



Kunigas
Algirdas Toliatas:

Būkime ne tik stebėtojai, bet ir dalyviai savo gyvenime

Nors Velykos daugeliui pirmiausia siejasi su margučiais, anot kunigo ir vyriausiojo policijos kapeliono Algirdo Toliato (39), visą dėmesį derėtų sutelkti ne tiek į formą, kiek į turinį. Pasak dvasininko, daug svarbiau už margučius, šventintą maistą ar gražias stalo dekoracijas prie stalo sėsti be neapykantos, pykčių ar nuoskaudų. Tarpusavio santykiai ir laikas, skirtas savo artimui, yra tikrosios vertybės, padėsiančios pajusti Velykų dvasią.

2-3 p.

Kodėl operos solistė **Asmik Grigorian** teigia, kad patekti į didžiąsias pasaulio scenas nėra sudėtinga?



Plačiau 5 p.

Be ko savo Velykų neįsivaizduoja aktorė **Eglė Driukaitė-Alesienė** ir kokia jos margučių dažymo paslaptis?



Plačiau 7 p.

Ką jaunajai operos dainininkei **Aistei Pilibavičiūtei** reiškia įvertinimai ir kodėl ji vadinama metų operos viltimi?



Plačiau 10 p.

Kokie iššūkiai netrukus laukia legendinės pramoginių šokių poros **Jūratės ir Česlovo Norvaišų**?

Plačiau 11 p.



Kunigas Algirdas Toliatas: Vertingiausias išlauktas Velykų džiaugsmas

Agnė VAITASJUTĖ-KEIZIKIENĖ

- Dažnai Velykos suvokiamos kaip susidėjimas prie stalo, kiaušinių valgymas, daužymas. Kokia yra tikroji Velykų prasmė?

- Velykos yra tas laikas, kai reikia sustoti, pabūti su savimi, savo išgyvenimais. Šis laikotarpis - tai savotiškas perėjimas per gyvenimo išbandymus, per nesupratimą, išdavystę, nepriėmimą, nekalta apkaltinimą. Kaip padaryti, kad nenusvirtų rankos, kai atrodo, kad viskas aplinkui griūna? Velykinio laikotarpio užduotis ugdyti dvasinę stiprybę kasdienybės turbulencijose. O jei Velykų šventės tėra simbolinės, kai didesnis dėmesys kreipiamas į maistą, margučius, bažnyčios aplankymą ir išpažintį tik tam, kad užsidėtum „varnelę“, jos nepalies širdies gelmių ir nepadarys jokių pokyčių gyvenime. Velykos yra tam, kad, susidūrus su tam tikromis nesėkmėmis, būtume joms jau pasiruošę. Tai savotiška prevencija.

- O kas yra geriau - ar ne-eiti išpažinties vien tam, kad užsidėtum „varnelę“, ar geriau jau iš viso neiti?

- Aš galvoju, kad reikia rasti aukso vidurį. Nueiti išpažinties vien dėl „varnelės“ - mažai kuo naudinga. Kita vertus - neiti visiškai irgi nėra sprendimas. Gal galima kaip nors su savimi susitarti: gerai, dabar ne metas, nes neturiu tam laiko, bet po mėnesio ar dviejų žingsiu labai konkretų žingsnį. Kita vertus, per Velykas prie klausyklų pilna žmonių, todėl ir tos išpažintys būna tokios skubotos, kai nėra laiko nei atsiverti, nei išgirsti, kunigai pervargę, išeina tik toks formalumas. Tai gal iš tiesų verta atidėti kitam kartui. O jei žmogus apskritai ne labai ar visiškai neinantis išpažinties, gal švenčių proga bent su savimi galėtų pasikalbėti, padaryti savo sąžinės savotišką ataskaitą. Pagalvoti apie tai, kas gyvenime labiausiai truko, kas labiausiai skaldo, atskiria nuo kitų žmonių. Kokia kliūtis yra pati didžiausia? Kaip ją galėčiau paveikti, pakeisti? Tai būtų jau labai didelis ir prasmingas žingsnis.

DAŽNAI TO LENGVESNIO KELIO KAINA LABAI DIDELĖ, IR TIK LAIKO KLAUSIMAS, KADA TĄ KAINĄ SUSIMOKĖSIMĖ

- Yra koks nors receptas, kaip savyje atrasti noro apsisivalyti nuo tų neigiamų minčių, nuo neapykantos?

- Yra toks posakis - jei žmogus nenori, tai net Dievas yra bejėgis. O ką jau kalbėti apie kunigus. Be noro nieko nepadarysi, bet mes kartais galime tą norą



Redakcijos archyvo nuotr.

KAI KALBAME APIE VELYKINĮ PASIRUOŠIMĄ, APIE PRIEŠ TAI ESANTĮ PASNINKO LAIKOTARPĮ, KURIS SKIRTAS ŠELPTI, DALINTIS GERUMU, MAN ATRODO, DIDŽIAUSIAS DALYKAS, KUO GALIME DALINTIS - MŪSŲ DĖMESYS IR ŠIRDIS

mos tikslas padėti išgyventi turinį. Tam ji ir yra pritaikyta. Dėl to yra Didžiosios savaitės pamaldos. Didysis penktadienis, šeštadienis, visa liturgija, padedanti žmogui pajauti Velykų dvasią, išgyventi jas su visa emocija, buvimu, širdimi, ausimis ir akimis. Patirti tą Kristaus prisikėlimą, kad būtų galima visa tai pritaikyti savo gyvenime. Ne veltui ir gavėnia trunka daugiau kaip mėnesį. Puikus pavyzdys yra knyga „Mažasis Princas“, kai lapė sako mažajam Princui: „Tu turi mane prisijaukinti. Jei ateisi bet kada, niekada tavęs nelausiu, bet jei pas mane ateisi kiekvieną dieną 16 val., jau valandą prieš aš pradėsiu tavęs laukti“. Tai ir yra pasiruošimas, širdies paruošimas tam, kad galėtum iš tikrųjų išgyventi. Jei ruošiesi Velykoms, tas velykinis džiaugsmas bus kitoks - išlauktas. O jei atsidūrai Velykų rytą ir nutarei eiti į bažnyčią, bus kitaip.

- Bet gal nevėlu pradėti ir nuo Velykų ryto? Ar jei nesiruošei, tai šaukštai jau po pietų?

- Niekada nevėlu. Pamenu, kaip kalbėjo vienos šeimos vyras: „Ir karjerą padariau, ir tą, ir aną, bet vaikai užaugo, iškeliavo, galiausiai ir su žmona nebeturime jokio bendro ryšio. Gyvenimą nugyvenau. Atrodo, gyvenau dėl šeimos, bet iš tikrųjų nieko į ją neinvestavau. O dabar ji iširo“. Tai jam jau vėlu ar nevėlu? Ne. Niekada nevėlu, bet praleistos progos nebegrįžta. Todėl visada yra geriau kažką daryti negu nedaryti nieko. Net jei ir atsidūrai Velykų rytą ir nusprendei eiti į bažnyčią, išnaudok tą laiką. Be pasiruošimo bus sudėtingiau patirti prisikėlimo džiaugsmą, bet vis tiek reikia eiti, žiūrėti, kabintis, pamąstyti, kaip gyvenai toliau.

- O kam iš krikščioniškosios pusės žvelgiant yra skirta antroji Velykų diena?

- Kai anksčiau žmonės, tar-kime, švėsdavo vestuves, jos trukdavo mažiausiai tris dienas. Dėl ko? Nes tai didžiulė šventė, kurią padaro ne kažkas, o mes patys. Tam, kad ją sukurtume, reikia imtis tam tikrų priemonių - patiems pasiruošti, viduje nusiteikti. Šventė yra laikas, kurį gali skirti šeimai, bendruomenei. Tai laikas, kai gali pabėgti nuo interneto, skirti daugiau dėmesio patiems brangiausiems, aplankyti tėvus, iškelti kur nors. Tiesiog pabūti, pabendrauti. Dėl to tos dvi dienos ir duotos, kad žmogui nereikėtų skubėti pulti atgal prie darbų.

- Per Velykas, kaip ir per kitas šventes, daug dėmesio skiriama vaišėms. Kalbėjote apie margutį, ar yra dar kokie nors valgiai, kurie turi tam tikrą krikščioniškąją prasmę?

VELYKOS YRA BENDRYSTĖS, PASITIKĖJIMO, DVASINĖS STIPRYBĖS, MIRTIES IR PRISIKĖLIMO ŠVENTĖ

- Žmonės iš bažnyčios parsineša šventinto vandens. Nusi-neša į velykines mišias valgius, kad juos pašventintų. Tokia tradicija yra ir ji svarbi, bet Velykos yra atleidimo, išiklausymo į kitą žmogų, bendrystės šventė. Šitie dalykai yra patys svarbiausi ir jie turėtų būti didžiausia stalo puošmena. Jei valgiai pašventinti, bet už stalo tvyros pykčiai, nesutarimai, prasilensime su pagrindine idėja.

- Be visų krikščioniškųjų Velykų apeigų, visuomenėje gyva Velykų bobutės tradicija. Ar girdėjote apie tokią?

- Esu girdėjęs, bet man su ja susidurti neteko. Daug bobučių ateina į bažnyčią, bet Velykų bobutės dar nesutikau. Jei rimtai, yra įvairiausių tradicijų. Ar jas reikia palaikyti? Be abejo. Be galo svarbu palaikyti visas tokias gražias tradicijas, nes kartais tiesiog susėsti prie stalo ir sėdėti būna neįmanoma. Tokios tradicijos padeda įprasmiti šventę. Tik svarbiausia viską daryti natūraliai.

- Šiomet Velykos išpuolė per juokų ir melagių dieną - balandžio 1-ąją. Ar bus labai didelė nuodėmė, jei tą dieną pameluosi, pajuokausi?

- Viskas galima, jei tai daroma su dėmesiu ir pagarba. Kuo skiriasi pajuokavimas nuo pasityčiojimo? Tarp šių dviejų dalykų yra labai siaura riba. Pajuokavimas daromas su meile, pagarba kitam, dėmesiu, širdimi. Juokauji dėl kito žmogaus, dėl to, kad nori jį pralinksminti, dėl to, kad tu jį myli. O tyčiojiesi dėl savęs, kad sau malonumą padarytum. Todėl viskas priklauso nuo tikslo - jei jis kilnus ir doras, kodėl gi nepajuokavus?

- O kaip apskritai bažnyčia žiūri į tą vadinamąjį „bal-tąjį“ melą?

- Melas yra melas. Melo kijos trumpos. Balandžio 1-oji daugiau skirta ne melui, o pokštams. Viskas, kas pastatyta ant melo, kerta per pasitikėjimą. Ir tai labai didelė kaina. Klausimas, kurį sau turėtume iškelti, - ar mes norime mokėti tą kainą?

- Kodėl apskritai šią dieną pasaulėje yra tiek daug neapykantos, veidmainiškumo? Kaip su tuo susidoroti?

- Tai nėra lengva užduotis. Kiek reikia energijos ir pastangų, laiko ir atsparumo, kad ką nors sukurtum, užaugintum. Ir kiek energijos reikia tam, kad sugriautum, apkalbėtum, sutryptum. Kartais užtenka paleisti kokią „antį“, pasityčioji. O koks rezultatas - kiek dėmesio gauni. Reitingai auga. Pažiūrėkite, juk blogos naujienos visada pritraukia daugiau žiūrovų. Ilgainiui tuo pradedama piktnaudžiauti. Bet kokią kainą mes sumokame? Juk



Imanto Sidarevičiaus nuotr.

čius, o, kita vertus, - gali labai skaudžiai apsigauti. Gerai, kad žmonės pasitiki, bet reikia dirbti abiejomis kryptimis toliau - ir kad kiekviena didėtu, ir kad kokybės gilėtų. Kita vertus, kokybiški dalykai pritraukia ir kiekybę.

- Jūsų paties pamokslai yra transliuojami gyvai internetu. Kaip manote, ar bažnyčia turėtų eiti koja kojon su šiuolaikiniu žmogumi, taikytis prie jo poreikių, prie jo gyvenimo būdo?

- Mano manymu, turėtų. Nes ir šventajame Rašte parašyta, kad gerasis gyvenimas palieka visą savo bandą, kad surastų paklydusią avelę. Aš jokiū būdu nelyginu šiuolaikinio žmo-

gaus su paklydusia avelę. Noriu akcentuoti tai, kad gerasis gyvenimas yra tas, kuriam rūpi kiekvienas žmogus, nepriklausomai nuo jo požiūrio, orientacijos, politinio nusistatymo, religijos. Kiekvienas žmogus rūpi ir kiekvienas žmogus yra vertybė bei brangenybė. O jei tau tikrai rūpi, vadinasi, turi ieškoti būdų, kokia kalba reikia į jį prabilti, kad tave išgirstų. Kita vertus, jei žmogus savyje neturės alkio ir noro, nieko nebus. Todėl reikia aukso vidurio. Maksimaliai sudaryti galimybę tą žmogų paliesti, bet neatimti galimybės iš jo paties žengti tą žingsnį. Jei tu viską padarysi už jį, užsigauginsi tokį neaktyvų vartotoją.

- Ar bažnyčia ir dvasininkai dabar pakankamai daro, kad paliestų tą šiuolaikinį žmogų, atrastų su juo bendrą kalbą? Juk ne paslaptis, kad bažnyčiose vis tik lankosi daugiau pagyvenusių žmonių...

