

Nesustabdytas MAESTRO laikas



Nors Maestro **VIRGILIJUS NOREIKA** gerai žinomam kūrinyje dainavo, kad laiko nesustabdysi ir neatsuksi atgal, savo kūryba, darbais ir nuopelnais Lietuvos muzikos pasauliui jis laiką sustabdė. Jo darbai ir po mirties išliko gyvi ne tik artimųjų, kolegų ir bendražygių širdyse, bet ir visos Lietuvos atmintyje. Kovo 3-iąją Anapilin išėjęs V.Noreika savo žinias, patirtį ir neblėstantį polėkį muzikai perdavė jaunajai kartai.

2 p.

Stasio Žumbio nuotr.



Astrologė Vaiva Budraitytė atskleidė, kodėl ji rekomenduoja kiekvienam turėti po talismaną

Plačiau 4 p.



Rašytojas Romas Gudaitis papasakojo, kuo išskirtinis anuomet buvo filmas „Skrydis per Atlantą“

Plačiau 5 p.



Grupės „Saulės kliošas“ vokalistės Justės Starinskaitės receptas, ką daryti, kad būtum įdomus pasauliui

Plačiau 6 p.



Kokių panašumų aktorė Gintarė Latvėnaitė turi su žinoma britų aktore Tilda Svinton?

Plačiau 7 p.

Maestro VIRGILIJUS NOREIKA - mokytojas ir scenoje, ir gyvenime



Virgilijus Noreika su žmona balerina Loretta Bartusevičiūtė-Noreikiene ir sūnumi Virgilijumi



Maestro - ir scenoje, ir gyvenime - taip jį apibūdina jo artimiausieji draugai, bičiuliai ir bendražygiai. Visi sutaria, kad operos solisto **VIRGILIJAUS NOREIKOS** (1935-2018) indėlis į Lietuvos kultūrą yra neišmatuojamas jokiais apdovanojimais ir neįvertinamas jokiais premijomis. Tiesa, pats Maestro buvo kuklus ir savikritiškas. To paties jis reikalaujavo ir iš kitų - profesionalaus požiūrio į darbą, atsidavimo ir darbštumo.

Režisierė **LAIMA LINGYTĖ**, filmo „Briliantinis tenoras“ (2015 m.) apie Maestro Virgilijų Noreiką autorė:



Su Maestro susipažinau dar 1984 m., įrašinėjant operą „Otelas“. Nuo to laiko neprasislenkdavome, dažnai susitikdavome televizijos studijoje, kur buvo filmuojamos operų arijos. Pamenu, įrašinėjome ariją iš operos „Bohema“. Parėngėme dekoracijas, iš medžiagos skiaučių stilizuotą ugnelę. Dar grimo kambaryje mane užkalbino VNoreika ir labai gražiai, taktiškai, be priežiūros gaidelės paaiškino, kad tos ugnelės būti negali, juk epizodo personažai - vargšai studentai, neturėję net malkų. Man tai labai įsiminė - ne visi mokėjo taip gražiai elgtis su aplinkiniais, o kūrybinės grupės nariai tuo metu buvome jauni, dar nieko nenuveikę ir ne visada išgirdavome tokių taktiškai išsakytų pastebėjimų. Panašios smulkmenos daugiausiai ir išduoda apie žmogų. Mano supratimu, žmonės būna geri arba ne. Maestro - geras žmogus, jautrus menininkas, turėjęs puikų humoro jausmą, padėjęs jam užglaistyti net ir sudėtingas situacijas. O tokių jo gyvenime netrūko. Tačiau jis net ir po sunkiausių gyvenimo epizodų sugebėjo atsiesti ir rasti savyje jėgų. Grįžus iš Venesuelos, jis daug koncertavo Lietuvoje ir jo bal-

Dirigentas, profesorius **DONATAS KATKUS**:

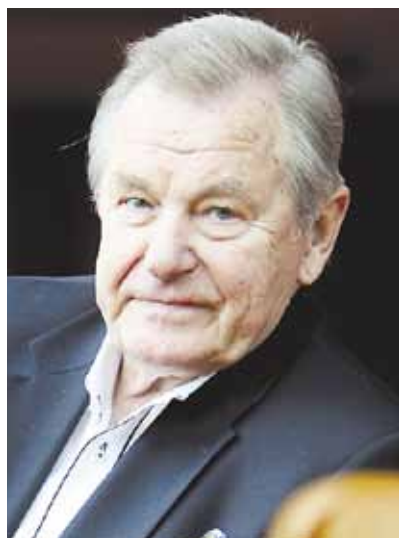


Išliko daugybė Maestro Virgilijaus Noreikos garso bei vaizdo įrašų, tad ir jis išliks, skambės ir bus nepamirštamas. Žmonės visą gyvenimą būna labai įvairūs, o VNoreika visada buvo geras žmogus. Jis turėjo puikų humoro jausmą, pašmaikštaudavome kartais besiruošdami spektakliui. Pamenu, jis visada buvo labai elegantiškas, nesvarbu, kur eidavo. Net ir į žvejybą nevažiuodavo bet kaip apsirengęs. Jo karjera buvo sėkminga, nors galėjo būti dar sėkmingesnė. Teko gyventi įvairių politinių peripetijų ir baisios konkurencijos laikais, kai jis buvo tarsi už-

darytas ir užsienyje siekti karjeros negalėjo. O kai galėjo išvykti, VNoreika pasiliko su Lietuva. Jam teko patirti ir įvairių intrigų. Pradedant nuo to, kai jis vadovavo Lietuvos nacionali-

niam operos ir baletu teatrui, kuriame intrigos virė, o pasipūtusių atlikėjų netrūko. Tačiau jis nenusileido. Kaip bebūtų, Lietuvoje dėl karjeros grumtis jam nereikėjo. Mano manymu, jis paskutinis lietuviškasis solistas. Dabar daugelis dainuoja anglų ar italų kalbomis, o VNoreika - senosios tradicijos sekėjas, kuris itališkas operas dainavo lietuviškai. Antanas Maceina savo knygoje „Filosofijos kilmė ir prasmė“ rašo, kad geriausiai filosofuoti galime gimtąją kalbą, tokiu kampu matome pasaulį. Taip ir VNoreika iš savo lietuviškos perspektyvos dainavo lietuvių kalbą - tikrą kalbą ir tikrą prasmę.

Operos solistas **EDUARDAS KANIAVA**:



Mane su Virgilijumi siejo ne tik profesinė veikla, bet ir draugystė nuo pat pirmųjų dienų. Mes dalyvavome pirmame studentiškame spektaklyje „Eugenijus Oneginas“, buvome priimti į teatrą kaip stažuotojai ir visa ta veikla - tiek pedagoginė, tiek artistinė - mus labai artimai siejo. Jo netektis yra didelė netektis ne tik artimiesiems, bet ir visai mūsų tautai. Virgilijus Noreika tapo dainavimo simboliu. Jis buvo labai įvairiapusis. Pamenu, kai buvau studentas, įsigijau motorolerį. Juo važiuodavome žuvalti ir meškeriodavome labai aktyviai bei dažnai. Jo namai man visada buvo atviri - tiek kaime, tiek mieste lankydavausi labai dažnai. Kaip dainavo Virgilijus, laiko nesustabdys, laikas visagalis, bet mano giliu įsitikinimu, Virgilijaus dainavimas įrodė, kad laikas yra nesustabdomas. Esu tikras, kad jo balsas skambės dar labai ilgai.

Operos solistas, baritonas **EUGENIJUS CHREBTOVAS**:



Dar nesuprantu, kad jo nebėra ir kalbėti apie maestro būtu jau laiku sunku. Visada atrodė, kad jis bus amžinas. Pirmą kartą mokyti pas maestro atėjau 1999m. būdamas šešiolikmetis ir mokiausi net dešimtmetį. Jis mane tėvis-kai globojo, manau, tai puikiai apibūdina jo charakterį ir kaip pedagogo, ir kaip žmogaus, asmenybės. Jaučiau VNoreikos rūpestį ir kai stojau į Lietuvos muzikos ir teatro akademiją. Savo studentus jis dažnai vedavo į koncertus, nedidelius turus, kurie tapo mano pirmaisiais žingsniais scenoje. Maestro man suteikė supratimą apie vokalą, dainavimo liniją, no-

vatoriškumą scenoje. Negailėjo ir paprasčiausių žmogiškų patarimų, kaip tobulinti savo pagrindinį brangų instrumentą - balsą, parodė profesijos užkulius... Jis buvo nuostabus mokytojas, plačios širdies žmogus ir didis talentas.

Atlikėjas **LUKAS PAČKAUSKAS**:



Kadangi pats šiuo metu esu toli išvykęs, norėjau pareikšti užuojautą Maestro šeimai ir artimiesiems. Kalbant apie patį Maestro, jis - vienas ryškiausių mano gyvenimo atsiminimų. Duetas su juo padarė daug įtakos tiek mano muzikinėje veikloje, tiek asmeniniame gyvenime. Tai buvo žmogus, parodęs, kaip reikia dirbti scenoje, kaip reikia kurti, koks požiūris turėtų būti. Kai pirmą kartą susitikome, man padarė labai šilto žmogaus įspūdį, bet kartu ir labai

disciplinuoto, griežto ir profesionalaus. Jis buvo tarsi siektinas pavyzdys, koks turi būti profesionalas, savo srities meistras.

Operos solistas, pedagogas **VLADIMIRAS PRUDNIKOVAS**:



Virgilijus Noreika buvo mano kolega, scenos partneris, fantastiškas žmogus, labai atviras scenoje, puikus teatro direktorius. Teatras klestėjo, kai jis buvo jo vadovas. Buvo labai daug gerų solistų. Mūsų taip vadinamajame „bosų ceche“ buvo 15 bosų, baritonų buvo kokių dešimt. Buvo daug jaunimo, buvo daug sopranų, mecosopranų, tenorų. Tokiam teatrui šiandien pavydėtų ir „La Scala“, ir „Metropolitan“. Jis buvo aukščiausios klasės žmogus, kuris puikiai suprato, kas yra dainavimas, operinis menas. Jis visą savo gyvenimą buvo padėjęs ant šito aukuro.

Aktorius **GINTARAS MIKALAUSKAS**:

Jis ir šiandien man yra Maestro. Nors pamenu, pykdavo, kai jį taip pavadinau. Su juo esame daug koncertavę kartu ne tik Lietuvoje, ir jis man visada sakydavo: „Gintarai, aš ne maestro, scenoje aš esu solistas“. O man jis būdavo Maestro - ir scenoje, ir gyvenime, nes iš tokio žmogaus buvo galima daug ko išmokti. Aš ne dainininkas, bet jis man buvo mokytojas. Jis mokė, kaip scenoje elgtis, kaip gerbti žiūrovą, kaip gerbti savo šeimą.

Vargu, ar per šimtmetį bent vienas žmogus toks gimsta. Muzikologai dar ilgai vertins jo nuopelnus. Sudėtingas buvo jo gyvenimas. Nė viena premija neatpildytų jo indėlio Lietuvos kultūrai. Ir pažiūrėkite, kada jam buvo įteikta premija. Pamenu, mano viena kolegė 2009 m. jį netyčia pavadino nacionalinės premijos laureatu, jis sakė: „Ne ne, aš nesu laureatas“. O aš jam tada sakau: „Maestro, tikrai gausite“. Ir kitais metais jis gavo. Juokavo, kad aš jam išpranašavau. Gerai, kad dar nors tiek spėjo.



Parengė Eimantė JURŠENAITE ir Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ
Irmanto Sidarevičiaus, Stasio Žumbio, Eltos ir redakcijos archyvo nuotr.

IVERTINIMAI

- 1960 m. LSSR valstybinė premija
- 1964 m. LSSR nusipelnęs artistas
- 1967 m. LSSR liaudies artistas
- 1970 m. SSRS liaudies artistas
- 1970 m. LSSR valstybinė premija
- 1991 m. Baltijos miesto ir Merilendo valstijos (JAV) garbės pilietis
- 1995 m. LDK Gedimino 4-ojo laipsnio ordinas
- 1995 m. Švedijos karališkojo „Šiaurės žvaigždės“ I-ojo laipsnio ordino Riterio kryžius
- 1997 m. Lietuvos operos bičiulių draugijos „Kipro“ apdovanojimas
- 2001 m. Lietuvos muzikų sąjungos „Auksinio disko“ apdovanojimas
- 2003 m. ordino „Už nuopelnus Lietuvai“ Didysis kryžius
- 2004 m. Vyriausybės kultūros ir meno premija
- 2005 m. Tautinių mažumų ir išeivijos departamento prie LR Vyriausybės Garbės aukso ženklas „Už nuopelnus“
- 2005 m. Estijos „Baltosios žvaigždės“ II-ojo laipsnio ordinas
- 2007 m. Nacionalinė kultūros pažangos premija
- 2009 m. Estijos muzikos ir teatro akademijos garbės daktaras
- 2010 m. Lietuvos nacionalinė kultūros ir meno premija „Už aukščiausią vokalinių meistriškumą ir neblėstantį talentą“
- 2015 m. Puškino medalis (Rusija)
- 2015 m. 38-asis Šiaulių miesto garbės pilietis

Talismanai ir amuletai: *kokių jie turi galių?*

Kai kurie tiki, jog pritrūkus sėkmės ar varginant rūpesčiams, gyvenimą norima linkme gali pakreipti įvairūs talismanai bei amuletai. Jau tūkstančius metų tikima, kad šie magiškų galių turintys daiktai gali pritraukti sėkmę ar išvairuoti negandas. Ką verta žinoti apie talismanus bei amuletus, papasakojo astrologė, būrėja **VAIVA BUDRAITYTĖ**.

