktikos slaugos 2 kurso studentė  
**Ugnė Patlaibaitė:**

- Ypač džiugina situacijos, kai

supranti, kad paskaitų metu įgytas teorines žinias gali pritaikyti praktikoje. Be to, teorinė medžiaga nėra perteklinė, ji kruopščiai atrinkta ir pritaikyta būtent slaugai. Mūsų dėstytojai supratingi, noriai komunikuoja, bendrauja, nebaisiu kreiptis, jeigu iškyla kokių nors klausimų, tad studijų procesas tampa sklandus ir motyvuojantis. Studijuodama bendrosios praktikos slaugą Kauno kolegijoje, galiu siekti akademinį tikslą, esu skatinama augti ir tobulėti, pasinaudoti galimybe tęsti studijas universitete. ●



Ergoterapijos studijų programos 2 kurso studentė  
**Kotryna Banaitytė:**

- Ergoterapijos studijos Kauno kolegijoje orientuotos į praktinius įgūdžius, suteikiančius vertingos patirties realiose situacijose. Praktiką atliekame ligoninėse, reabilitacijos centruose ir kitose

sveikatos priežiūros įstaigose, todėl jau studijų metu įgyjame būsimam darbui reikalingų kompetencijų. Dėstytojai – profesionalūs, supratingi ir visada pasiruošę padėti, o studijų aplinka moderni bei inovatyvi. Auditorijos ir laboratorijos aprūpintos šiuolaikine įranga, naudojamos virtualios realybės technologijos ir reabilitacinės programos. Taip pat suteikiamos galimybės dalyvauti tarptautinėse programose, tokiose kaip „Erasmus+“, leidžiančiose gilinti žinias užsienio universitetuose. Ergoterapeutų paklausa nuolat auga, todėl absolventams atsiveria plačios karjeros galimybės tiek Lietuvoje, tiek užsienyje. ●



## Alma Mater 2025



## Klaipėdos universiteto mokslininkai pataria

# Gyventi ne tik ilgai, bet ir sveikai

 Klaipėdos universitetas



Sima Kazarian

Skaičiuojama, kad lėtinės neinfekcinės ligos atima bent dešimt sveiko gyvenimo metų. Nors niekas neabejoja, jog ilgaamžiškumui įtakos turi geri genai, mokslininkai pabrėžia: jie lemia tik apie 15-30 procentų. Visa kita - mūsų pačių rankose. Tad kokie kasdieniniai įpročiai gali padėti išsaugoti sveikatą ir ilgiau džiaugtis visaverčiu gyvenimu?

Šeimos gydytoja, Klaipėdos universiteto docentė dr. Lolita Rapolienė išvardijo svarbiausius veiksnius.



Kas nenori gyventi ilgai ir sveikai? Ne paslaptis, kad straipsniai apie stebuklingas žoleles ir ilgaamžiškumą garantuojančius preparatus galiausiai paplonina pinigines, bet toli gražu nepailgina gyvenimo. Kartais - net atvirkščiai. Šeimos gydytoja, Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto doc. dr. Lolita Rapolienė, sutiko papasakoti apie kertinius ir mokslo įrodytus dalykus, kurie iš tiesų padeda gyventi ilgai ir, kas svarbiausia - sveikai.

## Verta žinoti:

Kasdien reikia atsižvelgti į keletą dalykų, kad palaikytume savo ir ateinančių kartų sveikatą.

- **Atsisakyti perdirbto maisto.** Pirmiausia doc. dr. L.Rapolienė ragina sumažinti perdirbto ir konservuoto maisto vartojimą.
- **Nesaugus vanduo.** „Svarbu gerti saugų vandenį, taip išvengiant sunkiųjų metalų, mikroplastiko ar chloro tarpinių produktų, kurie gali sutrikdyti hormonų pusiausvyrą organizme“, - įspėja pašnekovė.
- **Valymo priemonės.** „Rinkimės kuo natūralesnes valymo ar asmeninio naudojimo priemones. Daugelis namų priežiūros produktų ar kosmetikos priemonių turi endokrininę, imuninę sistemą trikdančias medžiagas“, - sako gydytoja doc. dr. L.Rapolienė.
- **Vengti plastiko.** Gydytoja skatina kiek įmanoma sumažinti plastiko naudojimą, nes mikroplastikas ir bisfenolis A iš plastiko gali trikdyti hormonų veiklą.
- **Oro kokybė.** „Įvertinti reikia ir oro kokybę - tiek vidaus, tiek lauko oro užterštumas pelėsiu, dulkeimis, baldų cheminėmis medžiagomis skatina alergijų vystymąsi ir autoimunines reakcijas. Padėti gali oro valymo sistemos, tinkama ventiliacija“, - patarė gydytoja doc. dr. L.Rapolienė.
- **Sunkieji metalai.** „Taip pat svarbu vengti sunkiųjų metalų, - įspėjo pašnekovė. - Gyvsidabris, švinas ir kadmis iš jūros gėrybių ir iš kitų su industrija susijusių medžiagų neigiamai veikia sveikatą. Kviesčiau rinktis organinius, vietinius maisto produktus. Pesticidų liekanos neorganiniame maiste yra susijusios su sveikatos rizikomis, ypač vaikams.“