- Taip, tiesa. Didžioji dalis žmonių yra pagyvenę. Kita vertus, jei pasigilinsime, koks apskritai yra Lietuvos veidas, nenustebėsime pamatę, kad senstame kaip ir visa Europa. Kodėl nedaugėja jaunimo - klausimas ne tik bažnyčiai, bet ir visai valstybei. Mums visiems reikia spręsti šią problemą, nes visi esame suinteresuoti, kad Lietuvoje būtų kuo daugiau jaunų žmonių. Ar mes padarome viską? Aišku, kad ne. Visada galima padaryti geriau, daugiau. Tai turėtų būti mūsų siekiamybė. Ir jei to sieksime visi drauge, jei prie vieno stalo susės skirtingos žmonių grupės, kurioms rūpi Lietuvos ateitis, ims galvoti, ką padaryti, kad jaunas žmogus Lietuvoje turėtų tvirtas vertybes, gal ras sprendimą, ką daryti, o ko nedaryti. Tai turėtų būti nuolatinis klausimas.

- Ko palinkėtumėte skaitytojams Velykų proga?

- Velykos yra bendrystės, pasitikėjimo, dvasinės stiprybės, mirties ir prisikėlimo šventė. Noriu palinkėti, kad kiekvienas iš mūsų savęs paklaustume, o kur yra didžiausia mirtis mano gyvenime, kur labiausiai atšalę, kokiuose santykiuose atitolę. Kaip galėčiau žengti tą žingsnį prisikėlimo link. Pabandyti įsivaizduoti, rasti vieną žmogų, su kuriuo labai sunku kurti tą santykį ir pabandyti jį prikelti. Noriu palinkėti, kad įvyktų tikrosios Velykos, kad būtume ne tik stebėtojai, bet ir dalyviai savo kasdienybėje.

MATHIS HAUG
(PRANCŪZIJA, VOKIETIJA)

GERIAUSIAI IŠLAIKYTA EUROPOS MUZIKOS PASLAPTIS

BALANDŽIO 6 D. RENGINIŲ OAZĖ, KAUNAS
BALANDŽIO 7 D. KEISTUOLIŲ TEATRAS, VILNIUS

generalinis rėmėjas: **RSPUBLIKA** **Prie kavos**
informaciniai rėmėjai: **TORK** **antalis** **ibis** **Green** **TeleSoftas** **WIX.com**
rėmėjai: **NEALKOHOLINIS** **Minordija** **Tiketa** **15%**

Dainų šventės renginius sujungs himno žodžiai

Likus kiek mažiau nei šimtui dienų iki jubiliejinės 20-osios Dainų šventės, buvo pristatyta detali jos programa, svečiai ir renginiai. Birželio 30 - liepos 6 d. vyksiančioje šventėje pasirodymus surengs apie 40 tūkst. dalyvių. Be to, šventėje laukia ma ir užsienio lietuvių iš daugiau kaip dešimties šalių.

Muzikos, dainų, šokių ir nemamirštamų įspūdžių žadanti Dainų šventė vasarą visą Lietuvą ir pasaulį kvies kartu minėti valstybės atkūrimo šimtmetį ir liepos 6-ąją giedoti „Tautiška giesmė“. Himno frazė „Vardan tos...“ tapo šventės idėjų pagrindu, visų jos renginių jungtimi.

Pasak Dainų šventės direktoriaus Sauliaus Liausos, šven-

tės idėja jau dabar buria visuomenę, organizuojamos įvairios akcijos, judėjimai, auginantys šimtmečio emociją. Kartu su iniciatyva „Lietuva 4 milijonai“ rengiamas žygis per Lietuvą, inicijuotas projektas „Dainų šventės alumnai“, vienijantis visų kartų žmones, kada nors dalyvavusius šventėse. Iki svarbiausio valstybės šimtmečio minėjimo renginio - Dainų šventės - regionuose vyks keturi dideli renginiai: vokalinis ansamblių šventė Linkuvoje, Teatrų diena Telšiuose, Folkloro diena Raudondvaryje ir Dainų diena Klaipėdoje.

Birželio 30 - liepos 6 d. Vilniuje ir Kaune vyksianti Dainų šventė iš viso pasiūlys net penkiolika renginių. Dauguma jų bus nemokami.

I pirmą Dainų šventės renginį birželio 30 d. pakvies Kaunas - taip pagerbiamas miestas,

kuriame 1924 m. pirmą kartą surengta Dainų diena. Liepos 1 d. Simono Daukanto aikštėje pakils Dainų šventės vėliava, LR prezidentė Dalia Grybauskaitė pasiskelbs šventės pradžią. Vilniaus rotušės aikštėje vyks specialiai pasaulio lietuviams ir Lietuvoje gyvenančioms tautinėms bendrijoms skirtas renginys „Šimtas Lietuvos veidų - sujunkime Lietuvą“. Vakare į Vingio parką kvies Dainų šventės atidarymui skirtas renginys.

Kulminacija taps liepos 6-ąją vyksianti Dainų diena „Vienybė tezydi“. Trijų dalių Dainų dienos programa išskleis pagrindines mūsų himno idėjas, tačiau svarbiausia bus visų - Lietuvoje ir pasaulyje gyvenančių lietuvių - drauge giedama „Tautiška giesmė“. Kai suskamba tūkstančiai vyrų, moterų, vaikų ir jaunuolių balsų ir daina tampa tautos gyvybės balsu.



Imanto Sidarevičiaus nuotr.

Gražiausių spektaklių dainos atgims viename koncerte

2018 m. balandžio 7 d. 18 val. į susitikimą Šv.Kotrynos bažnyčioje kviečia mylimi teatro aktoriai, kurių lūpomis nuskambės gražiausios spektaklių dainos iš muzikinės programos „Ten seneliai jauni“. Trys puikūs aktoriai - SAULIUS BAREIKIS, Gediminas Storpirštis ir Andrius Kaniava - bei kompozitorius Sigitas Mickis mažuosius žiūrovus kvies pasiklausyti prieš daug metų vaikiškuose spektakliuose skambėjusių dainų, o visus juos atlydėjusius pabūti ten, kur, seneliai jauni, o tėvai kaip vaikai“.

Kupini nuotykių muzikiniai pasakojimai, kuriuose siaus raganos, skraidžios rožiniai drambliai, dainuos angelų choras bei skambės dainos apie bites ir žiurkėnus, nepaliks abejingo nė vieno nuo 1 iki 99 metų.

Žaismingas ir netikėtumų pilnas koncertas kvies žiūrovus susitikti Vilniuje, paslaptingoje ir magiškoje Šv.Kotrynos bažnyčioje, kur jaukumą kurs nuostabūs šviežiai suvaidinti spektakliai.

INFORMACIJA

Bilietus platina TIKETA bei likus valandai iki koncerto pradžios vietoje.

Bilietyų kaina: 10, 12, 15 Eur



Su „Laisvalaikio“ kortele taikoma 20 proc. nuolaida.

A.Grigorian debiutuos didžiausiose Niujorko, Londono ir Milano scenose

Operos solistė **ASMIK GRIGORIAN** (36) sparčiai kyla karjeros laiptais ir garsina Lietuvos vardą visame pasaulyje. Per artimiausius 3 sezonus ji dainuos pagrindines partijas net penkiuose svarbiausiuose pasaulio operos teatruose: Milano „La Scala“, Londono „Covent Garden“, Niujorko „Metropolitan Opera“, Paryžiaus Bastilijos opera ir Vienos „Staatsopera“.

Milane solistė dainuos Ericho Korngoldo (Erich Korngold) operoje „Mirės miestas“. Londone ir Paryžiuje atliks pagrindinę partiją Leošo Janačeko (Leoš Janáček) „Jenufoje“, o Niujorkoje jos laukia net trys spektakliai: Richardo Štrauso (Richard Strauss) „Salomėja“, Džiakomo Pučinio (Giacomo Puccini) „Madam Baterflai“ ir naujas Kurto Veilio (Kurt Weill) operos „Mahoganio miesto pakilimas ir žlugimas“ pastatymas.

Be to, Ispanijos teatre „Real Madride“ solistė pasirodys Antonino Dvoržako (Antonín Dvořák) „Undinėje“.

„Mano kelias buvo tikrai ilgas, bet, matyt, toks, koks ir turėjo būti. Vis dėlto šiandien esu ten, kur esu. Patekti į didžiasias scenas ne taip sudėtinga. Gerokai sudėtingiau yra jose išlikti“, - sako pati Asmik. Ji niekada neturėjo tikslo dainuoti didžiausiose pasaulio scenose. „Galbūt todėl, kad visose jose buvau nuo pat vaikystės, kai keliaudavau su tėčiu, su mama. Niekada neturėjau desperatiško tikslo būti ten iki tol, kol „neiškeliauo“ mano tėtis. Kai jis išėjo, man svarbūs tapo kiti dalykai, o dainavimas tose didelėse scenose įgijo kitokią prasmę. Žinau, kad mano tėvams yra be galo svarbu ir labai gera žinoti, kad ten būsiu, mane ten girdėti ir matyti. Tikiu, kad ir tėtis kažkur iš aukštai džiūjojasi“, - sakė A.Grigorian.

Kas gi lėmė tokią svaiginančią sėkmę, kelionę į bene kiekvieno solisto svajonių sąrašą viršijusią esančias scenas? Asmik atsako labai santūriai: „Be galo didelis darbas. Jeigu kas nors įsivaizduotų, kiek aš daug dirbu, toks klausimas nekiltų. Dirbu labai daug. Ir ne tik ta prasme, kad nuolatos dainuoju daugybėje spektaklių. Dirbu su savimi, daug investuoju į savo dainavimo tobulinimą, vaidmenų ruošimą, į tai įeina ir kalbų mokymasis, ir net darbas su savo kūnu“.

PATEKTI Į DIDŽIASIAS SCENAS NE TAIP SUDĖTINGA. GEROKAI SUDĖTINGIAU YRA JOSE IŠLIKTI

Pasak solistės, šie teatrai pasirinko ją, nes žino jos darbus. „Jie norėjo manęs kaip žmogaus, kuris gali išjudinti tam tikrus limitus. Tai yra labai svarbu. Nėra taip sudėtinga dainuoti visuose šituose teatruose. Gerokai svarbiau būti savimi ir padaryti juose kažką tokio, ko niekas dar nedarė. Visa tai dar ateityje, ir aš tikiuosi, kad man pavyks. Siekiant savo svajonės svarbiausia nepamiršti išlikti žmogumi“, - tvirtino tarptautiniuose apdovanojimuose Londone geriausios pasaulyje jaunos solistės titulą laimėjusi dainininkė.



Redakcijos archyvo nuotr.

Pakruojo dvaras - tarp 18 patraukliausių turizmo vietovių Europoje

Elitos nuotr.



ISTORIJA

Pirmą kartą rašytiniuose šaltiniuose Pakruojo dvarietė yra minima 1531 m. Dvaro įkūrėjas ir pirmasis savininkas buvo Rietavo tiūnas M.Vakavičius, pirmieji žinomi dvaro savininkai - Martinavičiai. Pakruojo dvarą yra valdę ir didikai Zabelos, taip pat ir J.Burba bei grafai Miunsteriai.

Pakruojo dvaras, tapęs patraukliausia kultūrinio turizmo traukos vieta Lietuvoje, buvo apdovanotas ir iškilmingoje ceremonijoje Briuselyje drauge su kitomis išskirtiniausiomis Europos kultūrinio turizmo vietovėmis.

Pakruojo dvaras, garsėjantis kaip vienintelis Europoje, atkuriantis tikrą XIX a. - XX a. pr. dvaro gyvenimą turistinis objektas, praėjusį savaitgalį buvo apdovanotas iškilmingoje ceremonijoje Briuselyje kaip viena iš karščiausių lankytinų vietų 2018-aisiais drauge su kitomis 18 patraukliausių Europos vietų Belgijoje, Kroatijoje, Prancūzijoje, Airijoje ir kt. Kovo 22 dieną Belgijos sostinėje vykusių apdovanojimų metu buvo pasirašyta Briuselio deklaracija ir nuo šiol dvaras oficialiai tapo „European Destinations of Excellence“ (EDEN) vieta.

Puslapius parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

TEZIŲ OPERA

Kompozitorius
GIEDRIUS KUPREVIČIUS

Libreto autorius
HERKUS KUNČIUS

KJ VALSTYBINIS
CHORAS VILNIUS

CHORAS
VILNIUS

LIUTERIO
DURYYS

04 18

04 20

04 25

04 29

PANEVĖŽYS

ALYTUS

KAUNAS

KLAIPĖDA

RĖMĖJAI:

LITUVOS RESPUBLIKOS
KULTŪROS MINISTERIJA

LRT HD

MUZIKOS
DARAI

LAISVALAIKIS
RESPUBLIKA

RESPUBLIKA

KAUNAS

BILIETUS PLATINA

TIKETA

Kaip pradėti sportuoti nepakenkiant sau

Bet koks fizinis aktyvumas yra gerai, tačiau pradedantieji dažnai apleidžia treniruotes, nes jie pradeda nuo intensyvių darbo krūvių ir treniruojasi beveik kas antrą dieną. Tuo įsitikinusi trenerė **INGA ŽUOLYTĖ**. Pasak jos, tiems, kurie anksčiau niekada nesportavo, geriausia būtų pradėti nuo ilgų pasivaikščių.