- Kas yra talismanai ir amuletai? Ar talismanas nuo amuleto skiriasi?

- Amuletas dažniausiai yra papuošalas (žiedas, pakabukas ar pan.) su išgraviruotais mistiniais ženklais, šventųjų atvaizdais, inkrustuotu akmeniu, pašventintas ir pagamintas laikantis tam tikrų taisyklių pagal astrologiją, mėnulio padėtį, skirtingų energijų įtaką tam tikru paros metu ir kt. Talismanu gali būti bet koks daiktas, kuris, žmogaus įsitikinimu, neša sėkmę: pliušinis meškiukas, kordinės, marškinėliai, taip pat ir koks nors papuošalas ar panašiai. Pavyzdžiui, krikščionių pasaulyje bene populiariausias amuletas yra kryželis, nors ne kiekvienas, jį nešiojantis, yra labai religingas. Jei daiktas padėjo žmogui pritraukti sėkmę, to pakanka, kad jis būtų laikomas talismanu, kitaip tariant, talismanų užkalbėti ar pa-

JEI PAVADINIMAS YRA, VADINASI, YRA IR REIŠKINYS, TIK GALBŪT NEMATOMAS IR NESUVOKIAMAS

pildomai į juos sudėti tam tikros energijos nebūtina. Tokie daiktai savaime neša sėkmę.

- Ar patartumėte kiekvienam turėti savo talismaną?

- Iš tiesų turėti talismaną ar amuletą labai gerai, ypač vaikams. Nebūtina tai turi būti labai įmantus daiktas. Tinka ir paprasta, plonytė raudona virvelė, užrišta ant rankos. Galbūt žmonės niekada nesusimąstydavo, tačiau anksčiau populiarius raudoni kaspiniai, rišami į kasas, apsaugo nuo piktos akies. Dėl to seniau žmonės netgi galvijams ant rago užrišdavo raudoną raištelį. Taigi kam reikalingi talismanai ar amuletai? Tam, kad pritrauktų sėkmę ir apsaugotų nuo pikto. Aš ir pati dariau šimtą Dievo vardų amuletą, nešantį sėkmę įvairiose gyvenimo srityse. Vaikams, anūkams taip pat dovanojau juos apsaugančius amuletus, kai kuriuos su vyru Gaudentu gaminome patys.

- Ar talismanus bei amuletus galima duoti liesti, matuoti kitiems? Galbūt kai kurių netgi rodyti kitiems negalima?



- Savo amuletų ar talismanų nereikėtų duoti čiupinėti ar matuoti, kad į juos nepatektų svetimą energiją. Kai kurių talismanų rodyti negalima ir jie gali būti dėgiami tik po drabužiais, kiti priešinama „Feng Shui“, pagal kurią dėliojus namuose daiktus tam tikra tvarka energija cirkuliuos tinkamai ir neš sėkmę, o esant neteisiam daiktų išdėstymui - negandas.

- Yra įvairių talismanų, priskiriamų Zodiako ženklams. Galbūt pravartu išsiaiškinti, kokia spalva, metalas, skaičius ar simbolis yra jūsų talismanas? Kokį poveikį turi šie talismanai?

- Aš rekomenduoju geriau rinktis ne pagal Zodiako ženklą,

kad žmonės savo vestuvinius žiedus perduoda savo vaikams, o šie saviems. Taip kelios kartos tuos pačius žiedus nešioja kaip tam tikrą sėkmės garantą.

- Ar reikėtų būti atsargiems - galbūt taip iš kartos į kartą galima perduoti ir nesėkmes?

- Aišku, galima, todėl iš nesėkmingų, nelaimingų namų, net jei tai jūsų tėvų ar senelių daiktai, geriau daiktų neimti, atsargiai žiūrėti į antikvarines prekes.

- Ar galime talismanais vadinti tam tikrus plačiai žinomus simbolius: dramblius namuose, varlytę piniginėje, kuri pritraukia turtus ir pan.?

- Nemanau, kad tai būtų tikslu. Tarkim, minėtoji trikojė varlė su pinigėliu burnoje ar drambliai iš tiesų labiau susiję su Rytų sistema „Feng Shui“, pagal kurią dėliojus namuose daiktus tam tikra tvarka energija cirkuliuos tinkamai ir neš sėkmę, o esant neteisiam daiktų išdėstymui - negandas.

- Yra įvairių talismanų, priskiriamų Zodiako ženklams. Galbūt pravartu išsiaiškinti, kokia spalva, metalas, skaičius ar simbolis yra jūsų talismanas? Kokį poveikį turi šie talismanai?

- Aš rekomenduoju geriau rinktis ne pagal Zodiako ženklą,

BŪTENT TODĖL RYŠKŲS, BLIZGŲS PAPUOŠALAI NUO SENO LAIKOMI NE TIK PUOŠMENA, BET IR VIENA IŠ APSAUGOS PRIEMONIŲ

o žmogui parinktus asmeniškai. Mes su Gaudentu bendradarbiaujam su juvelyre, kuri padaro nešiojamus amuletus pagal mūsų nurodytus akmenis, metalus - tai puiki apsauga ir gražus papuošalas. Dažniausiai žmonės nori nešioti pakabuką, žiedą, verslininkai prašo sąsagų, segių, išraiškos amuleto.

- Ar tikrai talismanai ir amuletai turi galių?

- Dažniausiai, jei koks nors reiškinys neegzistuoja, jis neturi ir pavadinimo. Jei pavadinimas yra, vadinasi, yra ir reiškinys, tik galbūt nematomas ir nesuvokiamas. Žmonės talismanais ir amuletais tiki jau tūkstančius metų, tad tai yra svarus pagrindas tikėti jų galia. Tik pirmiausia patarčiau išsiaiškinti, kodėl jums reikalingas talismanas, nes jų poveikis gali būti skirtingas. Vieni talismanai pritraukia sėkmę ir apsaugo, kiti skirti konkrečioms sritims - sėkmingai santuokai, laimingai meilei, finansinei ar darbinei gerovei pritraukti ir panašiai.

Raimondo Vabalo stebuklas

Po 35-erių metų į didžiuosius kino teatrų ekranus sugrįžo naujai atgimęs legendinis **RAIMONDO VABALO** filmas „Skrydis per Atlantą“. 1983 m. sukurta kino juosta šiandien prieinama visiems - ji restauruota ir su-skaitmeninta. Filmo kūrėjai džiaugėsi, kad jų kūrinys neatgulė į stalčius, o atgimė iš naujo.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

Filmas, sulaukęs daugiausiai žiūrovų



Aktorius Remigijus Sabulis

vičius, 1980 m.), „Skrydis per Atlantą“ (rež. R.Vabalas, 1983 m.). Visiems filmams yra parengti subtitrai anglų ir prancūzų kalbomis.

Filmo verta filmo istorija

Į filmo peržiūrą atvykęs rašytojas Romas Gudaitis prisiminė istoriją, kaip sunkiai filmas „Skrydis per Atlantą“ skynėsi savo kelią. „Šitas filmas suvienijo daugybę žmonių: aviatorius, aviacijos istorijos specialistus, entuziastus, muziejininkus. Nors scenarijus buvo dar tik rašomas, svarstomi jo variantai, filmas jau buvo kuriamas, jį kūrė daugybė žmonių, tai buvo mūsų visos tautos svajonė“, - pasakojo rašytojas. Anot jo, režisierius R.Vabalas buvo labai ryžtingas ir temperamentingas žmogus, nuosekliai siekiantis savo tikslo.

„12 metų dirbau Lietuvos kino studijoje, bet su tokia sudėtinga filmo pradžia susidūriau pirmą kartą. Pirmas mūsų apsilankymas „Goskino“ (SSRS valstybinis kinematografijos komitetas - *red. past.*) nieko gero nežadėjo. Pastabos buvo labai rimtos, o tuo metu tvarka buvo tokia - tik patvirtinus scenarijų galima pradėti filmuoti. Negalėjome į Lietuvą grįžti su blogomis naujienomis. Teko tiesos nesakyti. Taip šis filmas tapo vieninteliu, kuris dar negavęs pa-

DŽIAUGIUOSI, KAD ŠIAME FILME IŠLAIKYTA AUTENTIKA IR LIETUVIŠKA DVASIA

AKTORIUS REMIGIJUS SABULIS

tvirtinimo, buvo pradėtas kurti. O kai prasidėjo filmo gamyba, sustabdyti jau buvo neįmanoma“, - sunkią kino juostos pradžią pasakojo R.Gudaitis.

„Skrydį per Atlantą“ jis vadina R.Vabalo žygdarbiu. „Taip degančio režisieriaus dar nebuvau matęs ir vargu ar jau pamatysiu. Jis degė tuo filmu ir sudegė. Po šio filmo jis greitai pasilgojo ir buvo jau nebe tas Vabalas, kurį mes pažinojome“, - teigė rašytojas. Anot jo, šis filmas suvaidino didžiulį vaidmenį Lietuvos atgimime. „Jis tapo labiausiai žiūrėtu lietuvišku filmu. O Maskva negalėjo suvokti, kas yra Darius ir Girėnas, kokia čia visą tautą vienijanti idėja. Džiaunėgiuosi, kad ir šiandien čia susirinko beveik pilna sale“, - savo žodį baigė R.Gudaitis.

Pritrūko konflikto

Steponą Darių filme jamžinės aktorius Remigijus Sabulis džiaugėsi, kad filmas yra restauruojami



Rašytojas Romas Gudaitis

ir iš naujo pristatomi publikai. „Nors mintinai žinau šitą filmą, visas jo detales, vis tiek ima jaudulys. Man atrodo, dabartinis jaunimas turi tiek daug informacijos, užsivertę naujomis technologijomis, kad jiems šitas filmas gali pasirodyti kiek primityvokas. Bet čia Lietuvos kino klasika, čia surinkta visa puokštė mūsų geriausių kino ir teatro aktorių“, - prieš filmo peržiūrą sakė R.Sabulis.

Anot jo, R.Vabalas anuomet padarė stebuklą. „Buvo gilus sovietinis metas. Kaip jam pavyko praskinti kelią šiam filmui, nežinau, bet už tai jam reikia nusilenkti. R.Vabalas šitam savo darbu paaugojo labai daug sveikatos ir energijos. Jis buvo labai tikslus, pedantiškas, preciziškas, nepakantus kažkokiam ne tokiam veiksmui. Filmavimo aikštelėje pastoviai tvyrojo įtampa. Jis reikalavdavo iš mūsų ne tik vaidy-

bos, bet ir tikslų frazių, pozų. Šitam filmui jis atidavė visą savo energiją“, - prisiminimais iš kino aikštelės dalijosi aktorius.

Lygindamas šį ir šiuolaikinius filmus, R.Sabulis sakė, kad šiandienis žiūrovas „Skrydyje per Atlantą“ gali pasigesti tik vieno - konflikto. „Tai buvo sudėtingiausias dalykas. Dariaus gyvenimo peripetijų rodyti buvo negalima, dėl to filmas truputį nukentėjo, bet džiaugiuosi, kad jame išlaikyta autentika ir lietuviška dvasia“, - sakė aktorius. Jis dar ir šiandien džiaugsmingai prisimena, kaip žmonės Lietuvoje į šį filmą ėjo tūkstančiais: „Jiems S.Darius ir S.Girėnas buvo kaip šventieji, kurie išgarsino Lietuvą ir tapo didvyriais. Jų paveikslai kabėjo kaimų trobose, moterys ausdavo kilimus su lakūnų ir „Lituanica“ atvaizdais. Tai buvo savotiškas pasipriešinimas prieš okupaciją ir sovietinę valdžią.“

„SKRYDŽIO PER ATLANTĄ“ AUTORIAI

■ **Režisierius:** Raimondas Vabalas
■ **Scenarijaus autoriai:** Raimondas Vabalas ir Juozas Glinskis
■ **Operatorius:** Jonas Tomaševičius
■ **Dailininkas:** Algirdas Ničius
■ **Kompozitorius:** Bronius Kutavičius
■ **Filme pagrindinius vaidmenis atlieka:** Remigijus Sabulis, Eimuntas Nekrošius, Regimantas Adomaitis, Eugenija Bajorytė, Juozas Budraitis, Povilas Gaidys, Gediminas Girdvainis, Valentinas Masalskis, Jonas Vaitkus ir kiti.