“  
**ŠEIMOS GYDYTOJA,  
 KLAIPĖDOS UNIVERSITETO  
 DOC. DR. LOLITA RAPOLIENĖ:**

**- Socialiniai ryšiai, stiprūs tarpusavio santykiai ir socialinė sąveika gerina psichinę sveikatą bei ilgaamžiškumą, mažina stresą. Vienišumas ir izoliacija susiję su didesne širdies ir kraujagyslių ligų rizika bei demencija.**

## Hidracija

Kaip pirmą ir būtiną sveikatos veiksnį doc. dr. L.Rapolienė įvardijo pakankamą vandens vartojimą. Vanduo palaiko smegenų, širdies, plaučių, virškinimo sistemos bei raumenų veiklą: „Kiekvienai kūno ląstelei reikia vandens. Sveikos ir tvirtos mitybos rekomendacijose nurodomas būtinas vandens kiekis - 6-8 stiklinės per dieną, tačiau individualūs poreikiai gali skirtis, priklausomai nuo svorio, ūgio, amžiaus ir kitų veiksnių.“

## Mityba

Anot gydytojos doc. dr. L.Rapolienės, kitas svarbus ilgo ir sveiko gyvenimo veiksnys, kurį galime patys kontroliuoti, - subalansuota mityba. „Maistas turi būti neperdirbtas, gausus skai-

## Svarbu:

### Sveikatos priežiūros atmintinė

- **Kasmet ar kas dvejus metus:** atlikti kraujo tyrimus (bendrą kraujo, šlapimo, vitamino D, mineralų, cholesterolio, gliukozės kiekį), kad būtų galima anksti nustatyti galimas sveikatos rizikas, patikrinti regą.
- **Kasmet:** patikrinti burnos ertmę, kūno odą ir gleivines, atlikti krūtų, periferinių limfmazgių apčiuopą, kraujospūdžio matavimą, EKG, ginekologinę apžiūrą,

sekti kūno svorio dinamiką.

- **Kas keletą metų ar priklausomai nuo rizikų:** dalyvauti profilaktinėse programose, skirtose širdies-kraujagyslių ligų, gimdos kaklelio, krūties, storosios žarnos ir prostatos vėžio prevencijai, atlikti plaučių rentgenologinį ištyrimą.

- **Esant sveikatos sutrikimui:** nelaukti prevencinės programos ar kito tinkamo laiko, o nedelsiant kreiptis į gydytoją. ●

dulų, liesų baltymų ir sveikųjų riebalų, kurie mažina lėtinę ligų, tokių kaip širdies ir kraujagyslių, cukrinio diabeto bei nutukimo riziką“, - vardijo doc. dr. L.Rapolienė ir įspėjo, kad perdirbto maisto, prisotinto cukraus ir transriebalų vartojimas susijęs su uždegimu ir metabolinėmis ligomis.

## Fizinis aktyvumas

Reguliarus fizinis aktyvumas stiprina širdies ir kraujagyslių sveikatą, imuninę sistemą, gerina medžiagų apykaitą ir pažintinę funkciją. „Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja bent 150 minučių per savaitę vidutinio intensyvumo aerobinę veiklą, - atkreipė dėmesį pašnekovė. - Vaikščiojimas, tempimo pratimai ar kita mankšta gerina kraujo ir limfos apytaką, mažina raumenų įtampą ir padeda išvengti sustingimo.“

## Kokybiškas miegas

Ilgo bei sveiko gyvenimo veiksnys yra ir kokybiškas miegas apie 7-9 val. per parą. Ignoruodami šią būtiną sveikatai sąlygą rizikuojame širdies ligomis, nutukimu, pažintinių funkcijų blogėjimu.

## Streso valdymas

Lėtinio streso metu didėjantis

hormono kortizolio lygis neigiamai veikia imuninę sistemą, smegenų funkciją ir viso organizmo sistemą. „Laiko valdymo strategijos, užduočių suskirstymas į mažesnius etapus, realių tikslų nustatymas gali mažinti stresą“, - tvirtino ji.