■ Geriau pradėti nuo pasivaikščių

Naujokai labai dažnai pradeda nuo intensyvių treniruočių. Paprastai šis klaidingas požiūris yra susijęs su amžiumi: jauni žmonės yra kupini energijos ir įsitikinę dėl savo igūdžių, todėl jie nesupranta, kodėl reikia pradėti nuo nuoseklaus fizinio krūvio. Vis dėlto itin intensyvios treniruotės kenkia kūnui ir entuziazmui. Būtent todėl daugybė žmonių pradeda reguliariai treniruotis, o vėliau treniruotes nutraukia. Kad išsiugdytų sveikus įpročius, nezaikant kūno ir nervų sistemos, rekomenduojam pradėti nuo ilgų pasivaikščių ar dviračių sporto.

■ Bėgiojimas nėra tinkamas būdas apšilti

Apšilimas yra labai svarbus norint, kad nebūtų pažeisti raumenys, todėl neturėtumėte jo pamiršti. Jei neapšilsite, raumenys pavargs daug greičiau, o treniruotė truks trumpiau. Daugelis žmonių atvyksta į sporto salę ir iš karto eina prie bėgimo takelio manydami, kad bėgiojimas - tai apšilimas.

Tai netiesa. Net ir prieš bėgiojimą reikia tinkamai apšilti.

■ Bent viena privati treniruotė su patyrusiu treneriu

Bene svarbiausia - pratimų atlikimo technika. Jei pratimai atliekami neteisingai, gali būti, kad niekada nepamatsite treniruočių poveikio, o be to, padidėja traumų rizika. Visi tai žino, tačiau yra mažai tų, kurie užsako privačias pamokas su treneriu, galinčiu pasiūlyti tinkamą treniruočių programą ir parodyti, kaip taisyklingai atlikti pratimus. Pradedančiųjų technika dažniausiai yra labai prasta: dauguma jų nežino, kaip taisyklingai bėgėti ir atlikti pritūpimus, ar kaip elgtis su treniruokliais. Net jei suprasite, kaip atlikti pratimą, atlikti jį ir kartu kontroliuoti savo techniką veidrodyje - beveik neįmanoma. Todėl aš rekomenduoju privačias treniruotes su treneriu. Iš pradžių atrodo, kad tai yra beprasmiškas pinigų švaistymas, bet jei jį pagrindinis tikslas yra „tvirtas kūnas“, tai be įvadinio kurso su treneriu pasiekti šį tikslą užtruks 2-3 kartus ilgiau.

■ Pasikalbėkite su treneriu apie savo traumas

Treneris turi žinoti apie anksčiau jūsų turėtas traumas. Reikėtų trenerį informuoti ir apie ligas: pvz., jei turite problemų su širdimi, treneris tai turi žinoti. Remdamasis šia informacija jis parinks tinkamus pratimus, kurie nesukels papildomų sužalojimų. Tai yra dar viena priežastis, kodėl pirmiausia reikėtų pasikonsultuoti su specialistu. Asmuo negali pats susikur-

ti treniruočių programos, net jei jis yra visiškai sveikas ir niekada neturėjo traumų. Be eksperto numonės mes negalime žinoti, kiek ir kokių pratimų reikia daryti, kad pasiektume norimą rezultatą.

■ Sportas turėtų teikti džiaugsmą

Praktika rodo, kad žmonės yra maksimalistai: mes darome viską, kas įmanoma (4 kartus per savaitę einame į sporto klubą, renkamės aerobiką, o ne jogą, kartais atliekame dvi treniruotes iš eilės) arba nieko nedarome. Naujokai atvyksta į sporto klubą, ten pamato stiprius žmones ir netrukus atsisako treniruočių, nes nesulaukia greito rezultato arba dažnai pradeda sportuoti nuo intensyvių pratimų, kurie jiems nepatinka, o tai ir lemia, kad asmuo nustoja treniruotis. Nereikia kreipti dėmesio į kitus: pirma, net ir stipriausieji kažkada pradėjo nuo nulinio ir mes nežinome, kiek metų jie treniravosi, kol pasiekė tokius rezultatus. Antra, įmanoma, kad tai yra jų profesija (fitneso modelis, treneris) ir atvirkščiai - galbūt jie neturi profesinės veiklos (pavyzdžiui, namų šeimininkės). Štai kodėl, jei po darbo dienos nenorite užsiimti aerobika, bet norėtumėte nueiti į baseiną ar jogą - tiesiog taip ir padarykite. Sportas turėtų teikti džiaugsmą ir energiją, o taip niekada neįvyks, jei užsiimsite kažkuo, kas jums nepatinka. Be to, ir baseinas, ir jogą labai teigiamai veikia kūno stangrumą ir taip pat padeda numesti antsvorį, žinoma, jei toks yra jūsų tikslas. Tas pats pasakytina ir apie treniruočių dažnumą: jei asmuo gali skirti treniruotėms 2 vakarus per savaitę - tai geriau nei nieko ir bet kurio atveju turės teigiamą poveikį jūsų sveikatai.



EPA-Elitos nuotr.

IDOMU

Kaip rodo „4F“ sporto prekių ženklų apklausa, daugumai lietuvių sportas yra sielos ir kūno poilsis: taip teigia net 47% respondentų. Be to, beveik trečdalis respondentų (28%) mano, kad ilgi pasivaikščiojimai su draugais, gimnastika ar naminiiais augintiniais taip pat veikia atpalaiduojančiai.

Kaip išsaugoti duonos šviežumą ir drėgnumą?

Daugelis be duonos net neišsivaizduoja nei pusryčių, nei pietų, nei vakarienės. Tačiau dažnai dėl netinkamų duonos laikymo įpročių duona greitai sugenda ir ją tenka išmesti. Kodėl juoda duona ilgiau išlieka minkštesnė, kodėl duonos nereikėtų laikyti šaldytuve ir ką daryti su apdžiūvusiu duona?

Juoda duona - drėgnesnė

Ne visos duonos rūšys vienodai išlaiko drėgmę: ruginė duona šviežesnė išlieka ilgiau už kvietinę, o batono galiojimo laikas dažniausiai būna trumpesnis negu ruginės duonos: batonas paprastai galioja keturias dienas, o juoda duona - penkias. Taip yra dėl skirtingų miltų savybių, nes miltai susideda iš skirtingų dalių, juose yra skirtingi kiekiai krakmolo, kurie sugeria vandenį. Be to, juoda duona kepama su plikiniu ir, nors dėl to pagilėja šios duonos gamybos procesas, plikyta duona geriau įsivina ir lengviau išlaiko drėgmę. Pilno grūdo duona taip pat būna drėgnesnė, nei iš sijotų miltų kepti gaminiai. Joje yra daugiau mineralinių medžiagų, kurios sugeria vandenį.



Sasio Žumbio nuotr.

Nespėję suvalgyti - išdžiovinkite

Jei visgi matote, kad namie turimos duonos laiku suvartoti nespėsite, neskubėkite jos išmesti. Šviežią duoną galima mažomis porcijomis užšaldyti, o šiek tiek apdžiūvusią - atgaivinti pašildant orkaitėje arba išdžiovinus pasigamininti duonos traškučius. Pašildžius duoną iki 60-ies laipsnių, ji kuriam laikui pasidarys šviežesnė.

Tačiau taip apdorotą duoną reiktų valgyti nieko nelaukiant.

Rinkitės mažesnes pakutes

Šiais laikais vis daugiau žmonių gyvena vieni, namų ūkių sudėtis mažėja, tad dažna šeima nespėja suvalgyti tradicinio duonos kepalą iki jam sugendant. Mažesnių duonos pakuočių ir porcijinių duonų paklausa rinkoje pastaruoju metu sparčiai auga. Ją leng-

va suvartoti laiku, be to, patogų vežtis į keliones - mažą duonos paketą neužima daug vietos. Tokios formos duonos rūšys kur kas labiau atitinka šiuolaikinės visuomenės vartojimo įpročius.

Duoną laikykite sandariai

Tai, kiek ilgai duona išliks šviežia, priklauso ir nuo mūsų pačių. Rekomenduojama duoną visomet laikyti duoninėje, uždaramame maišelyje bei paslėptą nuo tiesioginių saulės spindulių. Taip pat svarbu, kad duoninė būtų švari, joje nebūtų pelėsio. Žinoma, kad pelėsiui veistis geriausia temperatūra yra apie 35 laipsnius. Taip pat įtaką daro sąlyginai aukšta patalpos drėgmė.



EPA-Elitos nuotr.

MITAS: SPORTUODAMI PRIVALOTE GERTI SPORTUI SKIRTUS GĖRIMUS

Tik gerdami paprastą vandenį gausite reikiamą skysčių kiekį. Vanduo yra labai svarbus visų amžiaus grupių sportininkams. Jis yra vienintelis skystis, kuris organizmui perduoda maistines medžiagas ir energiją bei pašalina šilumą sportuojant.

Tiesa ir mitai apie vandenį

Praėjusią savaitę pasaulyje buvo minima vandens diena. Apie jo naudą organizmui girdima ištis daug - vandens privalumus vardija ir sveikos mitybos šalininkai, ir dietologai, ir gydytojai, bet ar tikrai apie vandenį jau žinome viską?

Žmogaus kūno didžiąją dalį sudaro vanduo, tad jis kiekvienam iš mūsų ne mažiau svarbus ir reikalingas nei maistinės medžiagos. Turbūt daugelis jau išmokote apskaičiuoti, kiek vandens pagal savo kūno svorį turėtumėte išgerti kas dieną - tereikia savo kūno masę padauginti iš 0,03, tad jei sveriate, pavyzdžiui, 60 kilogramų, jūs per dieną turėtumėte išgerti 1,8 l vandens. Vienos kompanijos žiemą atliktas tyrimas parodė, kad didžioji dalis apklaustųjų - net 47 proc. - per dieną išgeria vos 3-6 stiklinės vandens. Tad kokį jį gerti, kada jį gerti ir ar tikrai vos prabudus reikėtų pulti prie vandens stiklinės su citrina?

TIESA: VANDUO PALAIKO ODOS DRĖGMĘ

Manoma, kad, geriant pakankamai vandens, žmogus išliks jaunatviškas, oda taps skaisti, elastinga. Iš tiesų, norint atstatyti odos būklę, vien išorinių kremų, serumų tikrai nepakanka. Anot specialistų, geriant pakankamai vandens, oda ilgai išliks skaisti, elastinga, neišsausėjusi. Organizmas tokiu būdu pašalina toksinus ir aprūpina ląsteles druskomis bei mineralais.

MITAS: NEGALIMA GERTI VANDENS KARTU SU MAISTU

Vienos tiesos, kuomet kalbame apie tai, ar galima vartoti gėrimus kartu su maistu, turbūt nerasime, nes kiekvieno žmogaus skrandis veikia skirtingai, tad akivaizdu, kad turėtų skirtis ir patarimai, kaip maitintis.

Štai gydytojai gastroenterologai teigia, kad papildomi skysčiai neleidžia deramai atlikti darbo skrandžio sultims, kurios paruošia maistą tolesniam virškinimui. Mitybos ekspertai šiuo klausimu kiek atlaidesni - jei valgymo metu jaučiate, kad jus troškina, geriau ne kentėkite, o išgerkite kelis gurkšnius šilto vandens.

MITAS: PER DIENĄ ŽMOGUS TURĖTŲ IŠGERTI DU LITRUS SKYSČIŲ

Turbūt daugelis girdėjote teiginį, kad kiekvienas žmogus per dieną turėtų išgerti du litrus skysčių. Tiesos šiame teiginyje yra, bet ne visai. Galbūt rytą pradėdame nuo kavos puodelio, per pietus pasisotiname vaisių kokteiliu, o vakare dar išgeriate arbatos? Daugelis daro klaidą manydami, kad visi šie ir kiti panašūs gėrimai yra prilyginami skysčiams - visa tai, ką išgeriate, neturėtų būti skaičiuojama kaip vanduo. Taip pat svarbu paminėti, kad kiekvienas puodelis ar stiklinė kitų skysčių turėtų būti papildyti stiklu vandens. Deja, technologijų bendrovės atliktas tyrimas parodė, kad lietuviai vandens išgeria gerokai per mažai.

Pamankštinkite... Veidą!

Stangri, sveika ir švytinti veido oda - pats gražiausias makiažas. Ne veltui klasiškinis rafinuotųjų prancūzių makiažas yra toks, kuris pabrėžia (ar imituoja) odos skaistumą ir švytėjimą. Bėgant metams šios odos savybės slopsta, keičiantis organizmui, kinta ir odos būklė, gilėja raukšlės. Vis dėlto veido mankštos specialistė **VIKTORIJA BALTRAMIEJŪNIENĖ** teigia, kad, teisingai ir atsakingai rūpinantis veido oda, jos senėjimą galima gerokai atitolinti.



Mankšta padeda išsaugoti jaunystę

Mūsų veide veikia daugiau kaip 70 raumenų. Juos naudodami išreiškiame ar su laikome daugybę emocijų, kasdien mimikuodami net po 2000-3000 kartų. Veido mankštos specialistės teigimu, reguliariai mankštinami veido raumenys, galime pasiekti ištis gerų rezultatų: „Savo praktikoje turiu pavyzdžių, kai veido mankštą atliekantys žmonės vizualiai atjaunėja net septyneriais metais.“ Kasdienė veido mankšta padeda atitaisyti tam tikras žalias ir formuoti raumenyną. „Pradedantieji turėtų kasdien mankštinti visus veido raumenis, po to galima išskirti problemines veido vietas, kurios žmogui nepatinka, ir koncentruotis į jų mankštinimą. Tik pažengusieji gali kartais padaryti pertrauką, kad veido raumenys pailsėtų ir pasiilgtų fizinio krūvio“, - sakė V.Baltramiejūnienė.