ŽINOMI ŽMONĖS APIE TALISMANUS



TELEVIZIJOS LAIDŲ VEDĖJA AUDRĖ KUDABIENĖ:

- Greičiausiai esu iš tų, kurie mano, kad talismanai, ypač jų paieškos, gyvenimui suteikia linksmo nuotykių atspalvio. Manau, kad taip gyventi smagiau, nei laikytis tam tikrų višiuomenėje įprastų standartų. Pavyzdžiui, mano automobilyje gyvena nykštukinis medžiaginis driežiukas, kurį kažkada įsigijome drauge su vyru. Mano vyras yra gimęs Gyvatės metais, tad jis labai mėgsta įvairius roplius, visuomet pagarbiai apie juos atsiliepia ir visuomet nudžiunga, jei kokio nors žygio per pelkes metu pamato žaltį ar driežą. Taigi driežiukas mano automobilyje - savotiškas talismanas, o greičiau prisiminimas ar priminimas, kad gyvenime yra daug džiugių dalykų, kurie leidžia pasisemti energijos. Taip pat tai mielas daiktas, leidžiantis pajusti ryšį su brangiu žmogumi, kad ir kur jis tuo metu būtų.



GRUPĖS „RONGO“ VOKALISTAS ALEKSANDRAS IVANAUSKAS FARA:

- Mano talismanas - pakabukas - bosinė gitara. Pamačiau jį, patiko, įsigijau ir jau maždaug septynerius metus nesiškiu. Kai jis man ant kaklo, nesijaudinu, nesinervinu ir žinau, kad viskas bus gerai. Ar turiu laimingų instrumentų? Nežinau. Tiesiog, kaip ir visi muzikantai, turiu savo instrumentus, savo mikrofoną, kuris puikiai tinka mano tembrui. Tai mano darbo įrankiai, nežinau, ar jie sėkmingi, tačiau su savais instrumentais scenoje jaučiuosi labiau užtikrintas.

ATLIKĖJA ANŽELA ADAMOVIČ:

- Piniginėje nešiojuosi nedidelę varlytę, kad pritrauktų pinigų. Žinoma, tai veikiau šoks toks žaidimas - suprantu, kad vien todėl, kad turiu tokį daikčiuką, nepraturtėsiu. Galbūt labiau nei talismanais tikiu perduodama energija, kuri, pavyzdžiui, kaupiasi juvelyrinuose dirbiniuose. Visada nešioju sužadėtuvių ir vestuvių žiedus, taip pat žiedą, kurį kone prieš 15 metų gimtadienio proga padovanojo mama, ir močiutės grandinėle. Man svarbu turėti šiuos papuošalus. Jų talismanais galbūt nepavadinčiau, tai tiesiog man brangūs daiktai, kupini geros energijos ir primenantys brangiausius žmones.



Parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ



Kadrai iš filmo „Skrydis per Atlantą“

Dainininkė Justė Starinskaitė: Tam, kad būtume įdomūs pasauliui, turime būti saviti

Prieš aštuoniolika metų susikūrusi muzikos grupė „Saulės kliošas“ šiandien išaugo, subrendo ir nebėra tokie susivėlę, tik funk ar džiazą grojantys muzikantai. Anot grupės vokalistės **JUSTĖS STARINSKAITĖS** (26), per tiek metų pasikeitė daug kas, išskyrus pagrindinę idėją - skleisti kokybišką muziką ir gerai praleisti laiką. Apie kūrybinius iššūkius, svajones ir asmeninius lūkesčius Justė papasakojo atvirame interviu.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

- Prieš keletą metų viename interviu minėjote, kad dar ieškote savęs, dar daug ką norite išbandyti. Kaip yra dabar, ar jau viskas išbandyta, ar jau suradote save?

- Tuo metu gyvenau pakan-kamai sudėtingą laikotarpį. Abejojau dėl muzikos ir savo ateities būtent šioje srityje, labai daug apie viską galvojau. Aplinka kuždėjo dar kitus dalykus. Buvo labai sunku suprasti, ko pati noriu, o ne žmonės aplink mane. Džiaugiuosi, kad tas laikotarpis jau pra-eitis. Dabar gyvenu kitokiomis nuotakomis. Manau, kad gyvenimas per trumpas užsiimti veikla, kuri neteikia džiaugsmo. Muzika, kūryba - tai yra dalykai, kurie priverčia mano širdį džiaugtis. Tą ir noriu daryti. Be muzikos, jaučiu didelę aistrą kelionėms, maisto gaminimui, bendravimui ir būvimui su įdomiais žmonėmis. Džiaugiuosi, kad esu laisva ir galiu visa tai suderinti. Galiu gyven-ti gyvenimą taip, kaip noriu.

MES GALVOJAME, KAD GYVENIMAS YRA AMŽINAS, KAD VISKAS PRIEŠAKY, KAD ATEITYJE BUS VISKAS KITAIP, GERIAU. NE - MANAU, KAD VISKAS, KĄ TURIME - YRA ŠIANDIENA

- Papasakokite apie savo santyki su muzika. Dabar vieni sakो, kad tai šventas reikalas, kiti - kad tai grynai verslas. Kas jums yra muzika?

- Man tai yra viduriukas. Nesu tokia tikra menininkė, kuriai niekas kitas nesvarbu - tik muzika. Esu pakankamai racionalus žmogus, jei nepavyktų iš to gyventi, manau, kad ir kaip būtų skaudu, būčiau priversta daryti ką nors kito. Dabar jaučiu, kad muzika man atnešė ir meilę, ir džiaugsmą, ir visus kitus gerus jausmus. Džiaugiuosi, kad esu reikalinga žmonėms. Dėl to galiu ir gyventi. Muzika man yra ne tiek šventas, kiek stebuklingas dalykas. Ji priverčia žmones jausti laimę, palaikymą, jausmus, kurių galbūt kai kurie savo kasdieniniuose gyvenimuose nepajunta.



Imamo Sidarevičiaus nuotr.

- Su kokiais dažniausiais mitais apie muzikantus susiduriate?

- Gal kad muzikantai tik linksminasi? O iš tiesų muzikavimas yra labai sunki, daug jėgų, energijos, nuoseklaus darbo reikalaujanti veikla.

- Ar muzikanto darbe yra rutinos? Kada darbas jums tampa rutina?

- Rutina yra reikalinga ir neišvengiama siekiant tapti muzikantu ar dainininku. O kalbant apie koncertus ir pasirodymus, rutinos nėra daug. Kiekvienas koncertas - vis kitoks, kitokia publika, kita aplinka. Su grupe labai retai pasirenkame groti tą pačią dainą seką. Visuomet grojame tik gyvai, daug improvizuojame būdami ant scenos, todėl rutinos nedaug.

- Kartą teko matyti tokį palyginimą - prie visame pasaulyje gerai žinomos dainininkės Bijonsės (Beyonce) dainos autorių buvo išvardyti gal kokie 7 žmonės, o prie legendinės grupės „Queen“ dainos - vos vienas. Kaip manote, kodėl dabar vis mažiau yra sukuriami muzikinių šedevrų?

- Gal čia tik toks sutapimas? Manau, kad šedevrų tikrai sukuriami ir šiais laikais. Tiesiog mus pasiekia tiek daug muzikos, kad nebesugebame atsirinkti. Juk

šiais laikais kurti ir savo dainas publikuoti gali absoliučiai visi norintys ir bent šiek tiek gebantys dirbti kompiuteriu žmonės. Anksčiau taip nebuvo, nebuvo platformos, nebuvo taip lengva sukurti, dalintis, pasiekti įrašų studijas, muzikantus, leidybines kompanijas. Dabar visa tai yra kiekvieno iš mūsų namuose. Klausimas gal turėtų būti kitoks - ar klausytoji šiais laikais reikia tų šedevrų? Manau, kad labai keičiasi žmonių vertybės. Dabar jos kiek kitokios nei buvo prieš 15 ar 20 metų.

- Kaip manote, ar lietuviams yra galimybių prasimušti į vakarų muzikos pasaulį?

- Žinoma, tik reikia stengtis išvengti esminės klaidos - noro būti tokiems kaip vakariečiai. Tam, kad būtume įdomūs pasauliui, turime būti saviti ir stengtis išlaikyti savo identitetą.

- Ar jūs turite tokį tikslą?

- Mano tikslas yra džiaugtis gyvenimu. Kad ir kaip banaliai tai nuskambėtų, manau, kad kiekvieno žmogaus tikslas turėtų būti toks. Dažnai mes galvojame, kad gyvenimas amžinas, kad viskas priešaky, kad ateityje bus viskas kitaip, geriau. Ne - manau, kad viskas, ką turime - yra šiandiena. Todėl reikia stengtis tas brangias gyvenimo valdas ir minutes leisti kuo džiaugsmingiau. Mano

funk ar džiazą grojantys muzikantai. Šiandien visi grupėje grojantys muzikantai yra profesionalai, asmenybės. Muzika, kurią atliekame savo koncertuose, yra labai įvairi ir sunkiai telpanti į muzikinius rėmus. Grojame *rnb*, *soul*, *pop*. Mūsų muzikoje nemažai ir elektronikos, o tai galbūt senajam „kliošo“ klausytoji būtų staigmena.

- Jūsų receptas - kaip neįsisemti? Kūryboje turėtų būti sudėtinga visada išlikti originaliems...

- Labai sunku. Ne visada ir pavyksta. Manau, receptas būtų nebijoti eksperimentuoti. Ir su-tikti naujų žmonių.

- Šiomet šimtmetį mini atkurta Lietuva. Ar savo šeimoje turite tradicijų, kaip sutinkate valstybines šventes?

- Tėtis visuomet iškelia Lietuvos vėliavą. Tai toks tikras ritualas. O aš stengiuosi mintyse prisiminti ir padėkoti Lietuvai, kad esame laisvi.

- Kokius privalumus įvelgiate mūsų šalyje?

- Manau, kad Lietuva yra nuostabi šalis, joje gyvena daug intelektualaus, idėjų kupino jaunimo. Lietuvoje yra daug erdvės jaunų žmonių svajonėms. Labai linkiu ir tikiuosi, kad artimoje ateityje visos jaunų žmonių svajonės virs realybe, o žmonės iš užsienio į Lietuvą keliaus pasisemti idėjų, pamatyti, kaip gražiai, darniai ir gerai mes gyvename.

- Kuo jus labiausiai erzina šiandienis muzikos pasaulis?

- Muzikinis pasaulis mane erzina dainomis, kurios neturi jokios idėjos ar žinutės. Man tokia muzika tiesiog nereikalinga.

- Su kokias žmonėmis greitai atrandate bendrą kalbą, o kuriems geriau jūsų vengti?

- Bendrą kalbą galiu rasti su absoliučiai visais ir visokių tipų žmonėmis. Esu labai lengvai bendraujantis žmogus. Stengiuosi vengti kalbų apie nieką. Tokioje situacijoje nešvaistau savo energijos ir nekalbu. Be to, vengiu žmonių su blogomis mintimis ar siekiais. Jaučiu žmones ir jų auras. Stengiuosi, kad mane supytų tik geri ir įdomūs žmonės.

- Šiomet grupė „Saulės kliošas“ minės savo 18-ąjį gimtadienį. Kaip tam ruošiatės?

- Oho, kaip greitai bėga laikas. Galbūt surengsime koncertą, prisimindami akimirkas, praleistas kartu, bet kol kas dar nieko konkretaus neplanuojame.

- Kuo užpildote savo laisvą laiką?

- Kelionėmis. Labai mėgstu keliauti, ragauti, bendrauti - būti ten, kur dar niekada nebuvo. Kaip tikra moteris mėgstu ir po parduotvės pasivaikščioti. Be to, man labai patinka gaminti maistą. Stengiuosi laisvą laiką išnaudoti kuo įdomiau.

- Kuo pildote savo vidinį pasaulį?

- Gerais žmonėmis, nuoširdžiais pokalbiais ir išgyvenimais, perskaitytomis knygomis, muzika, kuri turi sielą.

Pirmas G.Latvėnaitės kartas

Vilijos Gražnytės nuotr.



Nors tapo įprasta, kad žinomos moterys tampa drabužių dizainerių kolekcijų veidais ir įsiamžina jų fotosesijose, aktorė **GINTARĖ LATVĖNAITĖ** (37) mados fotosesijoje dalyvavo pirmą kartą ir ši patirtis jai labai patiko. Gintarė tapo dizainerės Svitlanos Pučkovos modeliu, kuri sakosi aktorę pasirinkusi dėl panašumo į britų žvaigždę Tildą Svinton.

Pasak S.Pučkovos, Tilda ir Gintarė - abi stiprios moterys, pakerinčios ne tik savo išskirtine išvaizda, bet ir giliu intelektu. „Tai, kad kūrėjai pasirodžiau panaši į T.Svinton, mane tik dar labiau drąsina ir verčia džiaugtis tikslingu profesijos pasirinkimu.

Norėčiau ir darbų prasme neat-silikyti nuo garsiosios britų aktorės. Juk mes nuostabios, kaip ir visos kitos moterys, kurios turi savo dvasinių reikalų“, - šypsososi aktorė pasirinkusi dėl panašumo į britų žvaigždę Tildą Svinton.

metu vaidina premjeriniame monospektaklyje „Dvasiniai reikalai“, taip pat audžia mintis apie būsimąjį *stand-up* tipo spektaklį, intensyviai renka medžiagą apie motinos ir vaiko psichologiją.

