

LAISVĀ LAIKIS

Nr. 25 (850) 2014 m. liepos 4-10 d.

su **R**SPUBLIKA
MUSU

Holivudiškas
eterio chuliganės

Simonos

Albavičiūtės gyvenimas





KITOKS ŠKOTIŠKAS VISKIS

SODRIAUSIAS SKONIS ATSISKLEIDŽIA
ATŠALDŽIUS AKMENUKAIS



PURE DIFFERENCE

LAISVALAIKIS REKOMENDUOJA

Pažintį su sporto fanatikais po vienu stogu



■ Beveik prieš metus susituokę LNK sporto žinių vedėja Asta Žukaitė (28) ir sporto komentatorius Saulius Nalivaika (29) sako, kad šiandien jų gyvenimo ritmą diktuoja futbolas. **68 p.**



Restoraną „Pomodoro“

■ Sostinėje įsikūręs restoranų tinklas kviečia užsukti ir įvertinti virtuvės meistrų išmonę bei pajusti itališkos vasaros skonį. **27 p.**

Stiliaus akcentą pagal Jurgą

■ Savitu stiliumi pasižyminti atlikėja Jurga Šeduikytė sugeba prikelti naujam gyvenimui net sugadintą drabužį, kad šis taptų įspūdinga aprangos detale. **19 p.**



ŠIAME NUMERYJE

- 4-7 **INTERVIU**
Su ZIP FM programų direktore Simona Albavičiūte
- 8-10 **VEIDAI**
Ieva Stasiulevičiūtė, Marijonas Mikutavičius, Asta Stašaitytė- Masalskienė, Vaidas Baumila
- 12-13 **LEGENDOS**
Mitai apie karalių Mindaugą
- 14-15 **VERSLO ŽMONĖS**
Elvyra Vilkienė
- 16-17 **RATAI**
Laura Imbrasienė
- 18 **VASAROS STILIUS**
Toma Jankauskaitė
- 20-23 **ŽVAIGŽDĖS**
Išgarsėję po vieno vaidmens. Garsių futbolininkų moterys
- 24-25 **GROŽIO PALETĖ**
Madingi plaukų kirpimai
- 26 **SKONIO KODAS**
- 28-30 **PAVELDAS**
Lietuvos Didžiosios Kunigaikštystės laikų virtuvė
- 32-33 **KALEIDOSKOPAS**
- 35 **ŠVENTĖS**
- 37 **PAŽINIMO KODAS**
Sapnai ir mėnulio fazės
- 38-39 **DATOS**
Bučinių diena
- 40-41 **MOKSLO KODAS**
Bermudų trikampio paslaptis
- 44-45 **GIDAS**
Vasaros festivaliai
- 46-47 **REGINYS**
Tautiniai kostiumai
- 48-49 **INTERNETAS**
- 53-67 **ETERIO ŽMONĖS, TV PROGRAMA**
- 70 **ŽVAIGŽDĖS**
Besilaukiančios aktorės
- 71 **KINAS SU ŽVAIGŽDE**
Ieva Narkutė
- 72-75 **„LAISVALAIKIO“ GIDAS**
Kinas, teatras, koncertai
- 76-79 **„LAISVALAIKIO“ PARTNERIAI**
- 80-81 **HOROSKOPAS, KRYŽIAZODIS, SUDOKU**
- 82 **BEPROTIŠKAS PASAULIS**

LAISVALAIKIS su RESPUBLIKA

A.SMETONOS G. 2, LT-01115 VILNIUS

REDAKTORĖ

Irena BABKAUSKIENĖ
laisvalaikis@republika.net
tel. (8 5) 212 36 26

ŽURNALISTĖS

Eimantė JURŠĖNAITĖ
eimante.jursenaite@republika.net

Ringailė STULPINAITĖ
ringaile.stulpinaite@republika.net

REDAKTORĖS PAVADUOTOJA

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ
agne.vaitasiute@republika.net

VYRIAUSIOJI DIZAINERĖ

Gabrielė SKRABULYTĖ-JANONIENĖ
gabriele.skrabulyte@republika.net

DIZAINERĖ

Adelė DAGELIENĖ
adele.dageliene@republika.net

RINKODAROS SKYRIUS

Tel. (8 5) 212 33 44

PRENUMERATA

Tel. (8 5) 212 18 05

REKLAMOS SKYRIUS

Koordinatorė tel. (8 5) 212 31 00
Apskaitininkė tel. (8 5) 212 31 21

Faksas (8 5) 261 72 88,
reklama@republika.net



Viršelyje:
Simona Albavičiūtė
Stasio Žumbio nuotr.

Ekstremalūs *Simonos* Albavičiūtės gyvenimo prieskoniai

Kiek patrakusi radijo laidų vedėja ir ZIP FM programų direktorė **SIMONA ALBAVIČIŪTĖ** (29), klausytojams geriau žinoma kaip Bandita, iššūkių nebijo nei darbe, nei gyvenime. Ji drąsiai leidžiasi į avantiūras ir nuotykius bei savo poelgiais įrodinėja, jog nieko nėra neįmanomo.

Eimantė JURŠENAITĖ

- Nuo liepos kartu su ZIP FM studija persikėlei į pajūrį, kur siūlysite pamesti galvas. Regis, vasarą gyvensi taip, kaip gyvena pašėlę diskžokėjai Holivudo filmuose: saulė, jūra, vakarėliai ir daug muzikos. Koks tas darbas prie Baltijos platybių?