Ji išskiria dvi metodines technikas: veido mankštą, nukreiptą į raumenų karkasą, ir veido savimasažą, skatinantį visų poodinių procesų atnaujinimą, regeneraciją bei bendrą odos būklės, kraujotakos ir limfotakos gerinimą. „Mankštos metu raumenynui suteikiamas tonusas. Nelieta nei persiėmę tempusiu, nei tinginčių veido raumenų vietų. Taip pat suaktyvėja kraujotaka ir kraujagyslių veikla, tad oda ir raumenynas maitinami iš vidaus. Suaktyvinamas limfos tekėjimas, vyksta detoksikacijos procesai, pagražėja veido spalva, sumažėja poros“, - masažo naudą akcentuoja specialistė.

Nuoseklumas - geriausia strategija

V. Baltramiejūnienės pastebėjimu, vien masažo technikų nepakanka, norint išlaikyti odą švytinčią ir stangrią. Būtinis ir nuolati-

Parengė
Eimantė JURŠĖNAITĖ

Aistė Pilibavičiūtė: *Susituokti su L. Mikalausku ketvirtą kartą jau neturėtų būti sunku*

„Pripažinimas visada malonus ir džiugus, nes esi ne tik pastebėtas, bet ir įvertintas“, - sako operos dainininkė **AISTĖ PILIBAVIČIŪTĖ** (29), kuri iškart po pirmųjų vaidmenų buvo pripažinta metų operos viltimi. Tokios svarbos apdovanojimas patvirtino, kad jauna solistė eina teisingu keliu, o nuoširdžiai ir su meile atliekamas darbas nelieka be atsako. Šiuo metu Aistė Pilibavičiūtė ruošiasi debiutui kompozitoriaus Giedriaus Kuprevičiaus tezių operoje „Liuterio durys“, kurioje įkūnys Martyno Liuterio žmona tapusią vienuolę Kateriną fon Borą. Įstabaus balso savininkė dailiai mintimis apie būsimą vaidmenį.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

- Kaip ruošiatės naujam vaidmeniui?
- Paprastai viskas prasideda nuo gilinimosi į muzikinę medžiagą ir libretą. Man svarbu žinoti, apie ką dainuoju, suprasti tiek tekstą, tiek jo kontekstą. Neužtenka išmanyti vien tik savo partiją, geriausia būna tada, kai išsiaiškinamos visos operos siužetinės linijos ir aplinkybės. Tai didžiulis darbas, kurį atlikęjas turi padaryti iki prasidedant repetijoms. Deja, turiu pripažinti, kad ne visuomet pavyksta. O repetuojant su režisieriumi, dirigentu atsiranda ir kitų užduočių bei minčių.

- Kaip tezių operoje „Liuterio durys“ sekasi dirbti su Liudu Mikalausku?

MAN SVARBU ŽINOTI, APIE KĄ DAINUOJU, SUPRASTI TIEK TEKSTĄ, TIEK JO KONTEKSTĄ

- Dirbti su kolega Liudu Mikalausku visada malonu ir smagu, kartu jau esame dainavę ne viename spektaklyje. Juokinga, kad scenoje ne kartą buvome vyrais ir žmona! Praėjusį penktadienį debiutavau kaip Siuzana V.A.Mocarto (W.A.Mozart) operoje „Figaro ve-

dybos“ - tapau Liudo dainuojamo Figaro žmona. Vyras ir žmona esame operetėje „Linksmoji našlė“ (Valensjena ir Cėta), R.Šerkšnys tės vaikiškoje operoje „Penki Merės stebuklai“ (ponia ir ponas Benai). Kaip matote, patirties yra, susituokti ketvirtą kartą jau neturėtų būti sunku...

- „Liuterio durys“ religinės tematikos kūrinys. Ar tai naujas jūsų vaidmens kontekstas?

- Iš tiesų, tai bus pirmas vaidmuo religinės tematikos operoje. Iki šiol tekdavo, sakytčiau, lengvesnio charakterio vaidmenys operetėse „Linksmoji našlė“ (Valensjena), „Vienos kraujas“ (Pepi), operose „Bohema“ (Miuzetė), „Karmen“ (Fraskita). Katerina fon Bora operoje „Liuterio durys“ - istorinė, iš tiesų gyvenusi asmenybė. Vaidmuo dėl to tampa dar įdomesnis ir labiau įkvepiantis, nes kuriant jį galima remtis tikrais faktais apie žmogų, laikotarpį, šiuo atveju - apie vykusią didžiulę permainą krikščionybėje, paveikusių visą Europos istoriją. Nekelia abejonių ypatinga Katerinos fon Boros įtaka Liuteriui, ne veltui sakoma, kad už didžius darbus dirbančio vyro visada stovi moteris.

- Ar turite kokių nors ritualų prieš pasirodymą scenoje?

- Koi kas neturiu. Galbūt nėra poreikio, o gal ir dėl to, kad nesu prietaringa. Tačiau, kai turiu dainuoti scenoje, stengiuosi nieko nesureikšminti, gyventi įprastą gyvenimą, tik gal daugiau išdžiausias išsūkis. Psichologiškai Džuljetai ruošiausi pusę metų! Turbūt dėl to, kad tai buvo pir-



Dmitrijaus Matvejevo nuotr.

mas toks sudėtingas, atsakingas vaidmuo mano dar neilgame operinės patirties kelyje. Debiuto ir daugiau, ir kartu nerimavau. Bet viskas gerai, kas gerai baigiasi, Džuljetos partija sudainuota, ir dabar, kaip juokauju, niekas nebebaus... Iki kito didesnio išsūkio! Tikiu, kad ateityje jų dar bus.

INFORMACIJA

G.Kuprevičiaus tezių operos „Liuterio durys“ spektakliai įvyks balandžio 18 d. Panevėžyje, Juozo Miltinio dramos teatre, balandžio 20 d. Alytaus miesto teatre, balandžio 25 d. Kaune, Girstučio kultūros centre, ir balandžio 29 d. Klaipėdos miesto savivaldybės kultūros centre „Žvejų rūmai“.

- Koks vaidmuo jums buvo įsimintiniausias?

- Džuljetos, V.Belinio operos „Kapulečiai ir Montekiai“ pagrindinės herojės. Man tai buvo didžiausias išsūkis. Psichologiškai Džuljetai ruošiausi pusę metų! Turbūt dėl to, kad tai buvo pir-

Juozo Miltinio dramos teatras viešės Vilniuje

Balandžio 5 d. Lietuvos rusų dramos teatre viešės Panevėžio Juozo Miltinio dramos teatro trupė. Žiūrovai turės galimybę pamatyti režisieriaus Raimundo Banionio spektaklį „Rūkas virš slėnių“.



Organizatorių nuotr.

Tarpukaris. Iš Amerikos grįžęs viengungis Petrošius gyvenimo santaupas aukoja kilniam tikslui - pastatyti kaimo mokyklą. Pasamdo du jaunos mokytojus. Persižegnojęs pirmąsyk skambina varpeliais... Mokinukei Marijai sugiedojus Tautiską giesmę, mecenatas pranašauja mergytei Lietuvą garsinančios artistės ateitį...

Tačiau idilė, lyg viesulas rūką, sudarko vokiečių ir rusų okupacijos, - jos režisuoja likimus, šluoja senąsias vertybes, keičia charakterius. Idealizmas ir tradicijos nyksta kartu su valstybe. Keičiasi ir melioruojama, kolektyvizuojama Nausodė. Mokytojų vaikas, žuvusio partizano sūnus Jonas Vyniautas, kurio gyvenimo istoriją pamatys žiūrovai, - jau kitokių laikų žmogus.

Pasirinkta spektaklio spektaklyje forma, pasak režisieriaus, lei-

džia išsakyti ir akcentuoti svarbiausias mintis apie žmogaus lemą istorinių virsmų laikotarpiu. Sąlygiškumas suteikia galimybę jauniems teatro aktoriams - Giedriui Arlauskui ir Justinai Nemaitytei pasakoti apie Joną ir Mariją Mildą nuo pat jų vaikystės iki sualėlydžio.

Skaitomiausio 2014 metų autoriaus Romualdo Granausko (1939-2014) kūryba - tikras lobynas skaitytojiui. Žodinga, įtaigi, veikėjų likimo vingius ir veiksmus psichologiškai pagrindžianti proza. Pasak režisieriaus, labai kinematografiška, tačiau - sudėtinga teatro scenai.

Bet nutiko kone mistiškas sutapimas. Kai aktorius Albinas Kėleris pasiūlė šį romaną perkelti į sceną, R.Banionis paprašė rašytojos Renatos Šerelytės sukurti inscenizaciją Juozo Miltinio

Su „Laisvalaikio“ kortele 20 proc. nuolaida dviems bilietams



Dvidešimt penktoji grožio industrijos paroda „Pelenė“ pastaraisiais metais atsigrėžė į kuriančius grožio rinką Lietuvoje. Balandžio 6-8 dienomis Lietuvos parodų ir konferencijų centre „Litexpo“ vykianti jubiliejinė „Pelenė 2018“ pristatys pasaulines grožio rinkos naujienas, parodoje vyks meistrų pasirodymai ir čempionatai, mokymai bei seminarai. Paroda suvienys per 350 dalyvių ir pirmą kartą per gyvavimo metus jų stendai, mobilūs grožio salonai, kosmetologijos kabinetai, demonstracijų erdvės užpildys visas 5 „Litexpo“ centro sales, o parodos dalyviai įsikurs pagal parodos temas. Šių metų parodos tema - „Kosmetologija ir SPA“.

Per dvidešimt penkerius metus paroda išgyveno daugybę pokyčių. Pirmasis dešimtmetis buvo gausus grožio specialistų ir atstovų. Parodoje dalyvavo visi garsūs pasaulio grožio ženkla, tuo metu kūrėsi grožio salonai ir kosmetikos parduotuvės, atvežusios į Lietuvą naujų grožio priemonių bei paslaugų. Antrasis dešimtmetis grožio parodą orientavo į prekybą, paroda tapo daugiau moterims skirta muge, kurioje buvo galima rasti visko: nuo daržovių įpjautiklių iki lūpdžio. Nuo 2015 metų paroda pakeitė formatą. Profesio-

čia bus galima susipažinti su naujausiomis priemonėmis ir moderniausia iranga, o viešose demonstracijose stebėti, kaip gimsta ma dingiausi šio sezono kirpimai ir makiažai. Žinomų makiažo ir grožio specialistų - Olesios Žuravliovos, Gritės Maruškevičiūtės, Okanos Pikul - modeliais galės tap-

ti parodos lankytojos. Grožio specialistai dalinsis patirtimi, kaip tobulai padengti veidą, pasakos apie 2018 metų pavasario makiažo tendencijas. Parodoje vyks pasauli- lyje pripažintų kirpimo meistrų pasirodymai, savo šou surengs ir išskirtines konsultacijas teiks barzdaskučiai.

JUBILIEJINĖ, TARPTAUTINĖ GROŽIO INDUSTRIJOS PARODA „PELENĖ 2018“ - BALANDŽIO 6-8 D. LIETUVOS KONGRESŲ IR PARODŲ CENTRE „LITEXPO“.

PASIRODYMAS. Lietuvos atstovė „Eurovizijoje“ Ieva Zasimauskaitė jau pradėjo rimtai ruoštis pasirodymui Portugalijos sostinėje Lisabonoje. Pasiškėjo, kad šiemet „Eurovizijos“ žiūrovai išvys ir legendinę šokėjų porą **Jūrą ir Česlovą Norvaišas**. Garsi pora nusifilmavo kuriant televizinius efektus. „Ten reikia parodyti pagyvenusį veidą iš Kauno, dėl to ir sutikome filmuotis“, - juokiasi ilgametę patirtį turinti šokėja J.Norvaišienė ir netrukus priduria, kad paprašyti filmuotis sutiko lengvai. „Esame Lietuvos patriotai, sergame už Ievą, norisi padėti. Jei mūsų veidai kažką dar lemtų, labai džiaugtumėmės“, - kalba moteris.

EKSPERIMENTAS. Žinomi Lietuvos žmonės išdrįso įžengti į neregijų pasaulį ir nors trumpam pabandė suprasti, ką reiškia gyvenimas tamsoje. Nebijančius ekstremalių potyrių į neeilinę atrakciją - pietauti aklinoje tamsoje - sukvietė netrukus LNK televizijoje startuosiančio realybės eksperimento „Tamsoje“ prodiuseriai. Modelis **Simona Starkutė** sako, kad jai, didelei maisto mėgėjai, pietauti aklinoje tamsoje buvo labai sunku, nes ji valgyti pradeda... akimis. „Nematai patiekalų grožio, bet atbunda kiti potyriai. Realybė visiškai išsikraipo. Atrodė, kad čia pietauja ne dešimt, o šimtas žmonių, o kiekvienas stiklinės tarkštėjimas prilygsta dūžiui. Potyris - protu nesuvokiamas. Pietauti tamsoje buvo didelis nuotykis, bet išbūti realybės šou - tikras išbandymas. Esu per jautri, man imtųsi vaidentis“, - šypsojosi žinomas modelis.