Prekės ženklą „s385...“ fotosesijoje įsiamžinusi G.Latvėnaitė sako, kad ji pati žavisi minimalizmu, skandinavišku aprangos stiliumi. Prie širdies ir vyriškas klasikinis kostiumas. Na, o kasdien ji pirmenybę teikianti vienspalviams bazinių formų, laisvo kritimo drabužiams.



KONKURSAS. Pristatyta „Kino pavasario“ muzikinių klipų konkurso programa. Trečią kartą vykstančio konkurso dalyvių gre-tose: „Daddy Was A Milkman“, „Lemon Joy“, „Golden Parazyth“ ir kitų grupių bei atlikėjų dainoms sukurti vaizdo klipai. Iš vi-so programoje - 14 dalyvių, ku-riuos vertins tarptautinė žiuri. Iš lietuvių komisijos nariais bus muzikantas Andrius Mamontovas, režisierius Ignas Jonynas, operatorius Feliksas Abru-kauskas, režisierius Tomas Rama-nauskas. Konkurso nugalėtoji „Pakartot.lt“ įsteigė pagrindinį 2 000 eurų prizą. „Šis konkursas parodo Lietuvai ir pasauliui, kad



mes gebame kurti aukšto lygio muzikinius vaizdo klipus. Kon-kursas skatina šį žanrą judėti į priekį“, - sakė viena konkurso or-ganizatorių, prodiuserė **VIKTO-RIJA KIRDEIKAITĖ**.



SKAMBESYS. Po ilgos pertraukos nauju singlu ir vaizdo klipu „Meilė nesibaigia“ nuste-binusi grupė „**BIPLAN**“ išlei-džia ir specialiai šiam kūriniui sukurtą muzikos prodiuserio Vi-liaus Tamošaičio-GeraiGerai re-miksą. Paskutinį kartą 2012 m. kartu su mini albumo „Meilė“ išleidimu savo kūrybą remiksuo-ti kitiems atidavę „biplanai“ džiaugiasi po tiek laiko savo kū-rybą išgirdę skambant kitaip. Pa-

sak muzikantų, naujasis remik-sas juos maloniai nustebino. V.Tamošaitis sako, jog labai ver-tina galimybę sukurti remiksą būtent šios grupės dainai: „Bip-lan“ yra legendinė grupė, kuriai sukurti remiksą yra garbė, todėl tikiuosi, kad šis mano darbas taps malonių atradimų klausyto-jo ausiai. Siekiu, kad remiksas pakeistų kūrinio veidą, todėl kiekvienas remiksas man yra lyg malonus iššūkis.“



VEDĖJAI. Projekto „X Fak-torius“ nugalėtojų grupės „**120**“ narių Dovydo ir Šarūno balsus galėsite kasdien girdėti radijo stoties „Power Hit Radio“ e-te-ryje. Rytinę laidą vesiantys vai-kinai tikisi priprasti prie naujo gyvenimo ritmo ir neprimiegoti ankstyvos laidos. Atlikėjai tiki-na, jog juos lydi jausmas, kad prasideda naujas ir įdomus gy-venimo etapas, kuris atneš ir ne vieną iššūkį: „Šiaip esame pelė-dos, bet manau, kad adaptuosimės ir viskas bus gerai. Manom, kad atsikėlę anksčiau, daugiau dalykų spėsime padaryti, kam snausti kaip katinams iki pie-

tų“, - apie pokyčius kalbėjo Do-vydas ir Šarūnas. Jie tikina, jog yra pasirėngę ne tik patys pri-prasti prie naujo ritmo, bet ir puikiai nuteikti klausytojus, kad jų dienos prasidėtų įdomiau ir linksmiau nei iki šiol.

Parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ



Pagalba po žiemos išvargintoms rankoms

Sakoma, kad net jei kruopščiai rūpinatės veido oda, amžių ir gyvenimo būdą išduos jūsų rankos. Jomis taip pat svarbu pasirūpinti. Šalto, žvarbaus oro ir patalpų šildymo sezonu oda patiria ištis didelių iššūkių. Nemažai įtakos rankų odos būklei turi ir žalingi įpročiai, maudynės po itin karštu dušu, dažnas muilo naudojimas, aplinkos užterštumas. Dėl to sutrinka epidermio barjerinės funkcijos. Dažniausias tai sukeliančios priežastys žiemą yra vandens ir vitaminų trūkumas organizme - mūsų mityba žiemą yra skurdesnė, valgome mažiau šviežių vaisių ir daržovių. Todėl prasidėjus pavasariui jaučiame nemalonias žiemos sezono pasekmes. Ką daryti, kad rankos atsigauntų?

Saugoti rankų odą pirmiausia reikia lauke mūvint pirštines, kad oda patirtų kuo mažesnius temperatūros svyravimus. Nesvarbu, kad žiema jau traukiasi, ir pavasarį pirštines tikrai ne pro šalį.

Rekomenduojama tepti odą riebesniais kremais, emolientais. Pasitępus kremu, turinčiu savo sudėtyje vandens, bent pusvalandį reikėtų neskubėti į lauką, leisti kremui susigerti, kad negręstų odos nušalimas.

Svarbu odą drėkinti iš vidaus ir iš išorės. Reikėtų vartoti pakankamai vandens, bent 2 litrus per parą, ir nebijoti valgyti riebesnio maisto - kiaušinių, žuvies, vartoti daugiau aliejaus. Jei gyvenimo ritmas ir didelis tempas trukdo visavertei mitybai, galima pasitelkti vitaminus, skirtus odos būklei gerinti ir palaikyti. Svarbiausi odai yra A, E, F, B grupės vitaminai, antioksidantai.

Rankų kremą pasidėkite šalia muilo vonioje ir šalia indų ploviklio virtuvėje. Jo turėkite ir darbo stalo stalčiuje. Jei norite, kad rankos būtų švelnios ir dailios, kiekvieną kartą, kai jas nusiplaunate, patepkite kremu. Niekuomet neplaukite rankų labai karštu arba labai šaltu vandeniu: karštas rankas sausina, dėl šalto vandens stagai susiaurėja ir po to išsiplečia kapiliarai. Venkite skaidraus rankų muilo - toks dažnai turi chemikalų triklosano. Jo esama ir vadinamuosiuose antibakteriniuose muiluose. Verčiau rinkitės tokį, kurio ingredientai natūraliai apsaugo nuo bakterijų, pvz., su arbatmedžio ar eukaliptų aliejumi.



EPA-Elton nuotr.

PALEPINKITE RANKAS KAUKĖMIS

■ Jauninančią kaukę rankoms galima pasigaminti iš 1 kiaušinio, 1 šaukštelio avių miltų ir 1 šaukšto medaus. Patepkite šia mase rankas ir palaikykite. Taip jos bus švelnios tarsi šilkas.

■ Ypač sausai, šalčio ir vėjo pažeistai odai rekomenduojamos aliejaus vonelės. Apvyniokite rankas servetėlėmis, suvilgytomis šiltu aliejumi, apsimaukite medvilnines pirštines ir pabūkite taip apie valandą. Paskui nuvalykite rankšluosčiu.

■ Pravartu bent kartą per savaitę rankų odą nušveisti. 3 šaukštus kavos tirščių sumaišykite su jūros druska, medumi ir alyvuogių aliejumi. Galite įlašinti kelis lašus eterinio citrinų aliejaus

Pasitarkite su kosmetologu ar vaistininku, kuris padės tiksliai nustatyti, kokios problemos po žiemos vargina odą, ir išsirinkti tinkamiausias priemones. Odos pleiskanojimą sumažinti padeda kremai su vitaminais E ir F, taip pat sudėtyje turintys migdolų aliejaus, kakavos sviesto ar bičių vaško. Dėl pantenolio ir glicerino šiurkšti, sausa oda tampa lygesnė ir švelnesnė. Suminkštinti rankų odą taip pat padeda priemonės, kurių sudėtyje yra ramunėlių, medetkų, šaltalankių ar liepžiedžių. Kremai su keratinu bus naudingi ne tik odai, bet ir nagams.

Nulupamų veido kaukių moda:

Ar tikrai žinome kaip jas naudoti?

Visos moterys svajoja apie glotnią, švytinčią ir švarią odą, todėl neretai ryžtasi išbandyti kuo įvairesnes kosmetikos priemones. Dabar itin populiarios nulupamos kaukės, bet su jomis, pasak specialistų, reikėtų elgtis atsargiai.

DAŽNIAUSIAI DAROMOS KAUKIŲ NAUDOJIMO KLĖDOS:

■ Nepasitarusios su specialistais, moterys pačios priima sprendimus ir pasirenka veido kaukes, neatitinkančias jų amžiaus ir odos problemų.

■ Dažnai painiojama, kas yra sausa oda ir kas - odos išsausėjimas. Sausa oda yra odos tipas, išsausėjimas - problema, todėl kartais geriausia veido kaukę rinktis ne pagal odos tipą, o atsižvelgiant į problemą.

■ Jei mišrios odos savininkės jaučia tempimo jausmą žandų srityje, o T zona vis dar riebi, dažnai jos mano, kad reikia veido kaukes, pritaikytos sausai odai, nors reikėtų priemonių mišriai odai.

„Nulupamos kaukės dabar labai madingos, tačiau kai kurias iš jų tepti derėtų tik tam tikrose veido srityse. Pavyzdžiui, juodosios kaukės, skirtos inkštiramis ištraukti, yra naudojamos tik vadinamoje T zonoje - ant kaktos, nosies ir smakro“, - sako „Eurovais-tinės“ grožio specialistė Greta Simonaitytė. Pasak jos, visos kitos veido dalys nėra pritaikytos šiai kaukei, kadangi kitur oda yra daug plonesnė ir lengvai pažeidžiama. Kitos tokio tipo kaukės nėra tokios kenksmingos, nes jos nusi-lu-pa lengvai ir nepažeidžia odos li-pi-nio barjero, tačiau jas taip pat naudoti reikėtų pagal instrukcijas.

Svarbus ir amžius

Grožio specialistė teigia, kad renkantis veido kaukę reikėtų žinoti ne tik odos tipą ir jos problemą, bet derėtų atkreipti dėmesį į moters amžių, nes tos kaukės, kurios tinka jaunos merginoms, ne visada tinka vyresnio amžiaus moterims, ir atvirkščiai: „Jaunesnėms geriausia naudoti drėkinančias, lengvas kaukes, o vyresnėms siūlyčiau rinktis kaukes nuo raukšlių, kurių sudėtyje yra drėkinančios medžiagos, tokios kaip hialuronas ar šlapalas, ir kaukes su peptidais, kurie veikia gilesnes raukšlesles“. G.Simonaitytė pastebi, kad nemaža dalis moterų ir merginų susiduria su ankstyvu raukšlių atsiradimu, nes renkasi jų amžiaus neatitinkančias priemones.

Drėkinamąją kaukę specialistė pataria naudoti 2-3 kartus per savaitę pagal poreikį. Šveičiamąsias kaukes reikėtų naudoti tik kartą per savaitę ir šių kaukių negali naudoti moterys, turinčios



kuperozę (veido raudonis dėl išsiplėtusių kraujagyslių) ir itin jautrią veido odą. Rečiau naudojamos veido kaukės suteikia tik momentinį poveikį.

Paruoškite veidą

Specialistė sako, kad prieš naudojant kaukę, veidą būtina paruošti: nuplauti prausikliu ar mi-celiniu vandeniu ir tonizuoti jį toniku. „Prieš kaukę oda turi būti švari. Geresniam efektui išgauti

galima naudoti ir serumus, kurie pagerins kaukės įsisavinimą į odą. Naudojant serumą, tinkamiausias alginatinės arba plėvelinės kaukės“, - tikina specialistė. Norint, kad kaukės veikliosios medžiagos dar geriau įsisavintų odoje, G.Simonaitytė prieš kaukę naudoja rekomenduoja atlikti ir odos šveitimą, kuriam geriausia rinktis lengvus, enziminius šveitiklius.

Parangė Eimantė JURŠĖNAITĖ

Parodyk, ką gali dėl savo artimųjų.
Savo pažadu dalinkis **eurovaistine.lt**

EURO VAISTINĖ

jaukitės gerai

*Dėl tavęs galiu
rytą pasitikt
sveikai!*



Jubiliejinių „Oskarų“ spindesys



Kovo 4 dieną, sekmadienį, vykusioje 90-ojoje JAV Kino meno ir mokslo akademijos apdovanojimų ceremonijoje „Oskarą“ už geriausią 2017-ųjų metų filmą pelnė meksikiečių režisieriaus Giljermo del Toro (Guillermo del Toro) juosta „Vandens forma“.



Režisierius Giljermas del Toras (Guillermo del Toro)

EPA-Elitos nuotr.

Be pagrindinio vakaro apdovanojimo, trylikoje kategorijų nominuotas filmas, pasakojantis apie nebylę valytoją, išimylėjusią įkalintą jūros būtybę, taip pat buvo įvertintas už geriausią režisieriaus darbą, geriausią kino produkcijos dizainą ir geriausią originalų garso takelį. Atsiimdamas pagrindinį vakaro apdovanojimą,

G.del Toras sakė: „Skiriu jį visiems jauniems filmų kūrėjams – jaunimui, kuris mums rodo, kaip reikia kurti filmus. Jie tą daro kiekvienoje pasaulio šalyje“, – sakė režisierius.