Gydytoja pabrėžia, kad svarbu kasdien rasti laiko pabūti gamtoje. „Skaitymas, dienoraščio rašymas, tapyba, sodininkystė, muzika, net juokas gali atitraukti mintis ir skatinti atsipalaidavimą“, - vardijo mokslininkė.

## Socialiniai ryšiai

„Vienišumas ir izoliacija susiję su didesne širdies ir kraujagyslių ligų rizika bei demencija“, - įspėjo doc. dr. L.Rapolienė.

## Toksiškų medžiagų vengimas

Paskutinis, bet toli gražu ne mažiau svarbus veiksnys - kenksmingų medžiagų vengimas. „Rūkytas, alkoholio, perteklinių vaistų vartojimas greitina amžėjimą, silpnina imuninę sistemą ir didina ligų riziką“, - aiškino docentė.

## Papildai, mineralai, vitaminai...

Gydytoja doc. dr. L.Rapolienė teigia, kad daugumą maisto medžiagų

## Komentaras:



**Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto dekanė  
 prof. dr. Rita Vaičekauskaitė:**

Šiandieniam pasaulyje žmogaus sveikatos išlaikymas ir aktyvus gyvenimo būdas, apie kurį kalba ir fakulteto doc. dr. Lolita Rapolienė, sulaukia vis daugiau mokslininkų ir sveikatos priežiūros specialistų dėmesio. Holistinis požiūris į žmogaus sveikatą, kuriuo vadovaujasi fakultetas, atsispindi ir jo siūlomose studijų programose.

„Visos studijų programos apima teorinius ir praktinius mokymus, kuriuos veda aukštos kvalifikacijos dėstytojai bei praktikai. Modernios laboratorijos ir simuliacinės priemonės suteikia studentams galimybę įgyti praktinių įgūdžių, o bendradarbiavimas su gydymo įstaigomis leidžia įgauti realios darbo patirties“, - aiškina dekanė.

Fakultete populiarios slaugos, visuomenės sveikatos, radiologijos, kineziterapijos bakalauro studijų programos bei magistrantūros studijos, tokios kaip sveikatos priežiūros vadyba, kalbos ir kalbėjimo terapija ir papildomai bei alternatyvioji sveikatos priežiūra. Klaipėdos universitetas - vienas iš dviejų Lietuvoje, rengiančių laisvalaikio sporto, fizinio aktyvumo ir sporto pedagogikos specialistus, padedančius visuomenei išlaikyti aktyvų gyvenimo būdą.

Taip pat siūloma socialinio darbo ir krizių intervencijos programa, ruošianti specialistus, padedančius žmonėms įvairiose socialinės rizikos situacijose.

„Naujos studijų programos - išplėstinės praktikos slauga ir ergoterapija - sulaukė didelio susidomėjimo. Ergoterapijos studentai mokosi stiprinti žmonių sveikatą ir kasdienius įgūdžius po patirtų traumų, o išplėstinės praktikos slaugos programa stiprina slaugytojų kompetencijas“, - džiaugiasi prof. dr. R.Vaičekauskaitė.

Studijos KU Sveikatos mokslų fakultete suteikia ne tik aukštąjį išsilavinimą, bet ir vertingą praktinę patirtį. Fakultetas nuolat tobulina programas pagal naujausias sveikatos priežiūros tendencijas ir darbo rinkos poreikius, o absolventai sėkmingai įsidarbina Lietuvoje ir užsienyje. ●

mums turėtų suteikti subalansuota dieta. Ji pataria vengti perteklinio multivitaminų vartojimo, kad nesukauptume per didelį kiekį riebaluose tirpių vitaminų A, E, K.

„Venkime nemotyvuoto antioksidantų vartojimo, nes didelės dozės sintetinių antioksidantų gali sąveikauti su natūraliais organizmo gynybos mechanizmais. Pakenkti gali nereguliuojamas augalinių preparatų naudojimas, nes kai kurie gali sąveikauti su vartojamais vaistais, efektas nepagrįstas mokslu“, - įspėja pašnekovė. ■