TALENTAS. Televizijos laidų vedėja **Gerda Žemaitė** atskleidė iki šiol tik artimiausiems žmonėms žinomą savo talentą bei hobi. Laisvalaikį ji atspalvina tapydam. „Tiesiog įsijungiu vakaro filmą ir... spalvų, tapau, kopijuoju kitus piešinius. Tai nuostabi meditacija ir laikas sau,“ - pasakojo žinoma moteris. Kuriant TV8 reklaminių vaizdo klipą ji nutapė saldžiai atrodantį keksiuką. Moters piešinys sužavėjo ir filmavime dalyvavusius kolegas, negailėjusius G.Žemaitėi komplimentų.

Parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ

Teatras

VILNIUS
NACIONALINIS OPEROS IR BALETO
TEATRAS

4 d. 18.30 val. – Baleto artistės Genovaitės Sabaliauskaitės jubiliejui, „Barbora Radvilaitė“. 2 v. baletas. Choreogr. A.Cholina. Dir. R.Servenikas.
6 d. 18.30 val. – J.Massenet „Manon“. 5 v. opera (prancūzų k.). Dir. J.Geniušas.

NACIONALINIS DRAMOS TEATRAS
31 d. 16 val. Mažojoje salėje – A.Rutkeviča „Gyvūnas (Ku Ku)“. Rež. R.Atkočūnas.
31 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje – P.Claudel „Aprėškimas Marijai“. Rež. J.Vaitkus.

3 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje – „Aš – Moljeras“. Rež. I.Paliulytė (Nacionalinis Kauno dramos teatras).
3 d. 19 val. Mažojoje salėje – I.Lausund „Bestuburiada“. Rež. G.Kriaučionytė.
4 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje – „Žydroji paukštė“. Rež. V.Martinaitis (Nacionalinis Kauno dramos teatras).
5 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje – J.Marcinkevičius „Katedra“. Rež. O.Koršunovas.
6 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje – T.Slobodzianek „Mūsų klasė“. Rež. R.Ross.
6 d. 19.30 val. Mažojoje salėje – „Draši šalis (Lietuvos diena)“. Rež. C.Grauzinis.

VILNIAUS MAŽASIS TEATRAS
3 d. 18.30 val. – M.Ivaškevičius „Madagaskaras“. Režisierius statytojas R.Tuminas, rež. A.Dapšys.
4, 5 d. 18.30 val. – W.Gibson „Dviese sūpuoklėse“. Rež. U.Bayaliev.

VALSTYBINIS JAUNIMO TEATRAS
31 d. 12, 21.30, 13, 23.30, 15, 15.30, 16, 16.30 val. Teatro fojė – T.Kavtaradzė „Apie baimes“. Rež. O.Lapina.
3 d. 18 val. Didžiojoje salėje – „Hanana, kelkis ir eik“. Rež. Rolandas A.Atkočūnas (Juozo Milinio dramos teatras).

4 d. 13 val. – „Pabėgimas iš teatro“. Rež. A.Pukelytė.
5 d. 18 val. Didžiojoje salėje – D.Loher „Pabaigos ugnis“. Rež. G.Varnas.
6 d. 18 val. Mažojoje salėje – „Apsėdimas“ (pagal F.Dostojevskio romaną „Broliai Karamazovai“). Rež. P.Makauskas.

LIETUVOS RUSŲ DRAMOS TEATRAS
31 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje – A.Čechov „Meška“ (su lietuviškais titrais). Rež. K.Krasilnikovaitė.
5 d. 18.30 val. – R.Granauskas „Rūkas virš slėnių“ (lietuvių k.). Rež. R.Banionis.

VILNIAUS TEATRAS „LĖLĖ“
Didžioji salė – **31 d. 12 val.** – „Voro vestuvės“. Rež. A.Mikutis.

MENŲ SPAUSTUVĖ
31 d. 16 ir 18 val. Juodojoje salėje – PetPunk ir teatras ATVIRAS RATAS: „Tėčio pasaka“.

4, 5 d. 19 val. Juodojoje salėje – ATVIRA ERDVĖ'16: „Neišmoktos pamokos“. Rež. ir pjesės autorius A.Špilevoj.

5 d. 18.30 val. Kišeninėje salėje – ATVIRAS RATAS: „Teroristas“.

Rež. G.Aleksa.
6 d. 18.30 val. Juodojoje salėje – ATVIRAS RATAS: „Identity“ (N-16). Rež. I.Stundzytė.

6 d. 19 val. Kišeninėje salėje – „Už uždary durų“ (N-14). Rež. Velta ir Vytautas Anužiai.

KEISTUOLIŲ TEATRAS
2 d. 12 val. – Premjer! „Bambeklis Bajoras“. Rež. A.Giniotis.
4 d. 19 val. – N.Payne „Spiečius“. Rež. E.Kizaitė.

5 d. 19 val. – M.Schisgalo „Mašininkai“. Rež. A.Giniotis.

6 d. 19 val. – Šv. Kormorano šešėlinio humoro klubas su programa „Paskalos ir padavimai“. Kūrybinė grupė: A.Giniotis, A.Kaniava, D.Miniotas, R.Aleksaitis, D.Auželis.

OUT / VILNIAUS Miesto TEATRAS
31, 3 d. 19 val. – B.Brecht „Vestuvės“. Rež. O.Koršunovas.
5 d. 19 val. – I.Vyrypaev „Šokis Delhi“. Rež. O.Koršunovas.

KAUNAS

KAUNO DRAMOS TEATRAS

31 d. 18 val. Didžiojoje scenoje – A.M.Sluckaitė „Balta drobulė“. Rež. J.Jurašas.

3 d. 18 val. Didžiojoje scenoje – „Cinkas“. Rež. E.Nekrošius (Vilniaus jaunimo teatras).
4 d. 11, 12, 13, 16, 17 val. Mažojoje scenoje – „Debesų gaudyklė“. Režisierė ir choreogr. L.Geraščenko.
5 d. 18 val. Didžiojoje scenoje – Premjer! „Aš – Moljeras“. Rež. I.Paliulytė.
6 d. 18 val. Ilgojoje salėje – B.Srībjanovič „Skėriai“. Rež. R.Atkočūnas.

KAUNO MUZIKINIS TEATRAS

2, 6 d. 18 val. – I.Kalman „Misteris X“. 2 d. operetė. Rež. V.Streiča.

Dir. J.Janulevičius.
4 d. 18 val. – Kauno choreografijos mokyklos mokinių koncertas.

5 d. 18 val. – J.Strauss „Kita pelėnės istorija“. 2 d. baletas. Choreogr. G.Santucci Skrebunaitė.
MUZIKOS ARANŽUOTOJAI: Aidas Giniotis ir Sigitas Mickis

KAUNO KAMERINIS TEATRAS
31 d. 12, 14.30 val. – Pojūčių ritualas moterims – „Atvira oda“. Rež. K.Žernytė.
4 d. 18 val. – I.Vyrypaev „Dreamworks“. Rež. A.Janknevičius.
4 d. 19 val. – Premjer! „Norėčiau būt paparčio žiedu“. Choreogr. B.Dembrant (Prancūzija).
5 d. 18 val. – Bad Rabbits „Samurajaus knyga“. Rež. A.Janknevičius.
6 d. 18 val. – L.Janušytė „Korektūros klaida“. Rež. A.Dilytė.

KAUNO LĖLIŲ TEATRAS

2 d. 12 val. – „Tikroji pelėnės istorija“. Rež. O.Žuigda.

KULTŪROS CENTRAS „GIRSTUTIS“
4 d. 19 val. – Festivalis „40-asis Lietuvos teatrų pavasaris“. „Edis Agregatas, arba Nemirštančio optimisto gyvenimas ir mirtis“. Rež. A.Giniotis.

KLAIPĖDA

KLAIPĖDOS DRAMOS TEATRAS

31 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje – S.Mrožek „Petro Ohejaus kankinystė“. Rež. D.Rabaškauskas.
5 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje – A.Stasiuk „Naktis“ (N-16). Rež. A.Janknevičius.
6 d. 18.30 val. Kamerinėje salėje – M.Markovič „Labas rytas, pone Triušis“ (N-16). Rež. M.Patereckas.

ŠIAULIAI

ŠIAULIŲ DRAMOS TEATRAS

6 d. 17 val. Mažojoje salėje – Šiaulių universiteto vokalisto konkursas „Super balsas 2018“.

6 d. 18.30 val. Antano Sireikos krepšinio akademijoje – M.I.Fomes „Dumbblas“. Rež.: A.Kahn, G.Palekaitė.

PANEVŽYS

J.MILTINIO DRAMOS TEATRAS

31 d. 18 val. Mažojoje salėje – L.M.Montgomery „Anė iš Žaliastogių“. Rež. A.Gluskinas.
5 d. 18 val. Didžiojoje salėje – M.Bulgakov „Žoikos butas“. Rež. R.Atkočūnas (Lietuvos rusų dramos teatras).

PANEVŽIO MUZIKINIS TEATRAS

5 d. 19 val. – Panevėžio „Lions“

6 d. 18.30 val. Juodojoje salėje – ATVIRAS RATAS: „Identity“ (N-16). Rež. I.Stundzytė.

6 d. 19 val. Kišeninėje salėje – „Už uždary durų“ (N-14). Rež. Velta ir Vytautas Anužiai.

KEISTUOLIŲ TEATRAS

2 d. 12 val. – Premjer! „Bambeklis Bajoras“. Rež. A.Giniotis.
4 d. 19 val. – N.Payne „Spiečius“. Rež. E.Kizaitė.
5 d. 19 val. – M.Schisgalo „Mašininkai“. Rež. A.Giniotis.

TAIKOMOSIOS DAILĖS MUZIEJUS

3 d. 18 val. – A.Gocentas (violončelė), B.Gocentas (smuikas), R.Gocentienė (fortepijonas).
5 d. 18 val. – EDSON ENSEMBLE: Remi J.Edson (R.Žakauskas, fleita), Ella van der Mespel (smuikas), M.A.Luimstra (I altas), J.Klapwijk (II altas), V.G.Tomus (violončelė).



BALANDŽIO 2 D. 12 VAL. – KEISTUOLIŲ TEATRE (LAISVĖS PR. 60, VILNIUS)
REŽISIERIUS: Aidas Giniotis
SCENOGRAFĖ: Ramunė Skrebunaitė
MUZIKOS ARANŽUOTOJAI: Aidas Giniotis ir Sigitas Mickis
VAIDINA: Dalius Skamarauskas/Aidas Giniotis, Ieva Stundzytė/Urtė Smulskytė, Judita Urnikytė, Jonas Šarkus, Jurgis Marčėnas, Justina Smėliauskaitė.
SPEKTAKLIS ŽMONĖMS NUO 6 M.

„Bambeklis Bajoras“ – Keistuolių teatro įkūrėjo, aktorius bei režisieriaus Aido Giniotio spektaklis mažiesiems, išlaikantis geriausias „keistuoliškias“ vaikų spektaklių tradicijas ir kviečiantis žiūrovus pasinerti į vaizduotę sužadinančią bajoro iš Lietuvos odisejos po pasaulį is-

toriją. Kaip ir daugelyje kitų Keistuolių teatro spektaklių vaikams, „Bambeklyje Bajore“ skamba talentingų ir puikiai pažįstamų aktorių atliekamos dainos, o įtraukianti nuotaikinga istorija nė vieno mažojo žiūrovo nepalieka be šypsenos. „Laisvalaikio“ inf.

Kinai

VILNIUS

FORUM CINEMAS AKROPOLIS

„Oazė: žaidimas prasideda“ (veiksma f., JAV, 3D, N-13) – 31-5 d. 10.30, 16.30 val. (1 d. 10.30 val. seansas nevyks).

„Oazė: žaidimas prasideda“ (veiksma f., JAV, N-13) – 31-5 d. 13.35, 20.20 val. (22.50 val. seansas vyks 31 d.).

„Apie ką kalba vyrai: pratesimas“ (komedija, Rusija) – 31-5 d. 13.55, 16.45, 19.30, 21.35, 22.40 val. (22.40 val. seansas vyks 31 d.).

„Svajonių apps'as“ (romantinė komedija, Kinija, Kanada, JAV, N-13) – 31-5 d. 10.40, 13.05, 18.30 val. (1 d. 10.40 val. seansas nevyks).

„Nepažįstamieji: nakties grobis“ (siaubo f., JAV, N-13) – 31-5 d. 16.10, 18.20, 20.30, 23.50 val. (23.50 val. seansas vyks 31 d.).

„Sengirė“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 31-5 d. 13.25, 18.10 val. (5 d. 18.10 val. seansas nevyks).

„Bulius Ferdinandas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) – 31-5 d. 13.25, 18.10 val. (5 d. 18.10 val. seansas nevyks).

„23-iasis Vilniaus tarptautinis kino festivalis „Kino pavasaris 2018“ – 31-5 d.



KINO TEATRUOSE NUO KOVO 30 D. KOMEDIJA, JAV, KANADA, KINJA, 2018
REŽISIERIUS: SCOTT SPEER
VAIDINA: ROSS LYNCH, OLIVIA HOLT, COURTNEY EATON, HARVEY GUILLEN.
FILMAS ANGLŲ KALBA SU LIETUVIŠKAIS SUBTITRAIS

Kailas – paauglys iš Kalifornijos, kurio gyvenimas pradeda keistis po tėvų skyrbybą. Tenka palikti ne tik Kaliforniją, bet ir mokyklą, bei geriausius draugus. Naujoje vietoje jis nesijaučia gerai, o ir santykiai su naujos mokyklos senbuviais nėra idealūs. Po vieno

„Forum Cinemas“ inf.