Geriausia 2017-ųjų aktore pripažinta Fransis Makdormand (Frances McDormand), suvaidinusi juostoje „Trys stendai prie Ebingo“.



Aktorė Selma Hajek (Salma Hayek)



Aktorė Ema Stoun (Emma Stone)



Aktorė Elison Džeini (Allison Janney)

go, Misūryje“, o geriausio aktoriaus titulą pelnė Garis Oldmanas (Gary Oldman) už vaidmenį filme „Tamsiausia valanda“.

Be kita ko, Kino akademijai iš dalies pavyko įgyvendinti savo siekį į prestižinius apdovanojimus



Aktorė Fransis Makdormand (Frances McDormand)

įtraukti daugiau moterų ir įvairių mažumų atstovų. Vienas jų, Džordanas Pylas (Jordan Peele), tapo pirmuoju afroamerikiečiu, laimėjusiu „Oskarą“ už geriausią scenarijų, kurį sukūrė filmui „Pradink“. Ne taip pasisekė režisieriui Gretai



Aktorius Garis Oldmanas (Gary Oldman)

Gervig (Greta Gerwig). Nepaisant to, kad ji buvo vos penktoji moteris istorijoje, nominuota geriausio režisieriaus kategorijoje, nei ji, nei jos filmas „Lady Bird“, sulaukęs iš viso penkių nominacijų, nė vieno apdovanojimo nepelnė.



Aktorė Džeinė Fonda (Jane Fonda)



Aktorė Nikolė Kidman (Nicole Kidman)

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

90-ŲJŲ „OSKARŲ“ NUGALĖTOJAI

- **Geriausias filmas:** Giljermo del Toro „Vandens forma“
- **Geriausias režisierius:** Giljermas del Toras už filmą „Vandens forma“
- **Geriausia aktorė:** Fransis Makdormand už filmą „Trys stendai prie Ebingo, Misūryje“
- **Geriausias aktorius:** Garis Oldmanas už filmą „Tamsiausia valanda“
- **Geriausia antro plano aktorė:** Elison Džeini (Allison Janney) už filmą „Aš esu Tonia“
- **Geriausias antro plano aktorius:** Semas Rokvelis (Sam Rockwell) už filmą „Trys stendai prie Ebingo, Misūryje“
- **Geriausias užsienio filmas:** „Fantastiška moteris“ (Čilė)
- **Geriausia animacija:** „Koko“

Pavasario derliaus ŠVIEŽUMĖLIS

Atsisveikinęs su žaliomis ūkininkų lysvėmis ir gundydamas sultingais skoniais, šviežias derlius jau atkeliavo į MAXIMA parduotuves.

Pakvieskite pavasarį ant savo stalo, nes jis jau beldžia į duris!

Teatras

VILNIUS
NACIONALINIS OPEROS IR BALETO
TEATRAS

10 d. 18.30 val. - Premjera! G.Sodeika „Post Futurum“. 2 v. opera.
Rež. O.Koršunovas. Dir. R.Servenikas.
15, 16 d. 18.30 val. - W.A.Mozart „Figaro vedybos“. 4 v. opera (italų k.).
Dir. M.Staškus.

NACIONALINIS DRAMOS TEATRAS
10 d. 16 val. Mažojoje salėje -
M.Nastaravičius „Demokratija“.
Rež. P.Ignatavičius.

13 d. 13 val. Didžiojoje salėje - „Kaulinis senis ant geležinio kalno“. Rež. J.Tertelis.
13 d. 19 val. Mažojoje salėje -
„Seliš I. Grožis“. Rež. A.Jankevičius („Artlagamine“).

14 d. 19 val. Mažojoje salėje -
„Dreamland“. Rež. M.Jančiauskas.
15, 16 d. 19 val. Didžiojoje salėje -
„Edipas karalius“. Rež. R.Tuminas (Maskvos J.Vachtangovo teatras).

VILNIAUS MAŽASIS TEATRAS
10 d. 18.30 val. - N.Erdmanas „Savižudis“. Rež. G.Tuminaitė.
15, 16 d. 18.30 val. - M.Ivaškevičius „Madagaskaras“. Režisierius statytojas R.Tuminas, rež. A.Dapšys.
16 d. 10.30, 12.30 val. - Teatrali-zuota ekskursija po Vilniaus mažąjį teatrą.

VALSTYBINIS JAUNIMO TEATRAS
10 d. 18 val. Didžiojoje salėje -
Premjera! „Autonomija“. Rež. A.Schilling.
13 d. 18 val. - „Cinkas“. Rež. E.Nekrošius.
14 d. 18 val. Didžiojoje salėje -
M.Andersson „Bėgikas“. Rež. O.Lapina.
16 d. 11 val. - „Ekspedicija į teatro vidų“ (mažiems). Rež. A.Pukelytė.

LIETUVOS RUSŲ DRAMOS TEATRAS
10 d. 18.30 val. Didžiojoje salėje -
J.G.Ferrer „Gronholmo metodas“ (su lietuviškais titrais, N-18). Rež. A.Jankevičius.
14 d. 18.30 val. Erdvė A-Z - Premjera! A.Strindberg „Kreditoriai“ (lietuvių k.).
Rež. D.Meškauskas.

RAGANIUKĖS TEATRAS
10 d. 12 val. Didžiojoje salėje -
„Raganiukė ir gerumo burtai“.



„Angelių pasakos“

Kovo 10 d. 15 val. - PLANETARIUME
REŽISIERIUS: VYTAUTAS V.LANDSBERGIS
VAIDINA: GEDIMINAS STORPIRSTIS, AINIS STORPIRSTIS
SCENOGRAFĖ IR KOSTIUMŲ DAILININKĖ: RAMUNĖ SKREBŪNAITĖ
KOMPOZITORIUS: GEDIMINAS STORPIRSTIS

Bardai! nuotr.

2018 m. kovo 10 d. 15 val. Vilniaus universiteto planetariu-me žiūrovai turės galimybę išvysti muzikinį spektaklį šeimoms „Angelių pasakos“. Dangiškoje aplinkoje tarp žvaigždžių ir plan-etų aktoriai Gediminas ir Ainis Storpirščiai padovanos įsimin-tiniausias akimirkas sekdami pasakas. Spektaklyje laukiami tiek mažiausi žiūrovai, tiek jų tėveliai ir seneliai.

„Angelių pasakos“ - tai istorija apie danguje, ant debesies, gyvenančius arkangelus Mykolą ir Gabrielių, jų būtylystę, dar-bus bei rūpesčius. Ar žinojote, kad angelai už nuveiktus darbus privalo atsiskaityti Dangiškajai Kancelijai? Tam ne visada lieka laiko, nes be maldų išklausymo ir žmonių gelbėjimo, svar-biausias ir pagrindinis angelų darbas - pasakų sekimas. O pasa-kų būna visokių: juokingų ir išradingų, kuriose gausu nuotykių ir išminties, taip pat pikty, kiaulyščių kupinų bei nesąžiningų. Pastarąsias mėgsta sekti kažkada angelu buvęs, bet žemai puo-lęs Liucipierius. Ar pavyks arkangelams atvesti velniukštį į doros kelią, vaikai sužinos apsilankę spektaklyje ir išklausę vis-as pasakas iki galo.

„Laisvalaikio“ inf.

11 d. 12 val. Didžiojoje salėje -
„Raganiukė, gerumo burtai ir Besmegenis“.

VILNIAUS TEATRAS „LĖLĖ“
Didžioji salė
10 d. 12 val. - Premjera! „Pinokis“. Rež. Š.Datenis.

Mažoji salė
10 d. 14 val. - „Gėlių istorijos“ (pagal A.Sakse pasakas). Rež. N.Indriūnaitė.

MENŲ SPAUSTUVĖ
10 d. 19 val. Juodojoje salėje - „Baltas triušis raudonas triušis“.
13 d. 19 val. Stiklinėje salėje - ATVIRA ERDVĖ11: „Ribos“ (N-16). Rež. T.Montrimas.
13 d. 19 val. - Vyčio Jankausko šokio teatras: „Liepsnos virš šalčio kalno“. Choreogr. V.Jankauskas.
14 d. 18.30 val. Juodojoje salėje -
ATVIRAS RATAS: „Apie žmogų, nužudžiusį gulbę“ (N-14). Rež. A.Giniotis.
14 d. 19 val. Kišeninėje salėje -
„8 minutės“. Rež. S.Pikturnaitė.
15 d. 18.30 val. Juodojoje salėje -
ATVIRAS RATAS: „Identify“ (N-16). Rež. I.Stundzytė.
16 d. 19 val. Juodojoje salėje - CEZARIO GRUPĖ: „Tamošio Bekepuris“ (N-13). Rež. C.Graužinis.

16 d. 19 val. Kišeninėje salėje -
KLAIPĖDOS JAUNIMO TEATRAS: „Kontrabosas“. Rež. V.Masalskis.

VILNIAUS KAMERINIS TEATRAS
11 d. 12 val. - Premjera! „Po grybuku“. Rež. Jacek Mall.

KEISTUOLIŲ TEATRAS
10, 11 d. 12 val. - Premjera! „Bildukai“. Rež. R.Skrebūnaitė.
10 d. 15 val. - Premjera! „Bambeklis Bajoras“. Rež. A.Giniotis.
10 d. 19 val. - „Diagnozė: visiškas Rudnosiuškas“. Rež. Vytautas V.Landsbergis.
11 d. 15 val. - „Mykolas Zvejas“. Rež. A.Giniotis.

KAUNAS

KAUNO DRAMOS TEATRAS
10 d. 12 val. Ilgojoje salėje - „Anderseno gatvė“. Rež. I.Paliulytė.
10 d. 18 val. Didžiojoje scenoje -
T.Mann „Fjorencra“. Rež. J.Vaitkus.
13 d. 18 val. Mažojoje scenoje -
J.Tumas-Vaižgantas „Žemės ar moters“. Rež. T.Erbrėderis.



PREMJERA

„Kapo plėšikė Lara Kroft“

„Tomb Raider“

KINO TEATRUOSE NUO KOVO 14 D. VEIKSMO FILMAS, JAV, 2018
REŽISIERIUS: ROAR UTHAUG
VAIDINA: ALICIA VIKANDER, DOMINIC WEND, WALTON GOGGINS, HANNAH JOHN-KAMEN
FILMAS ANGLŲ KALBA SU LIETUVIŠKAIS SUBTITRAIS

Forum Cinemas“ nuotr.

Lara Kroft - 21-erių metų mergina, Londone dirbanti kurjere ir niekaip neapsisprendžianti, ką norėtų veikti gyvenime. Pagrindinė jos dvejonių priežastis - prieš septynerius metus be žinios pra-dinęs jos tėvas, ekscentriškas nuotykių ieškotojas. Mergina atkakliai atsisakinėja palikimo ir tur-tingos paveldėtojos vaidmens, nes slapčia tikisi, kad tėvas dar gyvas.

Naujas faktas apie paskutinę žinomą jo buvimo vietą - atokią salą, esančią kažkur netoli Japo-nijos krantų - paskatina Larą išvykti į kelionę. Vos ne nuo pirmųjų kelionės minučių merginą už-grįvantys pavojai greitai įtikina, kad jos tėvo pradingimas tikrai nebuvo nelaimingas atsitikimas. Nuovoki ir be galo užsispyręs Lara atkakliai braunasi į priekį, pasiryžusi bet kokia kaina atskleis-ti ją graužiančią paslaptį.

„Forum Cinemas“ inf.

13 d. 19 val. Ilgojoje salėje - H.Ibsenas „Kai mirę nubusim“. Rež. M.Kiumaitė.
14 d. 18 val. Didžiojoje scenoje -
G.Labanauskaitė-Diena „Žalgiris“ (N-16). Rež. V.Bareikis.

14 d. 19 val. Ilgojoje salėje - „Palata“ (pagal A.Čechov). Rež. R.Kazlas.
15 d. 18 val. Rutos salėje - S.Oksanen „Apsivalymas“ (N-16). Rež. J.Jurašas.
16 d. 18 val. Didžiojoje scenoje -
W.Shakespeare „Hamletas“ (N-16). Rež. V.Bareikis.

KAUNO MUZIKINIS TEATRAS
11 d. 18 val. - „Radvila Perkūnas“. 2 d. opera. Rež. Kęstutis S.Jakštas.
Dir. J.Janulevičius.
14, 15 d. 18 val. - F.Vaildornas „Grafas Montekristas“. 2 d. miuziklas. Rež. K.Jakštas. Dir. J.Janulevičius.
13 d. 18 val. - KNYGOS TEATRAS: „Pakalnučių metai“. Rež. V.Kuklytė.
16 d. 18 val. - J.Strauss „Vienos kraujas“. 3 v. operetė.
Rež. G.Maciulevičius. Dir. V.Visockis.