# Renkantis profesiją svarbiausia mokėti... klysti

Rasa Kasperavičiūtė-Martusevičienė

## Bijo suklysti

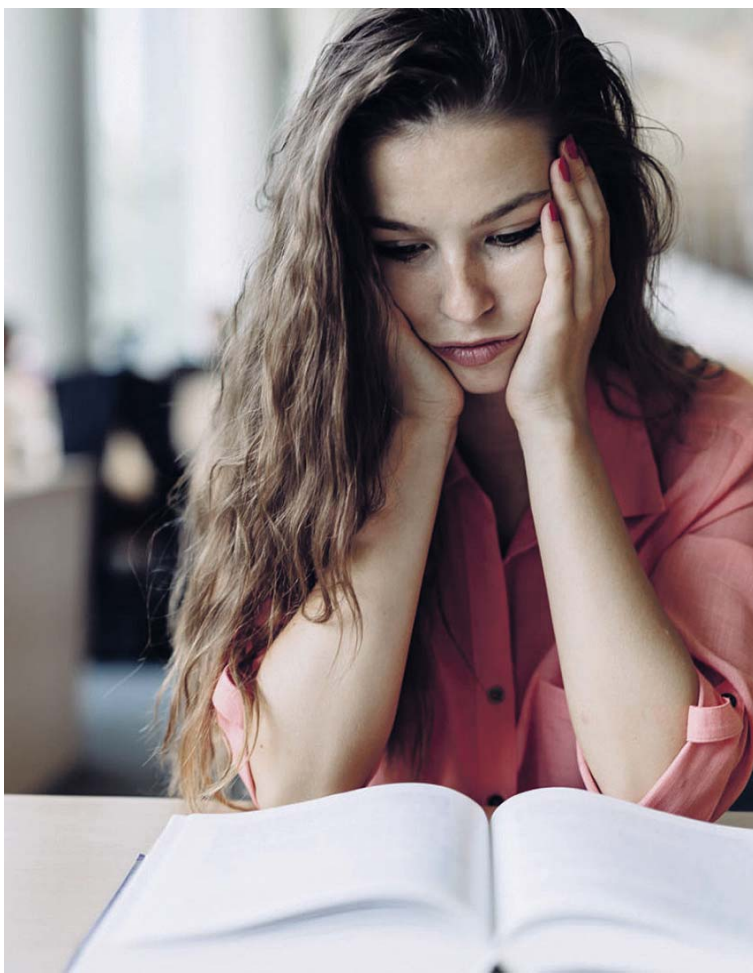
„Daugelis jaunuolių specialybės pasirinkimą suvokia kaip „mirk arba gyvenk“ sprendimą - tarsi viena klaida užkirstų kelią sėkmingam gyvenimui“, - pastebi psichologė Agnė Vaiciukevičienė.

Nerimą, anot pašnekovės, kelia tai, kad stresas neretai virsta rimtomis psichologinėmis problemomis. „Jei vaikas tapo dirglesnis, jautresnis, verksmingesnis arba, priešingai, piktesnis, vertėtų atkreipti dėmesį ir skirti daugiau laiko pokalbiui, stebėsenai ar diskusijoms būdu kartu paieškoti pagalbos priemonių“, - įspėja specialistė.

Pavojaus ženklai gali pasireikšti ir fiziniiais sutrikimais: „Nerimo ar panikos atakos, miego sutrikimai, galvos ar pilvo skausmai be aiškios priežasties, pakitęs apetitas, išbaļęs, pavargęs veidas rodo, kad stresas tapo netoleruojamas.“

Psichologė siūnčia žinią tėvams: šiuo sunkiu laikotarpiu svarbu tapti vaiko ramybės uostu, o ne papildomu streso šaltiniu.

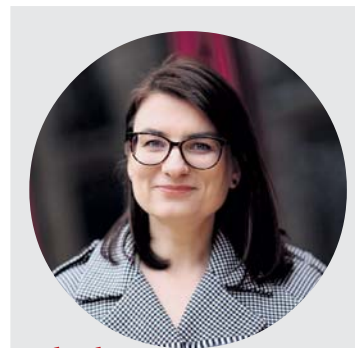
„Jau žinai, kur stosi?“ - klausimas, verčiantis krūptelėti ne vieną moksleivį. Psichologai pastebi, kad daugelis jaunuolių į šį sprendimą žiūri kaip į lemtingą gyvenimo posūkį, nors realybė rodo ką kita - šiandieniam pasaulyje karjeros kelias dažnai vingiuoja netikėtomis kryptimis. Apie patiriamą spaudimą ir tai, kaip padėti jauniems žmonėms apsispręsti, - psichologų, karjeros specialistų ir tėvų patirtys.



„Nebijoti suklysti - toks pagrindinis patarimas jaunimui, renkantis ką studijuoti. Išmoki klysti ir keistis, pasak jų, - galbūt svarbiausia gyvenimo pamoka.“

mas dvyliktoje klasėje - ne pasaulio pabaiga. Žmonės persikvalifikuoja, keičia kryptį, atranda save netikėtose srityse. Šiuolaikiniame pasaulyje karjera - tai kelionė, o ne galutinė stotelė“, - ramina A.Žilevičienė.