„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, V) – 31-5 d. 12.15 val.
„Raudonasis žvirblis“ (mistinis trileris, JAV, N-16) – 31-5 d. 21.10 val.
„Gnomai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, Kanada, Didžioji Britanija, V) – 4 d. 15 val.
„Gražuolė ir Sebastianas: draugai visam gyvenimui“ (Prancūzija) – 5 d. 15 val.
„Po medžiu“ (komedija, Islandija, Danija, Lenkija, Vokietija) – 6 d. 17 val.
„Floridos projektas“ (drama, JAV) – 6 d. 18.50 val.

„Eva“ (erotinis trileris, Prancūzija, Belgija) – 6 d. 21 val.

MULTIKINO OZAS

„Ešpenas ir kalno karalius“ (nuotykių f., Norvegija, N-7) – 31, 2-5 d. 12.45, 15 val. 21.15 val. (31 d. 20 val. seansas nevyks; 21.15 val. seansas vyks 31 d.).

„Sengirė“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 31-5 d. 13.25, 15.50, 19.10 val.

„Svajonių apps'as“ (romantinė komedija, Kinija, Kanada, JAV, N-13) – 31-5 d. 11.20, 13.10, 16 val. (1 d. 11.20 val. seansas nevyks).

„Apie ką kalba vyrai: pratesimas“ (komedija, Rusija) – 31-5 d. 13.40, 16.40, 19.15, 21.35 val.

„Nepažįstamieji: nakties grobis“ (siaubo f., JAV, N-13) – 31-5 d. 16.30, 18.40, 20.50 val.

„Visos jos tokios“ (originalo k.) – 31 d. 19.55 val. (Tiesioginė premjeros transliacija iš Niujorko Metropolitano operos)

23-iasis Vilniaus tarptautinis kino festivalis „Kino pavasaris 2018“ – 31-5 d.
NT Live'17: „Hamletas“ (spektaklis) – 5 d. 21 val.

„Triušis Piteris“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Didžioji Britanija, Australija, JAV, V) – 2-5 d. 10.11, 12, 13, 14.15, 15.15, 16.30, 17.15 val. 31 d. 10, 12, 13, 14.15, 15.15, 16.30, 17.15 val.

„Vaiduoklių žemė“ (siaubo f., Prancūzija, Kanada) – 31, 2-5 d. 21.45 val.

„Aš lieknėju!“ (komedija, Rusija) – 31 d. 19 val. 2-5 d. 16.45, 19 val.

„Kapu plėšikė Lara Kroft“ (fantastinis veiksmo ir nuotykių f., JAV, Didžioji Britanija, Japonija, Vokietija, N-13) – 31, 2-5 d. 14.15, 19.15, 21 val.

„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, V) – 31, 2-5 d. 10 val.

„Raudonasis žvirblis“ (mistinis trileris, JAV, N-16) – 31, 2-5 d. 21.15 val.

„Rūta“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 31, 2-5 d. 10.15, 12.15 val.

„Juodoji pantera“ (fantastinis nuotykių f., JAV, Didžioji Britanija, Japonija, Vokietija, N-13) – 31-5 d. 11.10, 14, 21.30 val. (1 d. 11.10 val. seansas nevyks).

„Kapu plėšikė Lara Kroft“ (fantastinis veiksmo ir nuotykių f., JAV, Didžioji Britanija, Japonija, Vokietija, N-13) – 31, 2-5 d. 11.10 val. 31 d. 23.20 val.

„Rūta“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 31, 2-5 d. 10.20 val. 31-5 d. 19 val.

„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, V) – 31, 2-5 d. 11.10 val.

„Gnomai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) – 31-5 d. 13.35 val.

„Rūta“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 31-5 d. 16.05 val.

SEANSAS VINGIS:
„Aš lieknėju!“ (komedija, Rusija, N-13) – 31-5 d. 12.40, 15.10, 18.30 val. (1 d. 12.40 val. seansas nevyks).

„Pelėdų kalnas“ (karinė drama, Lietuva, N-16) – 31-5 d. 12.30, 17.30 val. (1 d. 12.30 val. seansas nevyks).

„Nuostabiųjų lūzeriai. Kita planeta“ (dokumentinis f., Lietuva) – 31-5 d. 15.20 val.

„Raudonasis žvirblis“ (mistinis trileris, JAV, N-16) – 31-5 d. 20.20 val.

SKALVIJOS KINO CENTRAS
„Maria Callas: savais žodžiais“ (dokumentinis f., Prancūzija) – 31 d. 16.30 val. 2 d. 14.50 val. 3 d. 20.40 val. 5 d. 18.40 val.

„Sengirė“ (dokumentinis f., Lietuva) – 31 d. 14.50 val. 2 d. 19.30 val. 3, 5 d. 17 val.

„Dabar tau jau padėk man, Dieviui!“ (dokumentinis f., Prancūzija, Belgija) – 31 d. 18.40 val. 2 d. 21.10 val. 4 d. 17 val. 5 d. 20.50 val.

„Triušis Piteris“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Didžioji Britanija, Australija, JAV, V) – 31 d. 13 val. 2 d. 13 val.

„Pelėdų kalnas“ (karinė drama, Lietuva, N-16) – 31 d. 20.40 val. 4 d. 21 val.

„Nematomas siūlas“ (romantinė drama, JAV, N-13) – 2 d. 17 val.
„Naujokas“ (komiška drama, Prancūzija) – 3 d. 15 val.
„Dagas iš akmens amžiaus“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Didžioji Britanija, V) – 4 d. 15 val.
„Gražuolė ir Sebastianas: draugai visam gyvenimui“ (Prancūzija) – 5 d. 15 val.
„Po medžiu“ (komedija, Islandija, Danija, Lenkija, Vokietija) – 6 d. 17 val.
„Floridos projektas“ (drama, JAV) – 6 d. 18.50 val.

„Eva“ (erotinis trileris, Prancūzija, Belgija) – 6 d. 21 val.

„Ešpenas ir kalno karalius“ (nuotykių f., Norvegija, N-7) – 31, 2-5 d. 12.45, 15 val. 21.15 val. (31 d. 20 val. seansas nevyks; 21.15 val. seansas vyks 31 d.).

„Sengirė“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 31-5 d. 13.25, 15.50, 19.10 val.

„Svajonių apps'as“ (romantinė komedija, Kinija, Kanada, JAV, N-13) – 31, 2-5 d. 11.45, 16.45 val.

„Sengirė“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 31, 2-5 d. 11, 13, 15, 17, 19 val.

„Oazė: žaidimas prasideda“ (veiksma f., JAV, N-13) – 31, 2-3, 5 d. 11.30, 14.30, 18.45, 20.30, 21.45 val. 4 d. 14.30, 18.45, 20.30, 21.45 val.

„Oazė: žaidimas prasideda“ (veiksma f., JAV, 3D, N-13) – 31, 2-5 d. 17.30 val.

„Ugnies žiedas: sukilimas“ (veiksma ir nuotykių f., JAV, N-13) – 31, 2-5 d. 17.15, 19.30, 21.45 val.

„Triušis Piteris“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Didžioji Britanija, Australija, JAV, V) – 2-5 d. 10.11, 12, 13, 14.15, 15.15, 16.30, 17.15 val. 31 d. 10, 12, 13, 14.15, 15.15, 16.30, 17.15 val.

„Vaiduoklių žemė“ (siaubo f., Prancūzija, Kanada) – 31, 2-5 d. 21.45 val.

„Aš lieknėju!“ (komedija, Rusija) – 31 d. 19 val. 2-5 d. 16.45, 19 val.

„Kapu plėšikė Lara Kroft“ (fantastinis veiksmo ir nuotykių f., JAV, Didžioji Britanija, Japonija, Vokietija, N-13) – 31, 2-5 d. 14.15, 19.15, 21 val.

„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, V) – 31, 2-5 d. 10 val.

„Raudonasis žvirblis“ (mistinis trileris, JAV, N-16) – 31, 2-5 d. 21.15 val.

„Rūta“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 31, 2-5 d. 10.15, 12.15 val.

„Juodoji pantera“ (fantastinis nuotykių f., JAV, Didžioji Britanija, Japonija, Vokietija, N-13) – 31-5 d. 11.10, 14, 21.30 val. (1 d. 11.10 val. seansas nevyks).

„Kapu plėšikė Lara Kroft“ (fantastinis veiksmo ir nuotykių f., JAV, Didžioji Britanija, Japonija, Vokietija, 3D, N-13) – 31-5 d. 16.20 val.

„Bitė M

„Laisvalaikio“ klubo partneriai



Daugiau kaip **250** vietų visoje Lietuvoje, kur taikoma nuolaida su „Laisvalaikio“ kortele!

• Būtume dėkingi, jei informuotumėte mus apie partnerius, nesuteikusių Jums nuolaidos su „Laisvalaikio“ kortele, tel. (8 5) 212 33 44 arba el. p. club@respublika.net.

APRANGA, AKSESUARAI

Galanterijos parduotuvės „Odera“. Vilnius. 10% nuolaida nenukainotoms ir neakcijinėms prekėms. Tel. (8 5) 240 0511, www.oder.lt
Juvelyrinių dirbinių parduotuvė „Auksinė dovanelė“. Vilnius. 28% nuolaida juvelyriniams dirbiniams ir aksesuarams. www.auksinedovanele.lt
Drabužių parduotuvė „Ingrid“. Kaunas. 10% nuolaida prekėms. Tel. (8 693) 59 358, www.ingrid.lt

TEATRAS

Anželikos Cholinios šokio teatras. 15% nuolaida 2 bilietams. www.ach.lt



Oskaro Koršunovo teatras. 20% nuolaida 2 bilietams, išskyrus premjeras ir spektaklį „Zuvedra“. Tel. (8 650) 35 646, www.okt.lt
Juozo Milinio dramos teatras. Panevėžys. 20% nuolaida 2 bilietams, išskyrus premjeras, šventinius ir vaikiškus spektaklius. www.milinitheatras.lt
„Senamiesčio lėlių“ teatras. Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 679) 61 422, www.puppetstheatre.lt
Užupio teatras. Vilnius. 40% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 608) 34 222, www.uzupiotheatras.lt
Teatras „Cezario grupė“. Vilnius. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 614) 95 952, (8 618) 59 753, www.cezarigrupe.lt
Valstybinis Vilniaus mažasis teatras. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 261 3195, www.vmt.lt
Improvizacijų teatras „Kitas kampas“. Vilnius. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 682) 66 383, www.kitaskampas.lt
„Keistuolių teatras“. Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 242 4585, www.keistuoliai.lt
Lietuvos rusų dramos teatras. Vilnius. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 265 2167, www.rusudrama.lt
Teatras vaikams „Raganiukės teatras“. Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 677) 19 812, www.raganiuke.lt
Kauno mažasis teatras/20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 37) 226 090, www.mazasisiteatras.lt
Kauno valstybinis muzikinis teatras. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 37) 200 933, (8 37) 228 784, www.muzikinisiteatras.lt
Valstybinis šiaulių dramos teatras. Nuo 25% nuolaida 2 bilietams į „Šiaulių dramos teatro“ spektaklius nuo didžiausios galiojančios bilietų kainos. Tel. (8 41) 523 209, www.vsd.lt

KITOS PRAMOGOS

Kelionių agentūra „Boutique Travel“. Vilnius. Papildoma pramoga kelionėje, tiksliai nurodyta kiekvienos kelionės aprašyme. Tel. (8 5) 210 1216, www.boutiquetravel.lt
Kelionių agentūra „Estravel Vilnius American Express TRS“. 5% nuolaida kruizams, keltams, viloms Italijoje ir TUI kelionėms ir 10% nuolaida ekskursijoms Lietuvoje. Tel. (8 5) 212 5805, 212 5803
Laipynių parkas „Dainuovs nuotykių slėnis“. Anykščiai. 20% nuolaida 2 asmenims. Tel. (8 693) 35 060, www.nuotykiuslenis.lt
Vakarienė ant Druskinio ežero laive „Druskinio perlas“. Druskininkai. 12% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 604) 30 002, (8 670) 90 724, www.saltytour.lt
Naujos kartos vandens dviračiai „Waterpillar“. Druskininkai. 50% nuolaida vandens dviračio nuomai. Tel. (8 670) 90 724, www.saltytour.lt
www.skrzydziarobaloniais.lt. 20% nuolaida ne daugiau kaip 2 žmonėms. Tel. (8 618) 30 069
Keleivinis pramoginis laivas „Nidas“. Nida. 15% nuolaida kelionei laivu, 1 asmeniui. Tel. (8 698) 31 378, www.nidas.eu
Boulingo ir biliardo klubas „Amerigo“. Vilnius, Kaunas. 20% nuolaida boulingo ir amerikietiško biliardo žaidimams. Tel. (8 5) 249 0707, (8 37) 328 686, www.amerigo.lt
„Pool House“ biliardas. Vilnius. 10% nuolaida žaidimui ir 5% nuolaida biliardo inventorijai įsigyti. Tel. (8 656) 50 014