KAUNO KAMERINIS TEATRAS
10 d. 16 val. - Valstybės atkūrimo 100-čiui. G.Padegimas „Alksniškės“. Rež. G.Padegimas.
13 d. 19 val. - KNYGOS TEATRAS: „Pakalnučių metai“. Rež. V.Kuklytė.
16 d. 20 val. Centriname knygyne -
Premjera! „Nokturnas“. Rež. G.Padegimas.

KAUNO LĖLIŲ TEATRAS
10 d. 12 val. - „Princesės gimtadienis“. Rež. A.Stankevičius.
11 d. 12 val. - „Pasaka apie lietus lašelį“. Rež. O.Žiugžda.

ŽALGIRIO ARENA
14 d. 12 val. - „Pati labiausia pasaka“. Rež. V.Žitkus (Keistuolių teatras).
14 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 (Keistuolių teatras).

Koncertai

VILNIUS
LIETUVOS NACIONALINĖ FILHARMONIJA
10 d. 19 val. Didžiojoje salėje -
„Romantškos akimirkos“. Lietuvos nacionalinis simfoninis orkestras, solistas Karlis Bukovskis (fortepijonas). Dir. M.Barkauskas.
14 d. 19 val. Didžiojoje salėje -
„Klasikos ir egzotikos bangas“. Klaipėdos kamerinis orkestras, solistas ir kvintinis koncertmeisteris F.Stadler (smuikas, Austrija), solistė T.Kiba (sho, Japonija).

Kinai

VILNIUS

FORUM CINEMAS AKROPOLIS

„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (ani-macinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, V) - 10-15 d. 10.30, 12.40, 14.50, 17 val. (17 val. seansas vyks 11 d.).
„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (ani-macinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, 3D, V) - 11, 14 d. 17 val.
„Labas, Oksana Sokolova“ (komedija, Rusija, N-16) - 10-15 d. 11.20, 16.10, 18.30, 19.20, 21.40, 23.50 val. (14 d. 19.20 val. seansas nevyks; 18.30 val. seansas vyks 14 d.; 23.50 val. seansas vyks 10 d.).
„Nematomas siūlas“ (romantinė drama, JAV, N-13) - 10-15 d. 10.40, 18.10 val.
„Apiplėšimas uragano akyje“ (veiksmo trileris, JAV, N-13) - 10-15 d. 13.20, 21.05, 23.20 val. (23.20 val. seansas vyks 10 d.).
„Gringo“ (juodojo humoro komedija, Australija, JAV, N-16) - 10-15 d. 15.40, 18.30, 20.55, 23.30 val. (23.30 val. seansas vyks 10 d.).
„Kapo plėšikė Lara Kroft“ (fantasti-nis veiksmo ir nuotykių f., JAV, Didžioji Britanija, Japonija, Vokietija, 3D, N-13) - 14 d. 18.30 val. (LNK kino startas).

TRAKAI
UŽUTRAKIO DVARAS
11 d. 14 val. - „Laumių sakmės“. S.Sasnauskas (trombonas, dūdmušis, vokalas), A.Šlaustas (fortepijonas, klavišiniai).

KAUNAS
KAUNO VALSTYBINĖ FILHARMONIJA
10 d. 19 val. - Tarptautinio vaikų ir jaunimo muzikos festivalio „Laudate Pueri“ baigiamasis koncertas. Šiaulių berniukų ir jaunuolių choras „Dagilėlis“ (meno vadovas R.Adomaitis). Kauno sakralinės muzikos mokyklos jungtinis choras „Cantores David“ (meno vadovas M.Radzevičius). Suzuki muzikos studijos mokiniai ir Lietuvos, Latvijos, Estijos muzikos mokyklų mokiniai.

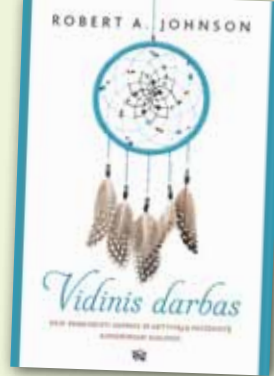
11 d. 17 val. - Lietuvos valstybės atkūrimo 100-mėčiui. Vidmantas Bartulis - „Juk niekas tavęs taip nemylės“. Kauno valstybinis choras (meno vadovas ir vyr. dirigentas P.Bingelis). Dalyvauja D.Svobonas (aktorius). Dir. P.Bingelis.

13 d. 18 val. Mažojoje salėje - „Maži pokalbiai Europos vidury“. B.Traubas (smuikas), B.Livschitz (smuikas, Šveicarija), R.Mikelaitytė-Kašubienė (fortepijonas).
16 d. 18 val. - „Orkestro premjeros“. Kauno miesto simfoninis orkestras (vyr. dir. C.Orbelian (JAV), vadovas A.Treikauskas). Solistė E.Šidlauskaitė (mecosopranas). Dir. J.Janulevičius.

„Ledas“ (romantinė komedija, Rusija, N-13) - 10-15 d. 13.40, 16 val. (16 val. seansas vyks 11, 13 d.).
„Lady Bird“ (komiška drama, JAV, N-13) - 10-15 d. 20.40 val.
„Džiundžiai: sveiki atvykę į džungles“ (fantastinė nuotykių komedija, JAV) - 10-15 d. 13.10 val.
„Koko“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 10-11 d. 11.10 val.
„Bėgantis labirintu: vaistai nuo mirties“ (mokslinės fantastikos veiksmo trileris, JAV, N-13) - 11, 13, 15 d. 16 val.
„Vagių irštva“ (kriminalinė drama, JAV, N-16) - 10, 12, 15 d. 18 val.
„Klasės susitikimas. Berniukai sugrįžta“ (komedija, Lietuva, N-16) - 10, 12, 14 d. 16 val.

FORUM CINEMAS VINGIS
„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, V) - 10-15 d. 11, 11.10, 13.10, 15.20, 17.25 val. (11.10 val. seansas vyks 15 d.).
„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (ani-macinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, 3D, V) - 10-15 d. 11.45, 16.25 val. (11.45 val. seansas vyks 10-11 d.).
„Labas, Oksana Sokolova“ (komedija, Rusija, N-16) - 10-15 d. 12.10, 16.10, 18.40, 19.30, 21.45 val. (14 d. 11.20 val. seansas nevyks; 10, 14 d. 16.10 val. sean-sas nevyks; 18.40 val. seansas vyks 15 d.).
„Nematomas siūlas“ (romantinė drama, JAV, N-13) - 10-15 d. 11.10, 15.20, 16.30, 20.30, 21.30 val. (11 d. 20.30 val. seansas nevyks; 21.30 val. seansas vyks 11 d.; 15.20 val. seansas vyks 15 d.).
„Gringo“ (juodojo humoro komedija, Australija, JAV, N-16) - 10-15 d. 14, 19.20, 21, 21.55 val. (21 val. seansas vyks 15 d.).
„Apiplėšimas uragano akyje“ (veiksmo trileris, JAV, N-13) - 10-15 d. 13.45, 18, 18.45, 20.35, 21.40 val. (14 d. 18.45 val. seansas nevyks; 12, 14 d. 20.35 val. sean-sas nevyks; 21.40 val. seansas vyks 12 d.).
„Semiramidė“ (originalo k.) - 10 d. 19.55 val. (Tiesioginė premjeros transla-cija iš Niujorko Metropolitan operos)

VAGA
KNYGŲ TINKLAS



ROBERT A. JOHNSON

„VIDINIS DARBAS“

KATEGORIJA: PSICHOLOGIJA
IŠLEIDIMO METAI: 2018
ORIGINALO KALBA: ANGLŲ K.
VERTEJA: Ieva Šimkuvienė

Knygoje „Vidinis darbas“ jungiškos kryp-ties psichoterapeutas Robertas A.Džonsonas siūlo keturių etapų metodą, kuriuo remda-miesi atpažinti ir išmoksite analizuoti vidinio pasaulio siuntimus signalus. Perpratę per sapnus ir vaizduotę atskleidžiančią simbolių kalbą, susisieksite su savo pasąmone ir nustosite jaustis jos valdomi. „Mes visi esame kur kas turiningesnės asmenybės nei vien tas „aš“, kurį pažįstame. Mūsų sąmoningas protas vienu metu gali aprėpti tik nedidelę visos esybės dalį. Kad ir kaip stengiamės save pažinti, sąmonė pasiekia arba sąmonės lygmeniu funk-cionuoja tik maža tos milžiniškos pasąmoninės energijos dalis. Todėl privalome mokyti pasiekti pasąmonę ir suprasti jos signalus - tai vienintelis būdas atsk-leisti nematomas savo asmenybės puses.“

Robert A. Johnson



GAIL SALTZ

„SKIRTINGŲJŲ GALIA“

KATEGORIJA: PSICHOLOGIJA
IŠLEIDIMO METAI: 2018
ORIGINALO KALBA: ANGLŲ K.
VERTĖJO: IRENA JOMANTIENE IR MILDA DYKE
VIRSELO DAILININKĖ: ŽVILDE ADOMAITYTE

Knygoje „Skirtingųjų galia“ psichiatrė, bestselerių autorė Geil Solc atskleidžia tiesioginę tam tikros smegenų srities aktyvumo stygiaus sąsają su ryškiu talento grūdų. Remdamasi naujausiais mokslo tyrimais, genijų, kuriems diagnozuotos įvairios smegenų „bėdos“ - mokymosi ir dėmesio stokos sutriki-mai, depresija, bipolinis sutrikimas, šizofrenija ir autizmas, - bei ilinių žmonių istorijomis, Solc parodo, kaip būklė, dėl kurios žmonės vargsta mokykloje, socialinėse situacijose, namuose ir darbe, perspina su kūrybiniais, meniniais, empatiniais ir kognityviniais gebėjimais. Ji ne tik kad netampa kliviniu, bet ir gali padėti suklestėti: atverti savitas domėjimosi ir išmavimo sritis; atrasti gyvavimo aplinkelius; susikurti talentus palaikančią aplinką; užmegzti vaisingus tarpusavio ryšius. Akis atverianti ir įkvepanti knyga „Skirtingųjų galia“ įrodo, kad kiekvieno žmogaus smegenų ypatumai gali būti tvirtumo ir produktyvumo versmė, praturtinanti mūsų pasaulį.

Geil Solc

SENASIS VINGIS:
„Ledas“ (romantinė komedija, Rusija, N-13) - 10-15 d. 12.40, 16.50 val.
„Nupirk man laimę“ (drama, Rusija, N-16) - 10-15 d. 14.20, 18.15 val.
(10, 13 d. 18.15 val. seansas nevyks).
„Nuostabieji lūzeriai. Kita planeta“ (dokumentinis f., Lietuva, Italija, Belgija, Šveicarija, Airija, Šiaurės Airija, Latvija, Ispanija, N-7) - 10-15 d. 12.30, 19.25 val.
„Trys stendai prie Ebingo, Misūryje“ (kriminalinė drama, JAV, N-13) - 10-15 d. 21.15 val.
„Bėgantis labirintu: vaistai nuo mirties“ (mokslinės fantastikos veiksmo trileris, JAV, N-13) - 12, 14 d. 15.20 val.
„Diena, kai aš sugrįšiu“ (biografinė drama, Didžioji Britanija, N-13) - 11, 13 d. 15.20 val.
„Vagių irštva“ (kriminalinė drama, JAV, N-16) - 11 d. 20.50 val.
„Vandens forma“ (mistinė drama, JAV, Kanada, N-16) - 10, 12, 14 d. 20.50 val.

SKALVIJOS KINO CENTRAS
„Nuostabieji lūzeriai. Kita planeta“ (dokumentinis f., Lietuva, Italija, Belgija, Šveicarija, Airija, Šiaurės Airija, Latvija, Ispanija, V) - 11 d. 14.30 val.
„Nematomas siūlas“ (romantinė drama, JAV, N-13) - 10 d. 18.20 val. 11 d. 20.40 val. 12 d. 14.20 val. 14 d. 20.50 val.
„Diena, kai aš sugrįšiu“ (biografinė drama, Didžioji Britanija, N-13) - 12 d. 21 val. 10 d. 14.30 val.
„Koko“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 10 d. 12.20 val.
„Drugelio miestas“ (dokumentinis f., Lietuva, Airija, Belgija, Danija) - 10 d. 16.30 val.
„Dagas iš akmens amžiaus“ (drama, Lietuva, N-16) - 10 d. 20.50 val. 11 d. 16 val. 12 d. 16.50 val. 13 d. 20.30 val. 14 d. 16.40 val.
„Dagas iš akmens amžiaus“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Didžioji Britanija, V) - 11 d. 12.30 val.
„ Fargo“ (kriminalinė drama, JAV) - 11 d. 18.30 val.

Ką skaitai?

Televizijos laidų vedėja, kulinarinių knygų autorė **BEATA NICHOLSON** įsitikinusi, jog skaitymas labai praturtina. Ji sten-giasi paskaityti kasdien, meilę knygoms diegia ir savo vaikams. Žinoma moteris renkasi labai įvairią literatūrą, nors pripažįsta, kad labiausiai ją domina kulinarinės knygos. Kokių knygų ji niekada neskaitytų?