- Vasaros projektas - tarsi 7 savaitių „team building“ (liet. komandos kūrimas), kurio kiekvienais metais visi stoties darbuotojai labai laukiame. ZIP FM yra kaip didelė šeima, čia kartu dirbdami jaučiamės tarsi broliai ir sesės. Todėl visi kartu gyvename viename name, plauname indus, vienas kitą žadiname ir nešame pusryčius į lovą, taip pat kuriame bei vedame laidas. Pirmais metais buvo sunku suprasti, kaip galima dirbti prie jūros, nes jūra ir smėlis - atostogos. Tačiau ir išvažiavus į kitą vietą reikia atlikti pareigą ir išmokti dirbti tokiomis pavojingomis sąlygomis kaip šios - atostogų režimu. (*Juokiasi.*) Bet kokių atveju, geriausia yra tai, kad po 7 savaitių pasiilgsti miesto, net asfalto. Nori mesti „flip flopus“, neaiškių formų drabužius į šoną ir apsirengus švarkelį vėl gyventi tam tikruose rėmuose. Tačiau tokie pokyčiai tik į naudą. Manau, dėl tokių projektų mes esame kartu tiek metų.

- Liepos 1 dieną stotis ZIP FM šventė gimtadienį. Kas tave atvedė prie ZIP FM pulsto?

**KADAISE MANĖS
KLAUSĖ, KAS
LABIAUSIAI PATINKA
ŠIAME DARBE,
ATSAKIAU - DIDELI
ŽYGIAI**

- ZIP FM šventė devintąjį gimtadienį. Aš šioje šeimoje - lygiai 8 metus. Pamenu, ieškodama smagaus ir patinkančio darbo dalyvavau MTV atrankoje. Tąkart MTV pasirinko dabar jau gerą mano draugę Ugnę (Skonsmanaitę, - *red. past.*). Kadangi aš turėjau vadina-
mąjį radijo balsą, gavau pasiūlymą dirbti Klaipėdoje įsikūrusioje radijo stotyje „Lalūna“, bet į Klaipėdą kraustytiis neketinau ir šio pasiūlymo atsisakiau. Tačiau sulaukiau paskatinimo ieškoti darbo radijuje. Nuo mažų die-

nų jo klausydavau si nuo ryto iki kito ryto, tad išgirdusi, kad tikčiau į radijo laidų vedėjas, labai apsidžiaugiau. Už tai, kad dabar esu ZIP FM, aš dėkinga Manfredui, kuris tuo metu dirbo šioje stotyje.

- Kuo tave žavi šis darbas ir kas labiausiai įsiminė per tuos ilgus darbo metus?

- Stotyje niekada nebuvo prodiuserių, kurie kurtų laidas. Kaip ir žmonių, kurie spaudintų mygtukus ir išleistų į eterį. Jei kažkuris iš mūsų nori įdomaus anonso ar reklaminio projekto, idėją sukuria pats. Visus metus su kitais viską darėme patys. Jei sugalvodavome ką nors naujo, patys tai pagaminavome arba rasdavome, kas mums padeda, nuo vaizdo

DOSJĖ

- Gimimo data: 1985 04 12
- Studijos: įstaigų vadyba (Vilniaus Gedimino technikos universitetas)
- Nuo 2006 dirba ZIP FM



Simona Albavičiūtė ir Silva Rindzevičiūtė (dešinėje) - geriausios draugės, net šešerius metus drauge kūrė radijo laidą „Sisi“, į eterį grįžtančią rudenį. Redakcijos archyvo nuotr.

Eterio chuligane dažnai vadinama Simona Albavičiūtė pati savęs tokia nelaiko, tačiau pripažįsta, jog žiūrint kitų žmonių akimis ir lyginant ją su klasikine mergina ji atrodo chuliganiškai

Stasio Žumbio nuotr.

klipų iki *džinglų* montavimo, žaidimų kūrimo ir tokių projektų kaip vasara Palangoje. ZIP FM nėra tik balsai ir reklamą transliuojantis kanalas. Kartais juokiamės, kad nėra to, ko mes negalėtume padaryti. Pastebėjome, kad jau ilgus metus dirbame kaip rimta kūrybinė, pardavimo ir produkcijos agentūra. Iš didelės laisvės, kurią suteikia ši darbo vieta, noro tobulėti ir kiekvieną kartą padaryti tik geriau sukaupiau nemenką patirtį.

- Kiek daugiau nei prieš metus motinystės atostogų išėjo tavo kolegė ir gera draugė Silva Rindzevičiūtė, o eteryje neliko kultine tapusios jūsų laidos „Sisi“. Tąsyk sakėte, kad tai - ne atsisveikinimas. Ar planuojate kokį nors bendrą projektą?

- Silva jau grįžo į ZIP FM ir veda vasaros laidą, skirtą specialiai ZIP paplūdimio projektui. Nuo rudens turėsime ir savaitinę „Sisi“ laidą.

- Sakei, kad „Sisi“ buvo savotiška era. Koks dabar periodas tavo karjeroje?

- Dirbant ZIP FM, buvo keli periodai. Pirmasis - pats sunkiausias: bandai apsitrinti, mokaisi, mokaisi ir toliau mokaisi. Tada galvoje gimė autorinė laida „Sisi“, ji taip pat turėjo savo periodus. Buvo ir įkvėpimo metų, buvo ir minčių apie išsiskyrimą, bet tai natūralu. Su Silva visada sakėme, kad esame kaip pora, o poroje juk būna visko. Džiaugiuosi, kad iki šiol esame geriausias draugės, viena iš mūsų jau turi vaikelį, bet mes ir toliau nesenstame, norime kalbėti eteryje. Kai laida „Sisi“ darė pertrauką, buvau priversta gerai pagalvoti apie tai, kas toliau. Vėl buvo minčių apie radijo karjeros pabaigą. Tada atrodė: 7 metai - gal gana? Tačiau išvažiavau į savo gyvenimo kelionę - Ganą (Afrika), turėjau laiko pagalvoti. Būdama Ganoje supratau, kad dar tikrai negana. (*Juokiasi.*) Tai yra darbas, kurį labai mėgstu. Ir galvoje gimė mano autorinė laida „Simona Bandita“, kuri teigia, kad viskas bus išbandyta. Štai ir naujas periodas.