Specialistė siūlo vadovautis keliais pagrindiniais aspektais: „Reikėtų pasižiūrėti, kas gerai sekasi. Jeigu patinka kosmosas, bet su fizika prastai, ko gero, kils problemų. Kita vertus, mano patarimas vis tiek būtų rinktis tai, kas patinka. Juk pastudijavus tą sritį, jaunas žmogus galės pasakyti: pamėginau, patyrinėjau. Išbandžius vieną šaką, vėliau visada galima pereiti į gretutinę šaką, jei pirminė kryptis nepatiko. Mūsų gyvenimas ir pasaulis greitai



VILNIAUS JOACHIMO LELEVELIO INŽINERIJOS GIMNAZIJOS KARJEROS SPECIALISTĖ  
ARIADNA ŽILEVIČIENĖ:

- Vaikai jaučia baimę, kad pasirinkt blogai. Tačiau noriu pabrėžti, kad pasirinkimas dvyliktoje klasėje - ne pasaulio pabaiga. Žmonės persikvalifikuoja, keičia kryptį, atranda save netikėtose srityse. Šiuolaikiniame pasaulyje karjera - tai kelionė, o ne galutinė stotelė.

mas kyla dėl aplinkos spaudimo“, - pasakoja M.Kriščiūnas.

„Vienas renkasi tokią specialybę, kuri uždirbs daug pinigų. Kitas - tą, kurioje gali save geriausiai įprasminti. Dar kitas nori ką nors sukurti, pastatyti, - apie tai, kad galiausiai sprendimą priima pats jaunuolis, kalba psichologas. - Verta suprasti ir tai, kad žmogaus prioritetai keičiasi, ir tai normalu. Svarbu priimti, kad galiu suklysti, nes nesu savęs iki galo pažinęs. Išmoki klysti ir keistis - galbūt svarbiausia gyvenimo pamoka.“

## Stresuoja ir tėvai

„Stresas tokiu sudėtingu metu patiria ir vaikai, ir tėvai, - atvirauja Lietuvos tėvų forumo tarybos narys Kęstutis Mikolajūnas. - Vaikai žiūri į tėvus, tėvai bando padėti, bet nebūtinai tai, kas suveikė jų patirtyje, galioja šiandien. Kadangi variantų gausu, apsispręsti nėra paprasta, o streso ir neuztikrintumo tikrai yra daug.“

Jis pastebi, kad profesinę kryptį besirenkantiems moksleiviams dažnai nepakanka brandos ir patirties. „Ne visi vaikai net tėvų darbuose yra buvę ir tiksliai žino, ką jie dirba. Vaikai mato mokytojus mokyklose, gydytojus poliklinikoje, pardavėjus prekybos centruose, bet tai tik nedidelis profesijų spektras. O jau dešimtoje klasėje tenka pasirinkti profesijos kryptį ir mokomuosius dalykus... Tai čia toks loterijos elementas“, - sako K.Mikolajūnas.

„Kol profesija „kabo ant pakabos“, ji atrodo vienaip, bet kai ją pasimatuoja, įspūdis keičiasi. Reikėtų išsikelti tikslą išbandyti bent dešimt profesijų, bet ar mokyklos sudaro tam sąlygas?“ - klausia tėvų atstovas. ●

## Patarimai:

### Moksleiviams

- Supraskite, kad specialybės pasirinkimas nėra galutinis ir negrįžtamas sprendimas. Šiuolaikiniame pasaulyje žmonės keičia profesijas kelis kartus per gyvenimą.
- Išnaudokite savanorystės, vasaros darbų, praktinių galimybes profesijoms pažinti.
- Ieškokite profesijos, kuri atitinka jūsų stiprybes ir interesus.
- Klauskite savęs ne tik „ką noriu dirbti?“, bet ir „kaip noriu jaustis dirbdamas?“, „kokiame

aplinkoje noriu praleisti didžiąją dalį dienos?“.

- Jei patiriate didelį nerimą, nebijokite kreiptis į tėvus, mokyklos psichologą, „Jaunimo liniją“ ar karjeros konsultantą.

### Tėvams

- Leiskite vaikams priimti savarankiškus sprendimus, bet būkite šalia ir palaikykite.
- Padėkite vaikui išbandyti įvairias profesijas - susitarkite dėl „šešėliavimo“ dienos su savo pažįstamais įvairiose profesijose, pasidalinkite savo darbo patirtimi.

lia, patarkime, bet kartu ir leiskime jiems būti savimi.“

### Dauguma neapsisprendę

Siekiant stiprinti profesinio orientavimo sistemą nuo 2022 metų rugsėjo bendrojo ugdymo mokyklose, profesinio mokymo įstaigose įsteigti karjeros specialistų etatai. Šie konsultantai dirba kaip pagalbos mokiniui specialistai, didžioji jų darbo dalis yra skirta tiesioginiam darbui su mokiniais.