FORMATAS: Turiu „Kindle“ skaityklę, tad elektroninio formato knygas skaitau dažnai. Tai itin patogų keliaujant ar vykstant atostogų - nereikia su savimi vežtis daugybės knygų, nes visos jos telpa viename įrenginyje. Noriu pabrėžti, jog niekada nesu pavogusi nė vienos dainos, filmo ar elektroninės knygos - visas jas įsigijau ir turiu išties nemažai. Tačiau mėgstu skaityti ir popierines knygas. Prie luvos visuomet yra sudėta knygų krūvelė. Stengiuosi kas vakarą prieš miegą bent šiek tiek paskaityti. Žinoma, norėčiau skaityti daugiau, tačiau reikia skirti laiko ir vaikams bei poilsiui.

ŽANRAS: Dažniausiai skaitau kulinarines knygas, nors labai mėgstu įvairius žanrus. Manau, kad dauguma knygų gali sudominti. Neskaitau tik greito vartojimo knygų, banalių meilės romanų. Buvau įsigijusi garsųjį romaną „Penkiasdešimt pilkų atspalvių“, bet perskačius porą puslapių supratau, kad mano gyvenimas per trumpas, kad savo laiką švaistyčiau tokiai literatūrai. Taip pat vargu ar mane sudomintų knygos, pavyzdžiui, apie stilių ir makiažą. Dažnai knygas skaitau drauge su



vaikais. Kaip tik su sūnumi skaitėme Linos Žutautės knygą „Kniūkiai, arba dingusių kojinių paslaptis“, skirtą ne patiems mažiausiems, o jau kiek vyresniems vaikams.
REKOMENDACIJA: Kaip tik pradėjau skaityti profesoriaus Liudo Mažylio knygą „99 metai po įvykio“, kurioje atskleidžiamos Vasario 16-osios Akto suradimo aplinkybės. Manau, šis kūrinys daugeliui būtų įdomus ir naudingas, visi sužinotų ką nors naujo.

„Rūta“ (dokumentinis f., Lietuva, V) - 10 d. 15, 17, 19 val. 11-15 d. 15, 17 val.
„Gnomai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, Kanada, Didžioji Britanija, V) - 10-14 d. 10.45, 12.45, 15 val. 15 d. 10.45, 12.45 val.
„Žaidimų vakaras“ (komedija, JAV, N-16) - 10-14 d. 21 val. 15 d. 21.15 val.
„Juodoji pantera“ (fantastinis nuotykių f., JAV, N-13) - 10-12, 14 d. 13.30, 16.15, 19, 21.45 val. 13 d. 14.45, 16.20, 19, 21.45 val. 15 d. 19, 21.45 val.
„Pelėdų kalnas“ (karinė drama, Lietuva, N-16) - 10 d. 11.15, 19, 21.45 val. 11-12, 14 d. 10.30, 19, 21.45 val. 13 d. 10.30, 11, 19, 21.45 val. 15 d. 19, 21.45 val.
„Dagas iš akmens amžiaus“ (ani-macinis f., dubliuotas lietuviškai, Didžioji Britanija, V) - 10-14 d. 10, 12 val.
„Koko“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 10-12, 14 d. 10.15, 11.15, 12.30 val. 13, 15 d. 10.15, 12.30 val.
„Bitė Maja: Medaus žaidynės“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, Australija, V) - 10 d. 11 val. (specialus seansas mažiukams).
„Nematomas siūlas“ (romantinė drama, JAV, N-13) - 14 d. 12 val. (specialus seansas mamytėms).

OZO KINO SALĖ
„Motėris ir ledynas“ (dokumentinis f., Lietuva) - 13 d. 19 val.
„Nuostabieji lūzeriai. Kita planeta“ (dokumentinis f., Lietuva, Italija, Belgija, Šveicarija, Airija, Šiaurės Airija, Latvija, Ispanija, N-7) - 10 d. 15 val. 14 d. 18 val. 17 val. 11-13 d. 10, 11, 12, 13, 14, 16, 15 val. 14-15 d. 10, 12, 14, 16, 15 val.
„Labas, Oksana Sokolova“ (komedija, Rusija, N-16) - 10-14 d. 14.45, 17, 19.15, 21.30 val. 15 d. 14.45, 19, 21.30 val.
„Apiplėšimas uragano akyje“ (veiksmo trileris, JAV, N-13) - 10-15 d. 21.30 val.
„Močiute, Guten Tag!“ (dokumentinis f., Lietuva, Vokietija) - 13 d. 17.30 val.
„Nuolankioji“ (Lietuva, Nyderlandai, Prancūzija, Rusija, Ukraina, Vokietija) - 14 d. 19.20 val.

Redakcija už repertuaro pakeitimus neatsako

„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

Galerijos 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.auksinedovanelė.lt

Drabužių parduotuvė „Ingrid“. Kaunas. 10% nuolaida prekėms. Tel. (8 693) 59 358, www.ingrid.lt

TEATRAS

Oskaro Koršunovo teatras. 20% nuolaida 2 bilietams, išskyrus premijas ir spektaklį „Žuvėdra“. Tel. (8 650) 35 646, www.okt.lt

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

Juozo Milinio dramos teatras. Panevėžys. 20% nuolaida 2 bilietams, išskyrus premijas, šventinius ir vaikiškus spektaklius. www.milinioiteatras.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.uzupioteatras.lt

Teatras „Cezario grupė“. Vilnius. 25% 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.keistuliai.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 „Dainuvas 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.skrzdziaiorbalionais.lt. 20% nuolaida ne daugiau kaip 2 žmonėms. Tel. (8 618) 30 069

Keleivinis pramoginis laivas „Nidas“. Pida. 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. 100% nuolaida paslaugoms. Tel. (8 5) 255 33 53, (8 620) 55 599, www.gkiklinika.lt

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 narys. Tel. (8 631) 70 196

Parduotuvė „Optikos pasaulis“. 20% nuolaida akininių rėmeliams, saulės akinams, jų priedams. 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 (iš 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

Švarumo centras „Jogė“. Vilnius, Alytus. 20% nuolaida drabužių valymui ir 15% nuolaida odinių ir kailinių gaminių valymui. Tel. (8 5) 264 9164, www.jogė.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 zooprekiams 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 priklausantių 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. 20% nuolaida limuzinų nuomai. Tel. (8 643) 33 333, www.smlimo.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.indigogeles.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, Ukmėrgė, 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 Gyal“. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 650) 73 203, www.gmgyal.lt

Koncertai „Bardai Lt“. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 656) 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

Buśido federacija. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 37) 202 806, www.seniejrusiai.lt

Restoranų „Svarstyklės“. 10% nuolaida europietiškos virtuvės patiekalams (iki 10 žmonių). Tel. (8 37) 452433, www.svarstyklės.eu

Picerija „Areną Pizza“. Kaunas. 10% nuolaida patiekalams. Tel. (8 37) 424 242, www.arenapizza.lt

Kavinė-picerija „Bella Italia“. Kaunas. 15% nuolaida sąskaitai. Akcijų prekėms, gerimams ir tabako gaminiams nuolaida netaikoma. Tel. (8 37) 777 444

Kavinė-svečių namai „Lokio pastogė“. Kaunas. 10% nuolaida sąskaitai kavinėje. 25% nuolaida salės ir pirties nuomai. Tel. (8 682) 62 624, www.lokiopastogė.lt

Naktinis klubas „Mojito Nights“. Vilnius. 12% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 687) 70 077, www.facebook.com/mojitonakty

MOKYMO 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. (8 679) 61 422, 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 antieculitiniams procedūroms presoterapijos aparatu. Tel. (8 674) 51 045, www.laurolapas.lt

Medicinos klinika „Mirameda“. Vilnius. 10% nuolaida visoms medicininio gydymo, grožio bei sveikatinimo paslaugoms. Nuolaidos negalioja medicininėms sveikatos patikros programoms. Tel. (8 5) 212 5566 (Vilnius), (8 37) 333 557 (Kaunas), (8 46) 315 111 (Klaipėda), www.mirameda.lt

Internetinė kosmetikos parduotuvė www.selective.lt. Vilnius. 25% nuolaida prekėms internetinėje parduotuvėje. Tel. (8 5) 278 8064, www.selective.lt

„Nailbar“. Vilnius. 16% nuolaida paslaugoms. Tel. (8 5) 269 0004, www.nailbar.lt

Masažo salonas „Exotic“. Vilnius. 15% nuolaida procedūroms. Tel. (8 5) 212 5599, (8 686) 99 499, www.eastisland.lt

SPA centrai „East Island“. Vilnius, Druskininkai. 15% nuolaida grožio, SPA procedūroms ir soliariumui. Tel. (8 5) 272 2227, (8 682) 33 222, www.eastisland.lt

Grožio salonas „East Island“. Druskininkai. 15% nuolaida paslaugoms. Tel. (8 313) 56 643, www.eastisland.lt

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, Torių g. 19. 15% nuolaida visoms grožio paslaugoms. Tel. (8 5) 261 8364, (8 675) 44 448, www.groziopaslaugos.lt

Moters mokykla. 15% nuolaida užsiėmimams. Tel. (8 698) 14 529, www.motersmokykla.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 10-16
GERA DIENA: KOVO 12 D.
BLOGA DIENA: KOVO 10 D.

Profesionalios astrologės
Lilijos Baraitienės
paslaugos
Tel. 865698074
El.p. btime@elnet.lt

Avinui. Jeigu ieškote antrosios pusės, puikios dienos ją sutikti. Jūsų gyvenime atsiradęs žmogus taps labai artimu. Įmikitės darbų, kurie reikalauja ištvėrmės ir iššūkių. Labai palanki savaitė jūsų piniginiams reikalams. Kuo daugiau judėsite, tuo geriau jausitės. Tik neperstėkite, viską darykite saikingai.

Vėžiui. Mėgautės šiuo ramiu ir stabiliu periodu. Antroje savaitės pusėje jūsų gyvenime gali atsirasti žmogus, kuris taps jums labai artimas. Šią savaitę geriau atostogauti. O jei dirbsite prieš atiduodami atliktą darbą, patikrinkite, ar tikrai viską gerai padarėte. Tai metas, kai neturi iškilni didelių problemų dėl sveikatos.

Svarstyklėms. Naujomis pažintimis nepalankios dienos. Turintiems antras pusės teks pažūrėti tiesiai į akis ir ne visada jums patiks tai, ką pamatysite, nors ir bus gana ramios darbo dienos, bet norint ko nors pasiekti, teks kaip reikiant padirbėti, todėl sumažinkite tempą ir pasistenkite daugiau ilsėtis.

Ožiaragaiui. Palankios dienos naujoms pažintims. Labai tikėtina, kad vieniši sutiks sau skirtą pusę. Puikus laikas pasirašyti kontraktus, vykti į verslo susitikimus pasirašyti finansinius dokumentus. Sumažinkite tempą, pasistenkite daugiau ilsėtis. Venkite didelio fizinio krūvio nugarai ir kelių sąnariams.

Jaučiui. Geriau seksis su senais, nei su naujais pažįstamais. Turintiems antrą pusę puikus periodas gilintis į santykius su mylimuoju. Darbe nereikia tikėtis lengvų pergalų, tačiau jeigu pasistengsite - ilgam pamiršite sunkumus. Jūsų sėkmė priklausys nuo jūsų gebėjimo bendrauti. Tai metas, kai neturėtų iškilti problemų su sveikata.

Liūtiui. Labai palankios dienos naujoms pažintims. O turintiems antras pusės puikus periodas gilintis į santykius su mylimuoju. Šią savaitę gana ramios darbo dienos. Tik nereikia imtis labai atsakingų finansinių operacijų. Pasilepinkite grožio procedūromis, tik neperstėkite, viską darykite saikingai.

Skorpionui. Galėsime mėgautis puikiais santykiais su jus mylinčiais asmenimis, o neturintiems antrą pusę dabar tinkamas metas naujoms pažintims. Darbe strigs viskas, ko imsitės, tad geriau svarbius darbus atidėkite geresniam laikui. Seksis dirbantiems finansų srityje. Ne pats palankiausias metas jūsų sveikatai.

Vandeniui. Galimos internetinės pažintys. Puikus laikas karjerai, šiomis dienomis galite pasiekti išsivažioti aukštumų. O norintiems imtis naujos veiklos siūlyčiau perspektyviai išnaudoti šią savaitę. Venkite skersvėjų ir didelių fizinų krūvių.

Dvyniams. Šiomis dienomis jūsų nedomins naujos pažintys, tačiau neužmirškite, kad antra savaitės pusė palanki pasimatymams. Seksis be didelių pastangų pasiekti puikių rezultatų. Jeigu klausysitės ne aplinkinių, o savo intucijos galite pasiekti stulbinamų rezultatų darbe. Jūsų sąjauta puiki, neturėtų iškilti sveikatos problemų.

Mergelei. Meilė, prasi-dėjusi šiomis dienomis, garantuoja tvirtus jausmus, antra savaitės pusė palanki naujoms pažintims. Darbe bus ramu, neturėtų įvykti jokių permairių. Antroje savaitės pusėje gali iškilti sunkumų su pinigais ir finansiniais dokumentais. Savijauta šiomis dienomis bus geresnė, tačiau patarčiau vengti didelio fizinio krūvio.