SVEIKATINGUMO PASLAUGOS

Šv. Kristoforo odontologijos klinika. Vilnius. 100% nuolaida pirmai konsultacijai, 10% terapiniams gydymui ir burnos higienos procedūroms, 5% dantų protezavimui. Tel. (8 5) 261 7143, www.kristoforoklinika.lt
„GK klinika“. Vilnius. 10% nuolaida paslaugoms. Tel. (8 5) 255 33 53, (8 620) 55 599, www.gkklmika.com
Odontologijos klinika „Dantų priežiūros centras“. Kaunas, Klaipėda, Prienai, Raseiniai, Jurbarkas, Gargždai. 10% nuolaida visoms paslaugoms (išskyrus implantaciją) ir 100% nuolaida konsultacijai. Tel. (8 612) 36 694, www.dpc.lt
Reabilitacijos ir sveikatingumo centras „Gemma“. Vilnius. 12% nuolaida visoms paslaugoms (išskyrus slaugą). Tel. (8 5) 234 0305, www.gemma.lt
Mityba-sportas-rezultatas www.kilo.lt
15% nuolaida narystei. Tel. (8 631) 70 196
Parduotuvė „Optikos pasaulis“. 20% nuolaida akinų rėmeliams, saulės akinams, jų priedams. Tel. (8 5) 242 4585, www.optikospasaulis.lt
„Memelio optika Boutique“. Klaipėda. 30% nuolaida visoms prekėms. Tel. (8 46) 252 430, www.memeliooptika.lt
Optikos „Vizija“. 15% nuolaida prekėms ir jų priežiūros priemonėms. www.optikavizija.lt

VIEŠBUČIAI

Viešbutis ir restoranas „Moon Garden Hotel“. Vilnius. 20% nuolaida apgyvendinimui ir 15% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 5) 219 99 49, www.moongardenhotel.com
Sodyba „Terra poilsis“. Kaunas. 10% nuolaida namų aromatams, kvėpajantioms žvakėms, persikiešimams, šviestuvams, interjero detalėms. Tel. (8 696) 11 600, www.laurosnamai.lt
Viešbutis „Rinno“. Vilnius. 10% nuolaida apgyvendinimui. Tel. (8 5) 262 2828
Viešbutis „Karolina“. Vilnius. 15% nuolaida viešbučio ir restorano paslaugoms (į pagrindinio meniu). Tel. (8 5) 245 3939
Viešbutis „Narutis“. Vilnius. 20% nuolaida apgyvendinimui ir 15% nuolaida sąskaitai viešbučio restorane. Tel. (8 5) 212 2894
Viešbutis „Europa City“. Vilnius. 20% nuolaida (nuo dienos kainos) apgyvendinimui. Tel. (8 5) 251 4477, www.europacity.lt
Viešbutis „Pažaislio parkas“. Kaunas. 20% nuolaida apgyvendinimui. Tel. (8 37) 452 433
Viešbutis „SPA Hotel Belvilis“. Kirmėlė, Molėtų r. 10% nuolaida pirčių-baseno komplekso paslaugoms, kitoms papildomoms pramogoms ir paslaugoms bei sąskaitai restorane. Tel. (8 383) 51 098, www.belvilis.lt

KITOS PASLAUGOS

Svarumo centras „Jogė“. Vilnius, Alytus. 20% nuolaida drabužių valymui ir 15% nuolaida odinių ir kailinių gaminų valymui. Tel. (8 5) 264 9164, www.jogje.lt
Vyrų šokių kostiumų studija „Tartan“. Vilnius. 10% nuolaida siuvimo ir taisymo paslaugoms. Tel. (8 607) 73 130, www.tartan.lt
Vaidos veterinarijos klinika Vilnius. 8% nuolaida uždovėms ir gyvūnų maistui, 15% nuolaida gydymo paslaugoms. Tel. (8 611) 12854, www.vetklnika-vilnius.lt
Šunų kirpykla „Pet Style“. Vilnius. 10% nuolaida paslaugai, 15% nuolaida prekėms. Tel. (8 607) 91817, www.petstyle.lt
Tekstilinė automobilių plovykla „Tyra“. Vilnius. Bronzinė programa – 6 Eur, sidabrinė – 7 Eur, auksinė – 8 Eur, platininė (su LAVA putomis) – 9 Eur. Tel. (8 5) 274 1381, www.tyraplovykla.lt



Automobilių nuoma „Easy Rent“. Vilnius. 18% nuolaida įmonei priklausančių lengvųjų automobilių ir mikroautobusų nuomai. Tel. (8 5) 212 3691, (8 604) 11 779
Automobilių plovimas ir valymas „Svari auto“. Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms. Tel. (8 615) 13 999, www.svariauto.lt
Limuzinų nuoma „Salmagood“. Vilnius. 30% nuolaida limuzinų nuomai. Tel. (8 643) 33 333, www.smglimo.lt

KITOS PREKĖS

Tekstilės dizaino studija „LHI Lovely Home Idea“. Vilnius. 10% nuolaida prekėms. Tel. (8 699) 45 553, www.lovelyhomeidea.com
Interjero salonas-galerija „Lauros namai“. Kaunas. 10% nuolaida namų aromatams, kvėpajantioms žvakėms, persikiešimams, šviestuvams, interjero detalėms. Tel. (8 696) 11 600, www.laurosnamai.lt
Gėlių salonas „Indigo gėlės“. Vilnius. 20% nuolaida prekėms. Tel. (8 612) 50 040, www.indigoegels.lt
Parduotuvė „3D stiklė“. Vilnius. 11% nuolaida vienetiniams graviuotiems stiklo gaminiams. Tel. (8 640) 54 820, www.3dstikle.lt
Motosalonas „Yamaha“. Klaipėda. 10% nuolaida aksesuarams, šalmams, aprangai, detalėms. Tel. (8 613) 65 994
Žuklės reikmenų parduotuvė „Triturus“. Vilnius. 15% nuolaida prekėms. Tel. (8 5) 243 0234
Maisto produktų krautuvėlė „Naturalia“. Vilnius. 5% nuolaida šviežiai mėsi, 20% graikiškai produkcijai, 20% itališkiems makaronams. Tel. (8 682) 22 333, www.erukas.lt
Konditerijos gaminiai „Alkava“. Kaunas, Ukmergė, Kėdainiai. 10% nuolaida tortams. www.alkava.lt

KONCERTAI, RENGINIAI

Koncertų organizatorius „ARTS Libera International“. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 677) 00 699, www.artslibera.com
Valstybinis choras „Vilnius“. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 233 6069, www.chorasvilnius.lt
Koncertų organizatorius „GM Gyvai“. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 650) 73 203, www.gmgvyai.lt
Koncertai „Bardai Lt“. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 650) 48 387, www.bardai.lt
Lietuvos valstybinis simfoninis orkestras. Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 261 8828, www.lvso.lt
Klaipėdos koncertų salė. Klaipėda. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 46) 410 566, www.koncertusale.lt
„Lietuvos valstybinis simfoninis orkestras“. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 261 8828, www.lvso.lt
Menų fabrikas „Loftas“. Vilnius. Specialūs pasiūlymai į renginius. www.menufabrikas.lt

MOKYKOS KURSAI

„American English School“. 24 Eur nuolaida kalbų kursams Lietuvoje, 44 Eur nuolaida kalbų kursams ir stovykloms užsienyje. Tel. (8 5) 279 1011, (8 610) 30 006, www.ames.lt
„Soros International House“. 24,62 Eur nuolaida kalbų kursams mokytis grupėse Lietuvoje. Tel. (8 5) 272 4879, www.sih.lt
Interjerinių lėlių gaminimo kursai „Senamiesčio lėlės“. Vilnius. 30% nuolaida interjerinių lėlių gaminimo kursams. Tel. (8 687) 91 422, www.puppetstheatre.lt

GROŽIO PASLAUGOS

Masažai, SPA ritualai, aromaterapija „Provanso kvapai“. Vilnius, Klaipėda. 12% nuolaida prekėms ir paslaugoms. Tel. (8 679) 25 055, www.provanskvapai.lt
Estetinės medicinos ir dermatologijos klinika „Grožio pasaulis“. Kaunas. 10% nuolaida kosmetologinėms procedūroms, kūno įvyniojimams ir antiulitulinėms procedūroms presoterapijos aparatu. Tel. (8 37) 313 900, www.groziopasaulis.lt
Medicinos klinika „Mirameda“. Vilnius, Kaunas, Klaipėda. 10% nuolaida visoms medicininio gydymo, grožio bei sveikatinimo paslaugoms. Nuolaidos nesumuojamos. Nuolaida negalioja medicininėms sveikatos patikros programoms. Tel. (8 5) 212 5566 (Vilnius), (8 37) 333 557 (Kaunas), (8 46) 315 111 (Klaipėda), www.mirameda.lt
Grožio namai „Merci Merc“. Šiauliai. 10% nuolaida nuo oficialių kainų paslaugoms ir prekėms. Tel. (8 611) 33 227, www.merci-merci.lt

NUO 2017 M. VASARIO 1 D. PRADĖTOS GAMINTI NAUJOS PAPRASTOS „LAISVALAIKIO“ KORTELĖS. UŽSISAKYKITE: WWW.LAISVALAIKIS.LT/ANKETA
Nuo 2016 m. sausio 18 d. nebeįsduodamos „SEB Laisvalaikis“ MASTERCARD kortelės. Senos kortelės galios kaip įprastai iki galiojimo termino pabaigos. Informacija www.seb.lt

PROGNOZĖ KOVO 31 - BALANDŽIO 6 D. Profesionalios astrologės Lilijos Bašanienės paslaugos
BLOGOS DIENOS: KOVO 31 D., BALANDŽIO 1 D.
Tel. 865698074
El.p. btime@elnet.lt

Avinui. Asmeniniame gyvenime galite tikėtis rimtų pertvarkymų. Tinkamas laikas prisiminti savo pareigas pasirašyti, galite įsigyti ilgai naudojamus ir praktiškus daiktus. Daugiau laiko praleiskite gamtoje.

Vėžiui. Vyraus kiek prislėgtos asmeninio gyvenimo nuotaikos, atminties jos bus trumpalaikės. Bus sunku rasti bendrą kalbą su aplinkiniais, jus daug kas erzins. Pasistenkite į viską reaguoti paprasčiau, nedarykite iš kiekvienos smulkmenos tragedijos. Palankus laikas pradėti sportuoti.

Svarstyklėms. Meilės reikalai puikiai klosis neturintiems antros pusės. Pažintis su priešingos lyties atstovu išsduos iš kasdienės rutinos. Galėsite padirbėti namuose ir pasidžiaugti puikiais rezultatais. Dabar galite priimti drąsų sprendimą ir kardinaliai pakeisti gyvenimą. Saugokitės peršalimo.

Ožiaragiui. Pažintys bus greitos, tačiau jūsų nežiūgins. Vėrciau laisvą skirkite savo pomėgiams, keliaukite, skaitykite, ieškokite nusiramimo gamtoje. Palankus laikas atlikti net pačius sudėtingiausius darbus. Būtinai tuo pasinaudokite ir pasistenkite padaryti kuo daugiau. Puikus metas ieškoti naujų saviraiškos galimybių.

Rytų masažo namai „Azia SPA“. Vilnius. 10% nuolaida procedūroms. Kiekvieną mėnesį spec. pasiūlymai tik su „Laisvalaikio“ kortele. Tel. (8 5) 244 4646, (8 644) 03 000, www.aziaspa.lt
Soliariumas „Nefertiti“. Kaunas. 15% nuolaida soliariumo paslaugoms. Tel. (8 37) 23 74 50
Grožio namai „Sothys“. Vilnius. 15% nuolaida prekėms ir paslaugoms. Tel. (8 620) 15 551, (8 46) 240 340, www.sothis.lt
Ajurvedos centras „Shanti“. Vilnius. 15% nuolaida visoms procedūroms. Tel. (8 606) 75 557, www.ajurveda.lt
Grožio salonas „Gatineau“. Vilnius, Toronų g. 19. 15% nuolaida visoms grožio paslaugoms. Tel. (8 5) 261 8364, (8 675) 44 448, www.groziopasaulis.lt
Moters mokykla. 15% nuolaida užsiėmimams. Tel. (8 698) 14 529, www.motersmokykla.lt