- Dažnai esi vadinama eterio chuligane. Nesikratai šios etiketės?

- Nelaikau savęs chuligane. Tačiau žiūrint kitų žmonių akimis ir lyginant su klasikine mergina, tikriausiai atrodau chuliganiškai. Visada tokia buvau. Man visuomet patiko aštresnis humoras ir laisvalaikis. Mano mamos brolis dvynys - lakūnas. Kai buvau maža, skraidydavome lėktuvais, o kad nebūtų nuobodu, dėdė lėktuvą visai sukiodavo, o kartais būdavo ir taip, kad išjungia variklį ir krintame žemyn. Tada jį vėl įjungia ir toliau skrendam lyg niekur nieko. Tie ekstremalūs momentai, manau, tiesiogiai prisidėjo prie to, kokia esu dabar. Net dabar, kai išbandau kažką naujo, pavyzdžiui, važiavimą lenktyniniu automobiliu, suprantu, kad tai nėra taip stipri kaip potyriai vaikystėje. O ir mokykloje daugiau



PROGRAMŲ DIREKTORIAUS DARBAS YRA DAUG ATSAKINGESNIS IR SUNKESNIS NEI DARBAS STUDIJOJE, YPAČ KAI TURI VADOVAUTI GERIAUSIEMS DRAUGAMS

laiko leisdavau su berniukais. Man patikdavo būti jų draugijoje, patikdavo, kad jie juokauja stipresnėmis temomis, o ne kalbasi apie meginukus. Kai susirgdavau ir neidavau į mokyklą, jie pabėgdavo iš pamokų ir atėdavo manęs lankyti, nes žinojo, kad visada pagaminsiu savo firminių spagečių. O kaip gali iširti draugystė su vyrais, kai jiems duodi maisto? Neįmanoma! (*Juokiasi.*) Dėl to ir pati turiu daug berniukiškumo. Lygiai tas pats ZIP FM. Visi visada turi ką pasakyti ir mes mėgstame aš-

triai vienas su kitu bendrauti. Kuo stipriau, tuo geriau. Vėliau prie to pripranti. Galbūt kitus tai gąsdina, bet aš kitaip nenorėčiau.

- Be to, kad garsėji kaip pašėlusė vedėja, eini ir atsakingas programų direktorės pareigas. Koks tai darbas - teikiantis tiek pat malonumo, kiek ir darbas studijoje?

- Prieš 4 metus gavau pasiūlymą perimti šias pareigas ir sutikau. Žinojau, kad bus daug darbo, tačiau nemaniau, kad tiek. Man patinka dinamika, patinka, kai kažkas vyksta, patinka daryti tai, ko dar niekas nedarė. Prisiminus pirmąjį ZIP FM vasaros projektą, pasidaro baisu, juk iškraustyti visą radijo stotį į paplūdimį - tikras iššūkis. Buvo tokių, kurie sakė, kad to padaryti neįmanoma. Tam, kad įrodyčiau, jog esu teisi, išsiaiškinau viską iki smulkiųjų detalių. Dabar išmanau ir kaip perduodamas signalas, ir ką daryti, kai per audrą nutraukiami laidai ir radijas išsikrauna. Ir štai, mes transliuojame jau ketvirtus metus iš eilės. Per vasaros projektus du mėnesius einu iš proto ir kartais net gailiuosi, kad už-

Simonos para - ganėtinai ilgai - nuo pusės devynių ryto ji - programų direktorė, o nuo šešioliktos valandos - daugelio pamėgta radijo laidų vedėja Simona Bandita

kūriau tokį didelį reikalą, tačiau kai viskas būna padaryta, ateina neapsakoma palaima, suprantu, kad noriu dar. Kadaisė manęs klausė, kas labiausiai patinka šiame darbe, atsakiau - dideli žygiai. Programų direktoriaus darbas yra daug atsakingesnis ir sunkesnis nei darbas studijoje, ypač kai turi vadovauti geriausiems draugams.

- Kaip derini šiuos 2 amplua?

- Pusę devynių pradėdau programų direktorės darbo dieną. Iki 16 valandos dirbu biure, o tada einu į studiją, bet dažnai 19 valandą vakaro diena nesibaigia. Todėl būna ir taip, kad dirbu labai ilgai. Vis dėlto gerai, kad nereikia blaškytis tarp dviejų darbo vietų. Mano aplinkoje visi labai daug dirba. Kol neturiu šeimos, galiu sau tai leisti.

O KAIP GALI IŠIRTI DRAUGYSTĘ SU VYRAIS, KAI JIEMS DUODI MAISTO? NEĮMANOMA!

- Atrodo, tavo gyvenime galioja dėsnis: kaip darbe, taip ir laisvalaikiu. Esi aktyvi, nenustygstanti, nebijanti rizikos ir ekstremalių potyrių. Kokie nuotykių įsimintiniausi?