„Gimnazistams priklauso viena valanda privalomų individualių konsultacijų per metus. Bet tie, kurie ieško pagalbos, ateina tikrai ne vieną kartą. Vieni konsultuojasi dėl

pasirenkamų dalykų, kiti prašo karjeros testų - dauguma moksleivių nerimauja ir turi klausimų“, - pasakoja Vilniaus Joachimo Lelevelio inžinerijos gimnazijos karjeros specialistė Ariadna Žilevičienė. Konsultantė identifikuoja dvi moksleivių grupes: „Vieni nuo ankstyvos paauglystės žino, kad nori būti gydytojais, sportininkais, mokytojais - turi svajonę. Tačiau yra didelė grupė, kuri visai nežino arba turi daug variantų.“

Įdomu tai, kad sunkumų patiria abi grupės - tiek turintys aiškias kryptis, tiek neapsisprendę. „Vaikai jaučia baimę, kad pasirinkt blogai. Tačiau noriu pabrėžti, kad pasirinkti

- Klausykite vaikų lūkesčių ir svajonių be išankstinių vertinimų. Kartais svarbiausias dalykas, kurio ieško jaunuolis - tiesiog būti išgirstas ir supastas.

### Švietimo sistemai

- Svarbu modernizuoti karjeros konsultavimo procesą, suteikiant moksleiviams daugiau galimybių praktiškai išbandyti įvairias profesijas.
- Plėsti karjeros konsultantų tinklą, užtikrinant, kad kiekvienas mokinys gautų ne tik formalią konsultaciją, bet ir nuolatinę, sistemingą palydą. ●

keičiasi. Svarbiausia - išmoki gyventi tame nuolatiniame pokytyje.“

### Sprendžia pats

„Jaunimo linijos“ Kauno padalinio vadovas, psichologas Mykolas Kriščiūnas pastebi, kad kasmet mokslo metams besibaigiant linija sulaukia daugiau dėl mokslo ir karjeros nerimaujančių mokinių skambučių.

„Jaunas žmogus nežino, ką gyvenime norės veikti po kurio laiko, bet apsispręsti reikia dabar. Nerimas kyla būtent dėl to, kad sunku suprasti, kas būtų geriausia, ypač kai įsivaizduojama, kad šią profesiją renkuosi visam gyvenimui. Toks įsivaizdavimas



PSICHOLOGĖ  
AGNĖ VAICIUKEVIČIENĖ:

- Tėvų vaidmuo yra kritiškai svarbus. Kai jie bando įgyvendinti savo neišsipildžiusias svajones per vaikus, tai gali sukelti gyvenimą keičiančias pasekmes. Iš klausykite, priimkite, supraskite, drąsinkite. Vaikai klysi, kaip klydome ir mes. Palydėkime juos jų pasirinktu keliu, būkime šalia, patarkime, bet kartu ir leiskime jiems būti savimi.

„Tėvų vaidmuo yra kritiškai svarbus. Kai jie bando įgyvendinti savo neišsipildžiusias svajones per vaikus, tai gali sukelti gyvenimą keičiančias pasekmes, - perspėja specialistė. - Iš klausykite, priimkite, supraskite, drąsinkite. Mažiau akcentuokite silpnybes, labiau - stiprybes. Ugdykite suvokimą, kad sunkumai ir klaidos tėra gyvenimo pamokos, o ne asmenybės defektai. Vaikai klysi, kaip klydome ir mes. Palydėkime juos jų pasirinktu keliu, būkime šalia



## Alma Mater 2025



# Pusės milijono eurų vertės dovana ateities mokslininkams

Lietuvos biotechnologijų sektoriui švenčiant penkiasdešimt metų jubiliejų, inovacijų lyderiai tiesia ranką jaunajai kartai. Vilniaus universiteto (VU) laboratorijos praturtėjo pusės milijono vertės įranga, kuri padės ugdyti rytojaus mokslo žvaigždes. Įspūdinga dovana – ne tik pasiekimų pripažinimas, bet ir užtikrintas bilietas į globalią mokslo areną, kur Lietuva jau šiandien skina laurus.

## Verslo ir mokslo sinergija

Lietuvos modernių biotechnologijų 50-mečio renginys, vykęs VU Gyvybės mokslų centre (GMC), subūrė biotechnologijų mokslo pradininkus, verslo, valdžios atstovus ir šių dienų mokslininkus, kuriančius šalies biotechnologijų ateitį. Dalyviai turėjo unikalią galimybę susipažinti su GMC laboratorijomis – vieta, kur gimsta naujausias biotechnologijų inovacijos.