Šauliui. Naujoms pažintims labai tinkamos dienos. Tad neturintis antrą pusę apsidairykite aplinkui, gal tas vienintelis ar vienintelė visai čia pat - greta jūsų. Šią savaitę galėsite džiaugtis savo finansiniais sprendimais, o jeigu dirbate aptarnavimo srityje - visi bus patenkinti jūsų puikiu darbu. Prastas metas laikytis dietų.

Žuvims. Naujos pažintys gali būti lemtingos. Tinkamas metas jūsų karjerai, jeigu svajojate apie paaugstinimą, galite drašiai kreiptis į savo viršininką. Palankus metas tvarkyti verslo susitikimus, darbinus reikalus. Pailsėkite, pamedituokite, tuomet jausitės puikiai.

SPORTAS IR PRAMOGOS

Sostinių golfo klubas. Pipiriskų k., Elektrėnų sav. 20% 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 vienkartiniams 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 salės bei grupinių sveikatingumo užsiėmimų suaugusiųjų abonentams. Tel. (8 5) 247 0700, www.7muzos.lt

Laisvalaikio centras „7 mūzos“. Vilnius. 15% nuolaida suaugusiųjų grupinių laisvalaikio užsiėmimų (šokių) abonentams. Tel. (8 5) 247 0700, www.7muzos.lt

Irklėnės „Suping.lt“. Vilniuje - 1 Eur nuolaida*. Trakuose, Anykščiuose, Zarasuose - 2 Eur nuolaida*. *Trukmė 2 val.

Smalnininkų kartodromas. Jurbarko r., Smalnininkai. 50% nuolaida mėgėjų turnyrų dalyviui, 30% nuolaida individualiam (2 asm.) (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 treniruoklių zonai ir lazdu nuomai pirmojo apsilankymo metu. Tel. (8 616) 26 366, www.golfclub.lt

Dašavysčio sporto klubas „Legionas“. Kaunas. 20% nuolaida dašavysčio ir šratavysčio žaidimams (6 asm.). Tel. (8 687) 22 333, www.legionas.lt

„Pramogų pasaulis“. 30% nuolaida dašavysčio pramogai (iki 3 asmenų). Tel. (8 676) 11 121

LAISVALAIKIS SVEIKINA



Dainininkas
Vytautas Babravičius
1952 03 10



„Mis Lietuva“
Agnė Kavaliauskaitė
1993 03 13



Aktorius
Mindaugas Capas
1959 03 13



Lenktynininkas
Benediktas Vanagas
1977 03 16

LAISVALAIKIS RSPUBLIKA

REDAKTORĖ

Agnė VAITAISJŪTĖ-KEIZIKIENĖ
laisvalaikis@respublika.net

ŽURNALISTĖS

Eimantė JURŠENAITĖ
eimante.jursenaite@respublika.net

Ringailė STULPINAITĖ-GILDE
ringaile.stulpinaite@respublika.net

RINKODAROS SKYRIUS

Tel. (8 5) 212 33 44

PRENUMERATA

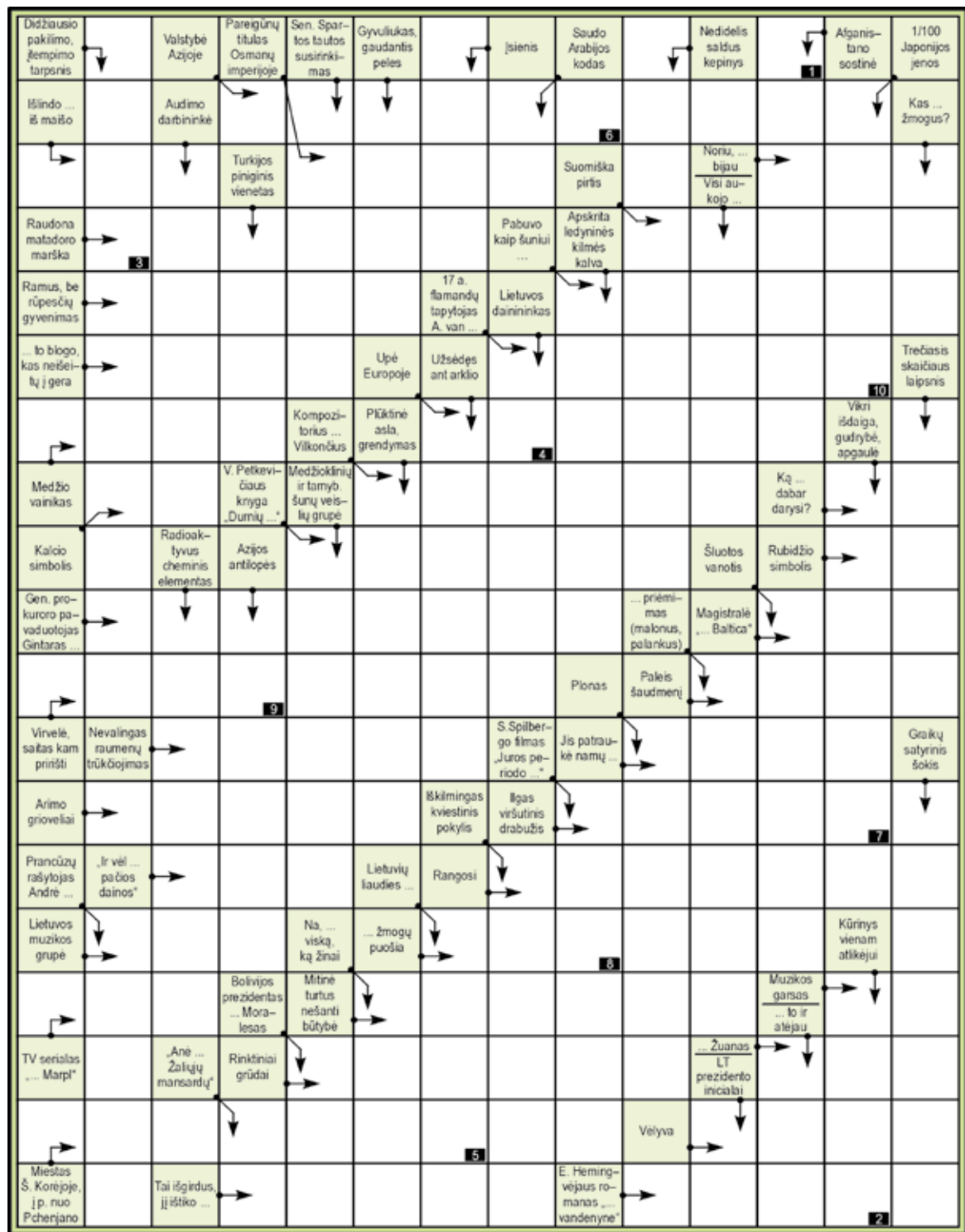
Tel. (8 5) 212 18 05

REKLAMOS KVALIFIKACIJOS

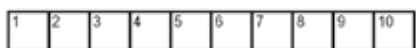
Koordinatorė tel. (8 5) 212 31 00
reklama@respublika.net

ADRESAS

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



Parengė žurnalo „oho“ redakcijai



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

Atsakyamą iki kovo 8 d. siųskite SMS žinute numeriu 1390. Rašykite: LV KR, atsakyamą, vardą, pavardę ir miestą. Žinutės kaina 0,29 EUR. Praeitą kryžiažodžio laimėtojas **Darius Vaišvilas** iš Vilniaus. Jam bus įteikta Hanos Kent (Hannah Kent) knyga „Paskutinės apiegos“.

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



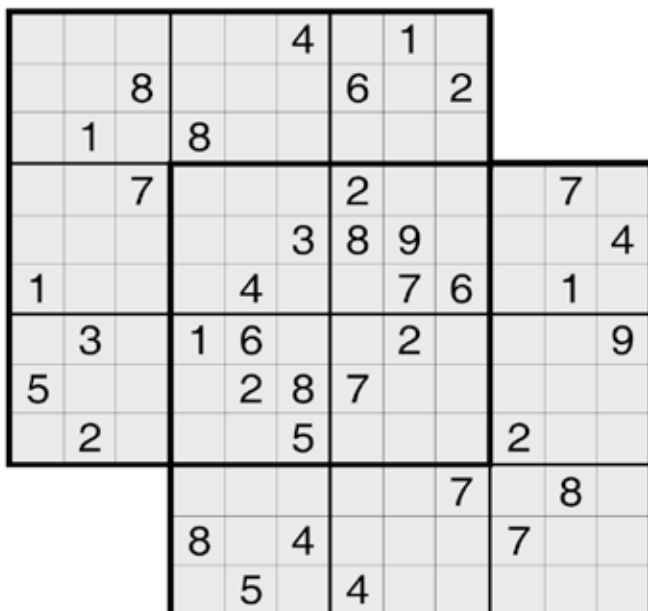
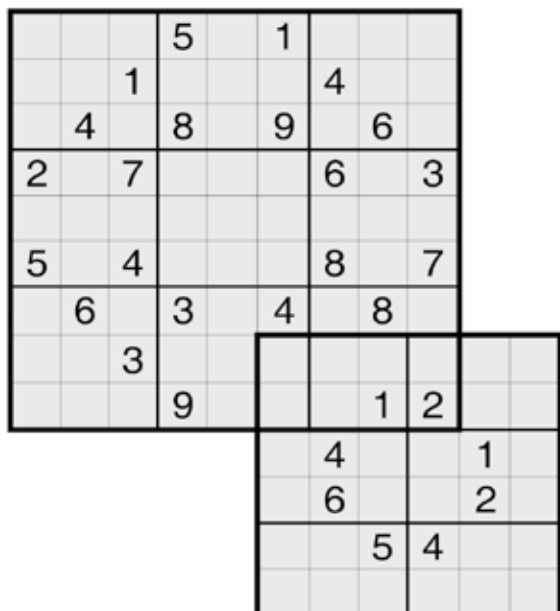
**Kryžiažodžio, išspausdinto
praėjusiam numerįje, atsakymai:**

Vertikaliai: Arka. Municipalitetas. Amūro.
Averonas. Aš. Kvaga. Kanistras. Vana. Tanas.
Rabata. Sara. Molas. Nepalo. Ra. Bušas.
Sulojo. Kulis. Suolas. Vertimas. Karlas. Ne.
Ikas. Laimės. EG. Koklis. Kartas. Gro. Al. Aidas.
Mein. Markiravimas. Maqija. Astrupas. Aversas.

Horizontaliai: Kvarteronas. Navara. Aimana.
Tilaka. Cūga. Kikilis. Mira. Bumas. RT. Po.
Mulas. Dar. Tošis. VU. Lakalas. Kaip. Ivanas.
„Laima“. Tenas. Kardas. Eris. Saitas. Tos.
Urmas. Antresolės. MV. Sarapulės. AE. Sabalas.
Mgr. Salos. Geis. Toj. Nerija. Aušra. Oregonas.

Pažymėtuose langeliuose: AUREOLĖ.

SUDOKU



Galvosūkių, išspausdintų prieš savaitę, atsakymai.

Parengė „Galvosūkių klubas“



MADA. Milano mados savaitėje pristatyta italų mados namų „Dolce and Gabbana“ kolekcija.

ANEKDOTAI

*Kalbasi du draugai:
- Ta mano žmona - tikra
bambeklė.
- Kodėl?
- Vis priekaištauja ir prie-
kaištauja, kad per vėlai namo
grįžtu.*

- *Tai tu grižk anksčiau.*
- *Beviltiška: vakar šeštą rytą grižau, vis tiek buvo per vėlu...*

Susitinka du draugai, plėtojantys elektroninės komercijos verslą.

- Na, kaip laikaisi?
- Neblogai, atidariau tinklą parduotuve, per pirmą mėnesį uždirbau dvidešimt tūkstančių virtualių dolerių.
- Virtualių? Aš dar neregėjau tokių!
- Aš taip pat...

Į duris paskambina policininkas. Jis atidaro mažas berniukas.

- *Ar tētis yra namuose?* -
klausia pareigūnas.
- *Nėra, - sako berniukas.*
- *O tai gal mama yra?*
- *Ji irgi basislėpė...*

*Moteris atbēga pas girininku:
- Ar nematēte mano šuns?*

- *Mažo, geltono?*
- *Taip.*
- *Su baltomis letenėlėmis?*
- *Taip.*
- *Ir su maža uodegėle?*
- *Taip.*
- *Ne, nemačiau.*

Nusprendžiau susirasti darbą. Parašiau savo gyvenimo aprašymą, atsispausdinau... Perskaičiau... Ir apsisiverčiau... Nejaugi toks nuostabus žmogus turi dirbti?

*Mergina, grižusi iš poves-
tuvinės kelionės, skambina mo-
tinai:*

- Mama, aš siaubingai laiminga...
- Įdomu, pasakok greičiau.
- Na, klausykis: vakar pirmą kartą paruošiau vyrui pietus.
- Tikiuosi, pasisekė?
- Dar ir kaip. Jis nusprendė pasamdyti virėją.

*Moteris tempia du pilnutē-
lius krepšius.*

Vyras klausia:
- Sunku, mieloji?
- Taip.
- Tai pailsėk minutėlę, juk
mes niekur neskubam.