- Labai įsiminė laipiojimas olomis Anglijos nacionaliniame parke. Leidausi stačia uola pučiant stipriam vėjui. Visas kūnas drebėjo iš baimės. Nusileidusi žemyn taip džiaugiausi, kad sakiau „dar“. Kai vėl mane užkėlė į tą pačią vietą, supratau, kad darau visišką nesąmonę, nes bijau dar labiau. Po to karto nieko, kas susiję su aukščiu, nekartoju antrą kartą. Esu labai smalsi, ypač kelionėse noriu ką nors išbandyti. Prisimenu dar vieną baisoką momentą - šuolį nuo krioklio į vandenį, kai su Silva atostogavome Filipinuose. Mus nuvedė prie aukšto krioklio ir visi pradėjo nuo jo šokinėti. Iš pradžių viską stebėjau ir sakiau, tikrai nešoksiau. Tada pagalvojau: na, kaip dabar aš, būdama Filipinuose ir turėdama galimybę nušokti, to nepadarysiu? Kai atsistoju prie krašto ir iš viršaus buvo matyti tik mažytis vandens plotelis, o aplink - akmenys, galvojau nualpsiu. Tačiau lipti atgal stačiu kalnu man pasirodė baisiau nei šokti, todėl šokau. Daugiau to pakartoti tikrai nenorėčiau.

- Ar ko nors bijai?

- Bijau įvairiausių gyvių. Negalėčiau atsidurti kirminų pilnoje vonioje. Bijau dumbliuoto vandens dugno. Bijau tamsaus vandens. Retai kada maudausi naktį. Bijau tamsos. Visada bijojau visko, kas susiję su mirtimi, vaiduokliais ir mistika. Kad ir kaip man būtų įdomu, nežiūriu siaubo filmų ir vakarais neleidžiu pasakoti mistinių istorijų, nes turiu lakią fantaziją ir per daug gerai save pažįstu.



M. Mikutavičiaus aktorinės avantiūros

Dainininko ir televizijos laidų vedėjo **MARIJONO MIKUTAVIČIAUS** (43) gerbėjai rudenį jį išvys pirmajame lietuviškame vaidybiniame animaciniame filme „Gustavo nuotyčiai“. Čia atlikėjas įkūnijo kaubojus-muzikantą personažą.

Tiesa, šis filmas per dainininko karjerą nėra pirmasis. Kaip aktorius jis debiutavo

praėjusiais metais filme „Moterys meluoja geriau. Kristina“. Šį kartą, anot M. Mikutavičiaus, viskas buvo daug paprasčiau. „Paskambino pažįstamas, paklausė, ar negalėčiau pakvailioti. Sutikau. Čia juk ne koks skrydis į kosmosą. Man tereikėjo pasimaivyti ir pagal fonogramą pažiobčioti dainą. Tad tą sugebėjau ir anksčiau daryti. Anokia čia ir aktorystė“, - pasakojo dainininkas.

Galutinio rezultato Marijonas dar nematė, todėl sakė net neįsivaizduojantis, kiek laiko jis šmėkščios ekrane. „Matyt, pasirodysiu ne ilgiau negu koks nors paveikslas ant sienos ar akmenukas ant kelio. Būsiu tik vienas iš daugybės veikėjų, kurie šmėkšteli ir dingsta. Pagrindinis veiksmas sūksis tikrai ne aplink mane“, - sakė atlikėjas.

Anot jo, filmas „Gustavo nuotyčiai“ bus skirtas ne tik vaikams, bet ir tiems, kurie užaugo su laidele „Gustavo enciklopedija“. O su kokiais televizininiais personažais užaugo pats M. Mikutavičius? „Būdamas vaikas žiūrėjau „Na, palauk“, dar labai patiko toks japonų animacinis filmas „Batuoto katino nuotyčiai“. Visai neseniai jį susiradau „Youtube“ ir mielai dar kartą pažiūrėjau“, - pasakojo dainininkas.



Animaciniame filme „Gustavo nuotyčiai“ Marijonas Mikutavičius įkūnijo kaubojų-muzikantą
„Tauras Films“ ir redakcijos archyvo nuotr.



Vaidas Baumila grįžta

Lietingą vasaros vakarą merginų numylėtinis atlikėjas **VAIDAS BAUMILA** (27) surengė trumpą koncertą, kurio metu pristatė naują dainą „Free Love“ ir jos vaizdo klipą, o taip pat pranešė naują, pradžiuginusią visus jo talento gerbėjus. Kurį laiką dainavęs tik užsieniečiams, jis grįžta gyventi į Lietuvą.

„Norėjome šilto, jaukaus, vasariško, jausmingą meilės istoriją pasakojančio vaizdo klipo. Kadangi jo kūrime dalyvavo profesionali komanda, užtikrinusi, kad darbas vyktų sklandžiai ir greitai, todėl filmavimai vyko vos porą dienų. Nesijaučiau kaip filmavimo aikštelėje, atrodė, jog tiesiog leidžiu laiką su draugais“, - naujos dainos „Free Love“ klipo filmavimo išpūdziais dalijosi Vaidas. Bene gražiausiame Lietuvos krašte - Nidoje filmuotas klipas, kaip ir romantiška daina, sulaukė pliūpsnio ovacijų, o dar didesni džiaugsmo šūksniai pasigirdo, kai Vaidas prabilo apie savo planus pasilikti Lietuvoje. „Po ilgų klajonių tarp šalių nu-



Rudenį Vaidas surengs pirmąjį savo turą per Lietuvą
Stasio Zumbio nuotr.

sprendžiau koncertuoti ir dirbti namuose. Būdamas užsienyje daug išmokau, ypač Londone, kur kas vakarą teko dainuoti ope- retėje - tai reikalauja daug vokalistų jėgų. Jaučiuosi sukaupęs nemažai patirties ir energijos, todėl noriu ją pasidalinti ir su Lietuvos publika, kurios labai pasiilgau“, -

sakė Vaidas, jau po truputėlį gyvenantis ir savo pirmojo turo po Lietuvą „Coming Home“ koncertais, kurie vyks didžiausiuose Lietuvos miestuose spalio mėnesį. Artimiausiuose atlikėjo planuose ir jau trečiojo solinio albumo, pasirodysiančio kitų metų pavasarį, įrašai.