Jubiliejaus proga laboratorijose dirbsiantys VU GMC studentai sulaukė ypatingos dovanos – „Thermo Fisher Scientific Baltics“ skyrė modernią tyrimų įrangą ir reagentus, kurių vertė siekia 0,5 mln. eurų. VU atstovai pabrėžia, kad tai investicija ne tik į laboratorijas, bet ir į naujos kartos mokslininkus, kurie kurs rytojaus mokslo sprendimus.

VU rektorius prof. Rimvydas Petrauskas teigia, kad per pastaruosius 50 metų Lietuvos modernių



biotechnologijų sektorius pasiekė įspūdingą pažangą bei pridūrė, jog siekiant išlaikyti konkurencingumą tarptautiniu lygiu būtinos nuolatinės investicijos į studentų praktinį mokymą.

„Ši dovana yra labai svarbi mūsų studentams – jie galės praktiškai išbandyti naujausias technologijas ir tyrimo metodus, įgyti vertingų įgūdžių ir geriau pasiruošti darbui modernių biotechnologijų sektoriuje. Norint pasiekti aukštų rezultatų mokslo ir verslo bendradarbiavimas yra būtinas, tad džiaugiamės, kad turime tokią galimybę ir kartu

galime siekti aukščiausių tikslų“, – sako prof. R. Petrauskas.

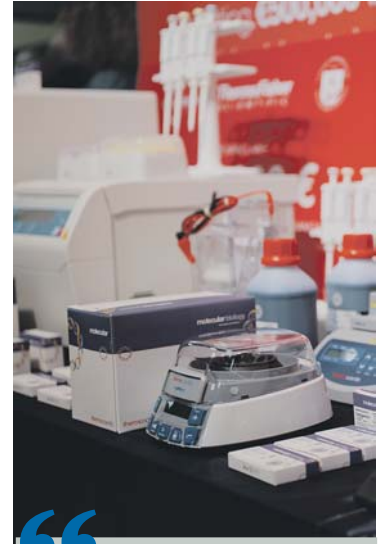
„Thermo Fisher Scientific Baltics“ generalinio direktoriaus Justo Plankio nuomone, ši investicija parodo, kad kompanija mato didelę prasmę investuoti į jaunuosius mokslininkus.

„Aukštos kokybės studijos yra būtina sąlyga, kad Lietuvos modernių biotechnologijų sektorius išliktų konkurencingas. Nuosekliai bendradarbiaujame su Vilniaus universitetu, nes būtent jaunoji karta kurs pasaulį keičiančias ateities inovacijas“, – pažymėjo „Thermo Fisher Scientific Baltics“ vadovas.

## Svarbus biotechnologijų sektorius

Ekonomikos ir inovacijų ministras Lukas Savickas renginyje pabrėžė, kad verslo, akademinės bendruomenės ir valstybės bendradarbiavimas itin svarbus siekiant užtikrinti biotechnologijų sektoriaus augimą.

„Biotechnologijos – viena sparčiausiai augančių aukštos pridėtinės vertės sričių mūsų šalyje: Lietuvoje dirba daugiau nei 50 biotechnologijų įmonių, iš kurių daugelis eksportuoja produkciją į daugiau nei 100 pasaulio šalių, sektorius eksporto vertė viršija 2 mlrd. eurų. Vyriausybės programoje numatoma spartin-



“  
Lietuvos modernių biotechnologijų 50-mečio proga VU Gyvybės mokslų centre dirbsiantys VU GMC studentai sulaukė ypatingos dovanos – „Thermo Fisher Scientific Baltics“ skyrė modernią tyrimų įrangą ir reagentus, kurių vertė siekia 0,5 mln. eurų. Nuotraukoje (iš kairės): VU rektorius prof. Rimvydas Petrauskas, „Thermo Fisher Scientific Baltics“ generalinis direktorius Justas Plankis ir ekonomikos ir inovacijų ministras Lukas Savickas.

ti investicijas į šį sektorį, o tai gera žinia visai mokslo bendruomenei bei Lietuvos ekonomikai.”

Šiuo metu VU GMC studijuoja daugiau kaip 1 tūkst. studentų. Didžioji jų dalis galės naudotis nauja laboratorine įranga. „Thermo Fisher“ mokymais laboratorijas aprūpina ir studijų darbams reikalingais reagentais, kurie yra gaminami kompanijos padalinyje Vilniuje. ●

PARENGĖ AMELIJA TRUMPYTĖ

## Raminta Popovienė: paruošime dar daugiau specialistų!

Atkelta iš 1p.

Na, o rezidentūros bazės skatinamos įvertinti tikruosius poreikius, kiek gydymo įstaigoms rezidentų iš tiesų reikia.