SPORTAS IR PRAMOGOS

Sostinių golfo klubas. Pipiriskų k., Elektrėnų sav. 10% nuolaida golfo žaidimui, nuomai ir kitoms paslaugoms, 15% maistui. Tel. (8 619) 99 999, www.capitals.lt
Sporto klubas „The Royal Athletic Club“. Vilnius. 10% nuolaida visoms 6 mėnesių narystėms (įskaitant ir el. sąskaitas). Tel. (8 5) 2159384, www.raclub.lt
Savicko sporto klubas. Vilnius. 10% nuolaida visiems kartiniams, dieniniams, pilnas ir pilnas plus abonentams. Tel. (8 616) 14477, www.savickosportoklubas.lt
Sporto klubas „Apelinas“. Klaipėda. 50% nuolaida vienkartiniam apsilankymui, 20% nuolaida abonentui, 15% nuolaida soliariumo abonentui. Tel. (8 46) 259 922, 322 522, www.apelinas.lt
Laisvalaikio centras „7 mūzos“. Vilnius. 10% nuolaida treniruoklių salė bei grupinių sveikatingumo užsiėmimų suaugusiųjų abonentams. Tel. (8 5) 247 0700, www.7muzos.lt
Laisvalaikio centras „7 mūzos“. Vilnius. 15% nuolaida suaugusiųjų grupinių užsiėmimų (šokių) abonentams. Tel. (8 5) 247 0700, www.7muzos.lt
Anykščių, Zarasų – 2 Eur nuolaida*. *Trukmė 2 val.
Smalininkai. 50% nuolaida mėgėjų turnyrų dalyviui (1 asm.) startiniam mokesčiui, 30% nuolaida individualiam (2 asm.) pasivažinėjimui, 144,81 Eur nuolaida (1 asm.) vasaros vaikų stovyklai. Tel. (8 620) 86 666, www.rkv-racing.lt
Europos centro golfo klubas. Girijos k., Vilniaus r. 10% nuolaida golfo žaidimui ir įrangos nuomai bei 100% nuolaida treniručių zonai ir lazdu nuomai pirmojo apsilankymo metu. Tel. (8 616) 26 366, www.golfclub.lt
Dažų dydžio sporto klubas „Legionas“. Kaunas. 20% nuolaida dažų dydžio ir šratų dydžio žaidimams (6 asm.). Tel. (8 687) 22 333, www.legionas.lt
„Pramogų pasaulis“. 30% nuolaida dažų dydžio pramogai (iki 3 asmenų). Tel. (8 676) 11 121

LAISVALAIKIS SVEIKINA



Dainininkas
Olegas Ditkovskis
1955 04 02



Muzikantas
Aras Vėberis
1970 04 04



Meninkė
Agnė Kišonaite
1983 04 06



Aktorė
Justė Zinkevičiūtė
1989 04 06

LAISVALAIKIS RINKODAROS SKYRIUS

REDAKTORĖ

Agnė VAITAIŠIŪTĖ-KEIZIKIENĖ
laisvalaikis@respublika.net

ŽURNALISTĖS

Eimantė JURŠENAITĖ
eimante.jursenaite@respublika.net

Ringailė STULPINAITĖ-GILDE
ringaile.stulpinaite@respublika.net

PRENUMERATA

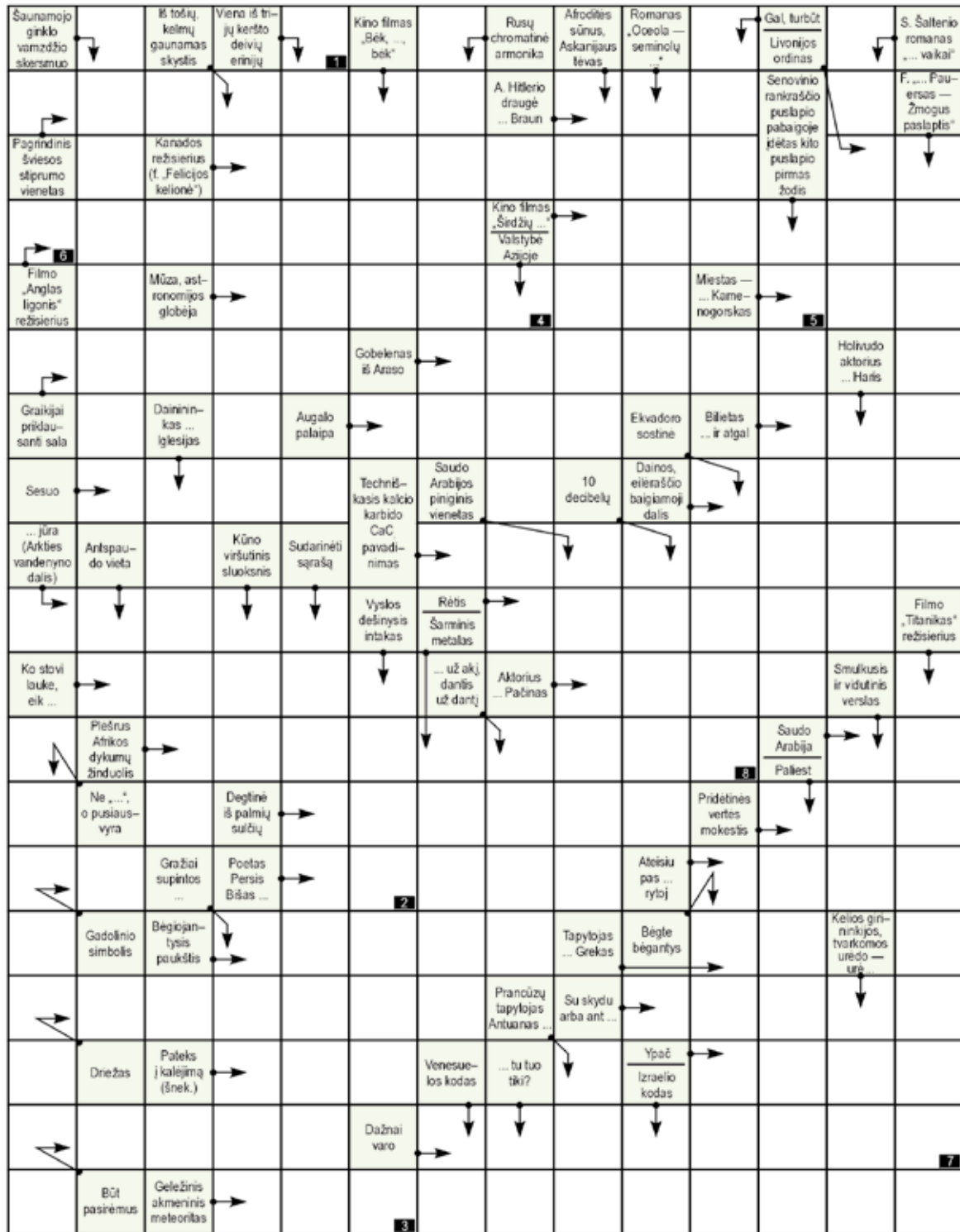
Tel. (8 5) 212 18 05

REKLAMOS KURSIUS

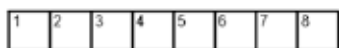
Koordinatorė tel. (8 5) 212 31 00
reklama@respublika.net

ADRESAS

ASmetonos g. 2, LT-01115 Vilnius
Tel. (8 5) 212 36 26



Parengė žurnalo „oho“ redakcija



**Teisingai išsprendę kryžiažodį
galite laimėti rašytojos
Hanos Kent (Hannah Kent)
knygą „Paskutinės apeigos“.**

Atsakymą iki balandžio 5 d. siųskite SMS žinute numeriu 1390. Rašykite: LV KR, atsakymą, vardą, pavardę ir miestą. Žinutės kaina 0,29 EUR. Praeitą kryžiažodžio laimėtoja **Jolanta Dovydenienė** iš Vilniaus. Jai bus įteikta Hanos Kent (Hannah Kent) knyga „Paskutinės apeigos“.

*Dėl prizų teiraukitės telefonu Vilniuje
212 36 26. Prizai laikomi dvi savaites.*



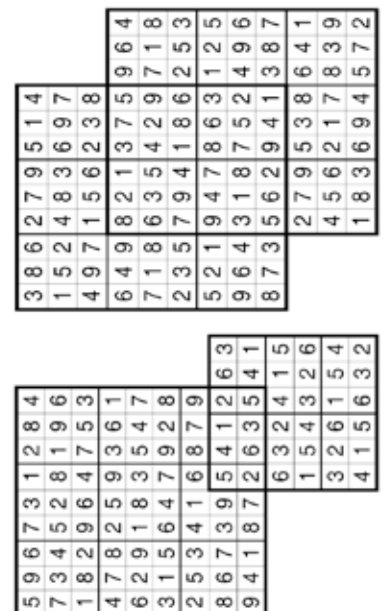
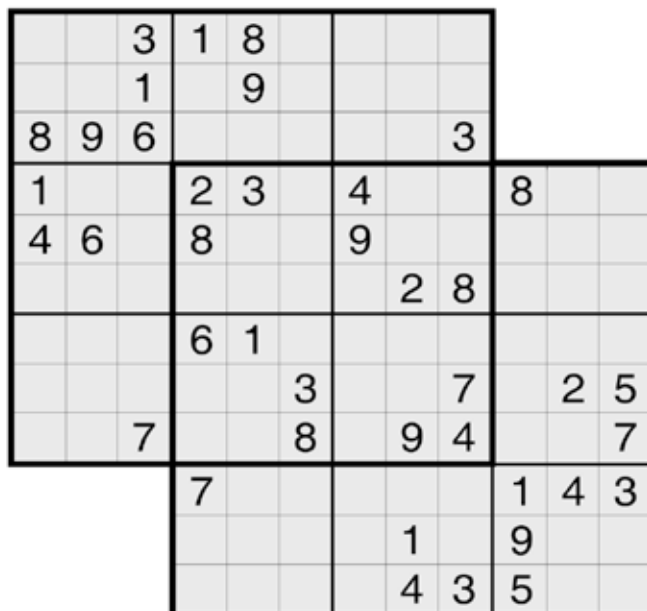
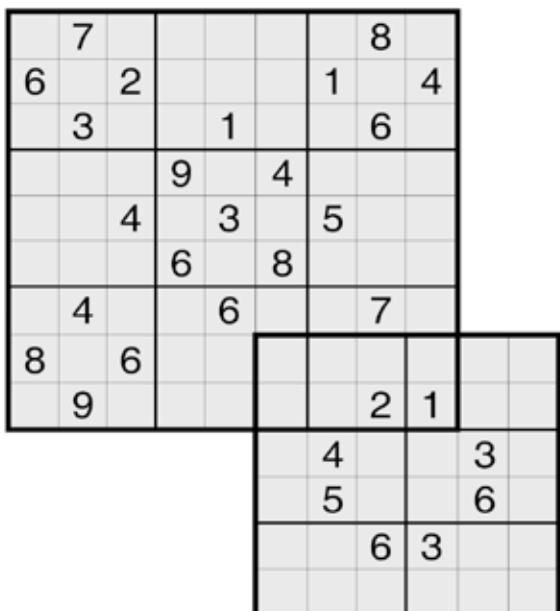
**Kryžiažodžio, išspausdinto
praėjusiam numerį, atsakymai:**

Vertikalīai: Oklahoma. Kaulenis. Osaka.
Reiklus. Kvaga. Rarotai. TG. Moka. Kokitas.
Kar. Lyja. Hamakas. Nica. Ne. Moralas. Galis.
Romenas. Pagijo. Soliteras. Paramos. Poteris.
Satinas. Karelās. Tukanas. Doleris. Salakas. To.
Atis. Trotilas. BAM. Ūsas. Kaluga. Iridē.

Horizontaliai: Kmynas. Ko. Lovoje. Opalas.
Pasaka. Loreta. Haga. Riteris. Šoka. Motelis. Ma.
Homeras. Kareris. TK. Romanas. Ra. Karakalas.
Sol. Erikas. Tatu. Kiotas. Sulig. Aktas. Pakala.
Šulas. Pataka. Lui. Garinasi. Es. Naganas.
Kilimas. Bi. Pistacijos. Tad. Grasos. Lomė.

Pažymėtuose langeliuose:
GALAKTIKA.

SUDOKU



Galvosūkių, išspausdintų prieš savaitę, atsakymai.

Parengė „Galvosūkių klubas“

**ANEKDOTAI**

- Kur tu pirmiausia žiūri,
kai pamatai gražią moterį?
- Ar manoji nežiūri?

*Mergina kalbasi su vaikimu:
- Žinai, pagaliau gavau tei-
ses. Dabar mašiną renkuosi.
Gal patartum, kokią man ge-
riausiai būtų įsigyti?
- Skalbimo...*

- Mes su žmona susitikome
diskotekoje.
- Kaip romantiška!
- Romantiškiau būt negali!
Aš galvojau, kad ji namuose su
vaikais sėdi...

- Girdėjau, vedei? Kas čia tau šovė į galvą?
- Ai, nesinorėjo ištisai per merginas eiti.
- Na, o dabar kaip?
- O dabar norisi...

- Jaunoji sako savo būsi-
mam vyriui:
- Po vestuvių aš leisiu tau pa-
bučiuoti mane ten, kur dar niekas
manęs niekada nebučiuavo.
- Ir kur gi?
- Havajuose.

- *Ačiū, teta, už dovaną, - sa-
ko Petriukas.*
- *Newerta dėkoti, mano mie-
lasis, - šypsosi teta.*
- *Ir aš taip manau, bet ma-
ma liepė...*

*Žmona guodžiasi vyrui:
- Brangusis, aš niekaip ne-
galiu užmigti...
- Tai normalu. Blogis nie-
kada nemiega.*

*Pas gydytojų:
- Galiu jus pasveikinti, ju-
myse užsimezgusi nauja gyvy-
bė.*

- Gydytojai, bet gi aš vyras!
- Žinokit, askaridėms vienas ir tas pat.

Kalbasi du draugai:
 - Kur šiais metais atostogausite?
 - Niekaip su žmona negalime sutarti. Aš tai norėčiau važiuoti į Tailandą.
 - O žmona?
 - Žmona norėtų kartu su manim...

- Galvojau, kur čia man išvykt pailsėt... Paskaičiavau pinigų... Ir supratau, kad nepavargęs...

- Kaip sekasi draugauti su savo mergina?
- Išsiskyrimė.
- Kodėl?
- Susipykome. Ji šaukė: „Nemyli tu manęs!“ O aš: „Nagi, aš tavę myliu, Alma!“
- O ji?
- O ji - Vilma.