Pasimatymai pagal Ievą Stasiulevičiūtę

Ieva Stasiulevičiūtė juokauja, jog dabar apie pasimatymus žino beveik viską
Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

IEVA STASIULEVIČIŪTĖ (25) per šią vasarą išvydo daugiau pasimatymų, nei pati yra buvusi. LNK televizijos realybės šou „Soriukas“ vedėja kasdien poruoja ir į pasimatymus siunčia meilės ieškančius jaunuolius. Stebėdama „Soriuko“ dalyvių romantiškus susitikimus ir pasitelkdama savo pačios patirtį, laidos vedėja sudarė penkių patarimų sąrašą pirmiesiems pasimatymams. Sąrašas orientuotas į vyriškosios lyties atstovus. Įsidėmėkite ir nedarykite tokių klaidų!

Pasimatymų patarimų TOP 5

1 Vaikiniai, nepradėkite pasakoti apie savo žygdarbius mokykloje, kieme ar krepšinio aikštelėje. Visas dėmesys turi būti

skirtas prieš jus sėdinčiai gražulei. Visa kita galėsite įrodyti vėliau.

2 Nepradėkite ieškoti bendrų draugų. Tai tik parodo, kad neturite apie ką kalbėti.

3 Nelįsk bučiuotis, jei nesi įsitikinęs, kad to nori ir mergina! Nes antro pasimatymo nebus.

4 Nepadaugink plaukų želės ir kvėpinkis ir prieš pasimatymą. Nes dviguba dozė kvėpalų merginą apsvaigins blogąja prasme. Nebeliks vietos atsiskleisti tavo žavesiui.

5 Pagrindinė taisyklė - jei pamiršai merginos vardą, neklausk jo, o kreipkis malonybiniu žodeliu. Turėtų suveikti. Jeigu ne - soriukas!

Asta Stašaitytė įveikė 15 metų turėtą fobiją

Populiarios pokalbių laidos „Yra kaip yra“ vedėja **ASTA STAŠAITYTĖ-MASALSKIENĖ** (43) šią vasarą atsikratė baimės, kurią, po draugės žūties, jautė penkiolika metų. „Prieš kelias savaites pagaliau įveikiau save ir nusileidau kalnų upe su valtimi, su visa šeima išbandėme bene populiariausią Turkijos pramogą - raftingą.“

Prisipažinsiu, didžiuojuosi savim. Nors tą rytą, kai atsikėlėme vykti į raftingą, iš baimės man širdis lipo iš krūtinės. Teko gerti tabletes, - prisipažino pokalbių laidos vedėja.

Penkiolika metų Astai vien mintis apie plaukimą kalnų upe kėlė tik siaubą. Būtent prieš tiek metų iš kelionės nebegrižo jos draugė palangiškė, raftinge patyrusi mirtiną galvos traumą. „Kai su šeima įveikėme pirmą slenkstį, užplūdo adrenalinas ir aš iš karto atsipalaidavau, supratusi, kad laukia nuostabi diena. Adrenalinas, fizinis darbas, šaltas vanduo ir šeimos vienovė. Irklavome pagal vieną ritmą visi keturiose su berniukais ir Giedriumi, buvo gera jausti vienos šeimos jausmą. Be to, buvo labai malonu pamatyti, kaip vaikai rūpinosi mamimi: išsigandusi mama jiems tapo maža mergaite, kurią jie prižiūrėjo, o paskui... didžiavosi“.

Nors raftingas pavyko puikiai, Asta nežino, ar dar kartą jį bandys. „Tai - kaip lėktuvo pilotavimas ar šuolis su parašiu. Užsidėjau plusus ir ramu“, - kvatojosi populiarios laidos „Yra kaip yra“ vedėja Asta Stašaitytė-Masalskienė.

Asta Stašaitytė-Masalskienė į darbą grįš išbandžiusi ekstremalias atostogų pramogas
Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

Puslapius parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ,
Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ



NAUJAS:
LAUKIAME JŪSŲ
PC „Rimi“,
Jeruzalės g. 4, Vilnius

Jogle
Švarumo centras

Sausas drabužių valymas, skalbimas, lyginimas
Odinių ir kailinių gaminių valymas, impregnavimas
Drabužių taisymas
VIP paslauga
Kilimų, žaliuzių valymas
Plunksnų ir pūkų valymas, impilų keitimas
Avalynės valymas, atnaujinimas, impregnavimas
Skubus drabužių valymas
Gaminių paėmimas iš kliento ir pristatymas
Gaminių minkštinimas ir sendinimas, enziminis skalbimas

Mitai

apie karalių Mindaugą

Jei pirmasis ir vienintelis Lietuvos karalius Mindaugas gyventų šiandien, matyt, būtų patenkintas, kad politiniai klausimai sprendžiami ne jėga, o diplomatinio susitarimu. Anot istorikų, įvaizdis, kad Mindaugas buvo griežtas, žiaurus ir karingas valdovas, tėra mitas. Ir tai ne vienintelis mitas apie žinomą Lietuvos valdovą. Atrodo, kad istorijos vadovėliai ne visada atspindi tiesą.

Artėjant liepos 6-ajai - Mindaugo karūnavimo dienai - jūsų teismui - net keliolika faktų, kuriuos šiandieniai istorikai paneigia ar bent jau dėl kurių ginčijasi.