**- Kas galėtų sumažinti jaunų, ką tik studijas pabaigusią specialistų migraciją į užsienį?**

- Paskatinti likti Lietuvoje gali ne tik darbo vietos, deramas darbo užmokestis, bet ir paramos ar pritraukimo priemonės, pavyzdžiui, studijų kainos apmokėjimas būsimiems specialistams, kurias galėtų taikyti sveikatos priežiūros įstaigos, savivaldybės. Šiuo klausimu daug prisideda savivalda, sudarydama su jau besimokančiais studentais sutartis, užtikrindama būstą, apmokėdama kelionės išlaidas, mokėdama stipendijas. Savivaldos vaidmuo ištis svarbus ir didelis, nes jos atstovai geriausiai mato, ko labiausiai reikia jų savivaldybei.

Medikų bendruomenės vaidmuo taip pat svarbus – medikus vien-

## Dosjė:

- 1994-1995 m. Lietuvos muzikos akademijos Klaipėdos fakulteto muzikos edukologijos magistrė.
- 1988-1994 m. Lietuvos muzikos akademijos Klaipėdos fakulteto muzikos mokytoja-choro dirigentė.
- 1995-1998 m. Klaipėdos Simono Dachto vidurinės mokyklos mokytoja.
- 1998-2000 m. Visagino Česlovo Sasnausko muzikos mokyklos mokytoja.
- 2000-2007 m. Kauno rajono savivaldybės administracijos Kultūros, švietimo ir sporto skyriaus vyriausioji specialistė.
- 2007-2011 m. Kauno rajono socialinių paslaugų centro direktorė.
- 2011-2012 m. Kauno rajono savivaldybės administracijos direktoriaus pavaduotoja.
- 2012-2020 m. Seimo narė.
- 2020-2022 m. Kauno rajono Turizmo ir verslo informacijos centro i.e. pareigas direktorė.
- 2023-2024 m. Kauno rajono savivaldybės vicemerė.
- Nuo 2024 m. Seimo narė.
- Nuo 2024 m. gruodžio mėn. švietimo, mokslo ir sporto ministrė. ●

jančios asociacijos galėtų aktyviau bendradarbiauti su mokyklomis, savivaldybėmis. Tarkim, organizuoti renginius slaugos svarbai pa-

rodyti, kad jaunimas rinktųsi šią profesiją. Visada sveikatos priežiūros institucijas skatiname aktyviau bendradarbiauti su aukštosiomis

mokyklomis, savivaldybėms nustatant specialistų poreikį ir užmezgant ryšį su studentais.

Vis dėlto kiekvienoje profesijoje ypač svarbu palanki darbo aplinka, šiltas kolektyvas, orus atlyginimas.

**- Pakalbėkime apie moksleivius. Valdantieji susirūpinę, kaip integruoti dirbtinį intelektą į jų ugdymo procesą. Jei nemokysime vaikų, kaip naudotis šiuolaikinėmis technologijomis maksimaliai efektyviai, atsiliksime. Tai daryti esą trukdo menkos skaitmeninio raštingumo plėtos galimybės. Kalbama su ironija – mokyklose trūksta elementarių vadovėlių... Ar tikrai mes taip atitolę nuo technologijų?**

- Dirbtinis intelektas į mokyklas ateina sparčiai. Juo naudojasi ir mokiniai, ir mokytojai. Tai – įrankiai, kurie gali padėti mokytojams automatizuoti dalį ugdymo procesų, pavyzdžiui, užduočių vertinimą, grįžtamojo ryšio teikimą. Tokiu būdu daugiau laiko lieka mokytojų kūrybiškumui, individu-

aliam mokinių ugdymui. Be to, dirbtinis intelektas gali būti naudojamas ir individualizuotai mokymosi patirčiai, atsižvelgiant į mokinių gebėjimus ar poreikius.

Pasisakome už atsakingą skaitmeninių technologijų naudojimą. Atnaujintoje informatikos bendrojo ugdymo programoje pakeistas ne tik dalyko pavadinimas, bet atsiranda ir svarbios temos: darbas su duomenimis, dirbtinis intelektas, virtualus mokymasis, saugus elgesys, kibernetinis saugumas. Mokiniai supažindinami ne tik su dirbtiniu intelektu, bet ir su jo galimybėmis ir grėsmėmis. Kaip tik ministerijoje sudarome darbo grupę dėl dirbtinio intelekto atsakingo naudojimo ir tolesnių sprendimų. Mums svarbu, kad ir mokytojai būtų pasirengę saugiai bei atsakingai naudoti dirbtinio intelekto sprendimus, turėtų skaitmenines kompetencijas. Tam buvo vykdomos skaitmeninių kompetencijų stiprinimo veiklos. Tuo keliu ir einame. ●

KALBINO GRETA VANAGIENĖ