1 MINDAUGAS BUVO ŽIAURUS, GRIEŽTAS IR PUKIUS KARVEDYS

Iki šiol istorikai nesutaria dėl to, koks buvo Mindaugo charakteris. Manoma, kad jis labiau mėgo diplomatinės priemonės, o jėgos imdavosi tik tada, kai priversdavo aplinkybės. Jo kariuomenei dažniausiai vadovaudavo patyrę karvedžiai. Paties Mindaugo žygiai nebuvo labai sėkmingi.

2 MINDAUGAS ĮKŪRĖ LIETUVOS VALSTYBĘ

Nors istorijos vadovėliai būtent Mindaugą vadina Lietuvos valstybės įkūrėju, istorikai dėl to nėra tikri. Pasirodo, kad jau Mindaugo tėvas buvo galingas valdovas, todėl spėjama, kad valdžią ir pačią Lietuvą Mindaugas paveldėjo, o ne įkūrė. Lietuva kaip galinga jėga reikšėsi jau nuo XII a. pabaigos - nuo 1183 m., kai vyko lietuvių karo žygiai, todėl manoma, kad mūsų valstybė susiformavo gerokai anksčiau.

3 LIETUVA TAPO KRIKŠČIONIŠKA VALSTYBĖ PO TO, KAI MINDAUGAS JĄ PAKRIKŠTIJO

Nors 1251 m. Mindaugas politiniais sumetimais priėmė krikščionybę, o popiežius Lietuvą paskelbė karalyste, pavaldžia Romos vyskupui, po sėkmingo 1260 m. Durbės mū-



Vilniuje stovincią karaliaus Mindaugo skulptūrą sukūrė skulptorius Regimantas Midvikis ir architektas Ricardas Kristapavičius (rimanto Sidarevičiaus nuotr.)

šio Mindaugas grįžo prie lietuvių religijos ir krikščionybės invazija buvo sustabdyta dar maždaug šimtui metų.

4 MINDAUGAS BUVO VIENINTELIS LIETUVOS KARALIUS

Karaliaus titulas Lietuvoje yra siek tiek mistifikuotas. Viduramžiais nebuvo viskas taip tvarkingai ir griežtai apibrėžta. Mindaugas iš kitų Lietuvos valdovų išsiskiria tik tuo, kad buvo pripažintas Romos popiežiaus. Ta-

FAKTAI

- Manoma, kad karalius Mindaugas gimė apie 1200 m., mirė - 1263 m. rugsėjo 12 d.
- 1253 m. jis buvo karūnuotas ir pakrikštytas
- Turėjo žmoną Mortą ir keturis vaikus
- 1261 m. Mindaugas atsimetė nuo krikščionybės
- 1263 m. jis buvo nužudytas

čiau karaliaus titulą galėjo naudoti ir kiti. Be to, paties žodžio „karalius“ tuo metu Lietuvoje nebuvo, jis iš slavų kalbos atėjo tik vėliau, kai Jogaila tapo Lenkijos karaliumi. Lietuvos valdovai tuo metu buvo vadinami kitaip - viešpačiu, valdovu, kunigu, kas išvertus iš vokiečių kalbos ir reiškė „karalius“.

5 MINDAUGAS KARŪNUOTAS VILNIAUS ARKIKATEDROJE

Nėra jokių faktų, patvirtinančių, kad Mindaugas buvo karūnuotas Vilniuje, mat tuo metu Vilniaus teritorijoje miesto dar nebuvo. Maža to, nėra žinoma net ir nuolatinė pirmojo karaliaus gyvenamoji vieta. Viena iš versijų - kad jis tokios apskritai neturėjo. Tyrinėjimai rodo, kad jis galėjo gyventi Vorutoje. Deja, istorikai iki šiol nesutaria, kurioje vietoje šis miestas buvo įsikūręs.

6 MINDAUGAS TURĖJO BARZDĄ

Susiformavęs Mindaugo įvaizdis - vyras su barzda ir iškeltu kalaviju - yra kilęs iš XVI a. pabaigos Aleksandro Gvanjinio kronikos. Tiesa, jis nieko bendro neturi su tuo, kaip iš tiesų atrodė Mindaugas. Be to, yra žinoma, kad kronikininkas tas pačias iliustracijas naudodavo net keliems valdovams pavaizduoti. Istorikai mano, kad Mindaugas tikriausiai neturėjo barzdos, mat tuo metu lietuviams buvo įprasta barzdą skustis.

7 MINDAUGAS PALAIDOTAS NAUGARDUKE, AGLUONOJE ARBA PUNSKĖ

Apie Mindaugo palaikimą beveik nieko nėra žinoma. Spėjamos trys vietos, kur jis galėjo būti palaidotas, bet greičiausiai visos jos neturi nieko bendro su realybe. Kadangi tuo metu Mindaugas jau buvo atsimetęs nuo krikščionybės, galima manyti, kad jis buvo palaidotas pagal pagoniškus papročius - tai yra sudegintas. Yra tikimybė, kad tai galėjo būti padaryta Šventaragio slėnyje Vilniuje. Legenda byloja, kad ten buvo laidojami visi valdovai.

8 MINDAUGAS BUVO IŠSILAVINĖS VALDOVAS

Viduramžiais valdovai apskritai retai kada buvo išsilavinę. Valdovo mokėjimas rašyti arba skaityti greičiau būdavo išimtis, o ne taisyklė. Korespondenciją ir laiškus tvarkydavo raštininkai. Valdovams šito nereikėjo. Rašto vertė viduramžiais nebuvo tokia, kokia yra dabar. Tai buvo toks pats amatas kaip staliaus ar batsiuvio. Nebuvo jokio prestižo mokėti rašyti. Tad Mindaugas taip pat nebuvo išimtis - nei skaityti, nei rašyti jis nemokėjo.

9 MINDAUGAS KARŪNĄ GAVO UŽ DYKĄ

Pats faktas, kad Mindaugas gavo karūną ir tapo Lietuvos karaliumi, šiandien yra pervertinamas. Daug svarbiau anuomet buvo realūs jėgos santykiai ir kaina, kurią Mindaugas sumokėjo už gautą karūną. Kadangi tuo me-

KĄ APIE KARALIŲ MINDAUGĄ ŽINO ŽYMŪS JO BENDRAVARDŽIAI?



Dainininkas **MINDAUGAS MICKEVIČIUS-MINO**:

- Kuo reikšmingas Mindaugas Lietuvos istorijoje?

- Jis buvo vienintelis Lietuvos karalius. Kitiems tų laikų politinėje situacijoje nepavyko gauti ir užsidėti ant galvos karūnos. Tai buvo vienintelis tokio lygio monarchas.

- Kada Mindaugas gyveno?

- Tikslaus skaičiaus negaliu pasakyti. Dėl to visada turiu gudrų atsakymą, kad skaičius galima pasitikrinti enciklopedijoje.

- Kas buvo Mindaugo žmona?

- Nežinau.

- Kaip mirė Mindaugas?

- Nepamenu, kuris iš jų buvo nuverstas nuo arklio, bet žinau, kad Mindaugas buvo nužudytas.



Televizijos laidų vedėjas **MINDAUGAS RAINYS**:

- Kuo reikšmingas Mindaugas Lietuvos istorijoje?

- Jo karūnavimas buvo ir mūsų valstybės įkūrimo diena.

- Kada Mindaugas gyveno?

- XIII a., karūnuotas buvo 1253 m.

- Kas buvo Mindaugo žmona?

- Morta.

- Kaip mirė Mindaugas?

- Žinau, kad jis mirė, sulaukęs 63-ejų, karaliumi jis pabuvo 10 metų. Kiek pamenu, jis buvo nužudytas. Jo įpėdiniu tapo Treniota.

11 MINDAUGAS NUŽUDYTAS IŠ KERŠTO

Kai mirė Mindaugo žmona, jos sesuo, kunigaikščio Daumanto žmona, atvyko jos gėdinti. Manoma, kad Mindaugas, vykdydamas savo mirusios žmonos valią, jai neleido išvykti. Morta buvo paprašiusi, kad Mindaugas imtų jos seserį į žmonas ir ši prižiūrėtų jų vaikus, mat kita valdovė galėjo juos nuskriausti. Tuo metu dažnai taip nutikdavo, kad nauja valdovo žmona nustumdavo pirmosios vaikus, atimdavo iš jų paveldėjimo teisę. Tačiau toks Mindaugo žingsnis sukėlė jo ir Daumanto konfliktą. Pastarasis kreipėsi į Treniotą pagalbos. Šis jam garantavo saugumą, todėl Daumantas ryžosi nužudyti Mindaugą.

Istoriką *Tomą Baranauską* kalbino *Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ*

10 MINDAUGAS TURĖJO DVI ŽMONAS

Apie Mindaugo meilės žygius, deja, nežinoma daug. Vieni istorikai įsitikinę, kad Mindaugui ir Mortai jų santuoka buvo jau antroji, kiti linkę manyti, kad Mindaugas turėjo tik vieną žmoną. Istoriniai šaltiniai byloja, kad Mindaugas nužudė Žemaičių kunigaikštį Vismantą ir galbūt pagrobė jo žmoną Mortą. Tiesa, gali būti, kad Morta tuo metu dar nebuvo ištekėjusi, o tik susižadėjusi.

Is reklamos agentūros į muilų gamybą

Motinstė neretai įkvepia moteris pokyčiams ir dideliems darbams. Taip atsitiko ir **ELVYRAI VILKIENEI**, kuri susilaukusi vaikų susidomėjo muilo gamyba ir įkūrė savo prekės ženklą „Wilkės“ muilai. Nors iš pradžių verslas klostėsi kiek kitaip nei Elvyra įsivaizdavo, ji tikisi, jog vieną dieną jos muilai puikuosis ne tik lietuvių muilinėse.



Elvyra Vilkienė sako, jog prieš imantis verslo reikia sukaupti nemenką žinių bagažą
Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

į muilų gamybą

Eimantė JURŠĖNAITĖ

- Ar visuomet svajojote būti verslininke? Kas paskatino imtis verslo?

- Baigusi mokyklą studijavau mediciną dabartinės Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakultete, vėliau pasirinkau molekulinės biologijos studijas Vilniaus universitete, po to įgijau komunikacijos mokslų magistro laipsnį. Ilgą laiką darbavau komunikacijos srityje, o verslo idėją įkvėpė motinstė. Susilaukusi vaikų, kaip ir visos mamos daugiau dėmesio skyrčiau sveikai gyvenimui, natūralių maisto ir kūno priežiūros produktų paieškoms. Pati pradėjau pirkti natūralią kosmetiką ir supratau, kad ji veiksmingesnė. Studijų metu buvau sukaupusi nemenką teorinių žinių bagažą, tad ši sritis mane labai sudomino. Nusprendžiau ir aš pabandyti ką nors pagaminti. Kadangi bandymas pavyko, nenorėjau, kad ši veikla būtų tik hobis, kuriuo užsiimu namuose, reikėjo eiti iki galo. Prieš porą metų savo muilus jau pardavinėjau Kaziuko mugėje, tačiau ši veikla prekės ženklu virto tik prieš pusmetį.

- Kokie tie „Wilkės“ muilai?

- Nors gaminu ir daugiau priemonių, elektroninėje parduotuvėje www.wilkes.lt kol kas prekiauju tik muilais. Pramoniniai muilai, kurių galima įsigyti parduotuvėje, dažniausiai gaminami iš pigių žaliavų, sintetiniai priedais suteikiant jiems kvapą ir spalvą. Rankų darbo muilus gaminu nenaudodama sintetikos. Gaminant natūralius muilus aliejai subalansuojami taip, kad muilas būtų kietas, švelnus odai, putojantis ir, žinoma, sveikesnis žmogui ir nekenksmingas aplinkai. „Wilkės“ muilas nėra verdamas, o aliejai yra jungiami su šarmu maksimaliai žemoje 40 laipsnių temperatūroje. Taip išsaugomos visos vertingosios aliejų savybės. Kvapai ir spalvai suteikti naudojamos tik natūralios medžiagos - prieskoniniai, aliejai, eteriniai aliejai, todėl

DOSJĖ

- **Gimimo diena:** rugpjūčio 6-oji
- **Studijos:** Vilniaus aukštesnioji medicinos mokykla (dabartinė Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas). Molekulinės biologijos bacheloras ir komunikacijos mokslų magistras (Vilniaus universitetas)
- **Laisvalaikio pomėgiai:** buvimas gamtoje, muzika, kelionės, važinėjimas dviračiu, plaukiojimas
- **Gyvenimo kredo:** gyvenime - „viskas praeina“, o versle - „geriau pabandyti ir suklysti, negu gailėtis, kad nebandoi“

muilai turi ir aromaterapijų savybių - ramina arba tonizuoja. Atsižvelgiant į sudėtį ir naudojamus priedus, muilams suteikiu tam tikrų savybių. Pavyzdžiui, jei muilas praturtintas vertingais sviestmedžio aliejumi ar kakavos sviestu, jis drėkina odą. Jei muilui gaminti naudojame arbatmedžio aliejų, jis puikiai ramina riebią odą, o jei į muilą įdedu cinamono, aguonų ar kavos - jis gali būti naudojamas kaip šveitiklis.

YRA KNYGŲ PRADEDANTIEMS, JOSE SURASYTOS VISOS PAGRINDINĖS KLAIDOS, KURIAS DARO PRADĖJĘ VERSLĄ. SUPRATAU, KAD VISAS JAS BŪČIAU PADARIUSI IR AŠ

- Europos Sąjungoje kosmetikos priemonėms keliami labai aukšti reikalavimai. Ar sudėtinga pradėti tokį verslą?

- Imtis veiklos pasiryžau ganėtinai lengvai ir be didesnių svarstymų, tačiau neįsivaizdavau, kaip viskas rimta ir sudėtinga. Europos Sąjungoje reikalavimai kosmetikos gaminių saugai tikrai dideli pradedant gamyba, baigiant pakuote. Tam, kad juos atitiktum, reikia daug laiko, jėgų, pastangų ir pinigų. Taigi pradžia buvo išties nelengva, reikėjo tinkamai įsirengti patalpas, gauti standartus atitinkantį higienos pažymėjimą ir panašiai.

- Šiuo metu su „Wilkės“ muilais dirbate viena - sprendžiate gamybos, vadybos, rinkodaros ir kitus klausimus. Ar tai ne per sunkus darbas vienam žmogui?

- Man šiek tiek padeda šeimos nariai ir bičiuliai. Manau, per mėnesį galėčiau pagaminti apie 2 tūkstančius muilo gabalėlių, tačiau savo maksimalių pajėgumų neišnaudoju ir pagaminu pusę tiek. Man svarbiau ne kiekybė, o kokybė.

- Ar jus domina užsienio rinkos?

- Jos mane domino nuo pat pradžių. „Wilkės“ muilai visuomet buvo orientuoti į Vakarų Europos ar Jungtinių Amerikos Valstijų



Natūralūs rankų darbo „Wilkės“ muilai yra sveikesni žmogui ir mažiau kenkiantys aplinkai
Wilkės muilų nuotr.

rinkas, nes žinau, kad ten žmonės labai vertina rankų darbo produktus ir yra pasiryžę mokėti atitinkamą kainą. Dažnai lietuviai mano gaminamus muilus kaip suvenyrus vežasi į užsienį ir grįžta su labai gražiais atsiliepimais. Tai labai džiugina ir motyvuoja plėstis. Žinoma, pirmiausia noriu įsitvirtinti lietuviškoje rinkoje, o tuomet galėsiu susirasti pagalbos ir galvoti apie užsienį.

- O iš kur tiek žinių apie verslą? Daug domėjotės?

- Domėtis tiesiog būtina. Remdamasi teorinėmis žiniomis ir naudinga kitų sukauptą patirtimi verslininko keliu einama sparčiau. Nemažai žinių įgijau dirbdama komunikacijos srityje - komunikacijų agentūroje „Lukrecija BBDO“, kur išmokau pagrindinius vadybos ir rinkodaros principus. Apskritai verslo valdymas - labai kompleksinis dalykas, reikalaujantis įvairių sričių žinių. Teko domėtis ir apie kosmetikos gamybą ir verslo užkulisius. Lančiau VŠĮ „Versli Lietuva“ organizuotus kursus, skirtus pradedantiems verslininkams, skaičiau daug literatūros. Yra knygų pradedantiems, jose surašytos visos pagrindinės klaidos, kurias daro pradėję verslą. Supratau, kad visas jas būčiau padariusi ir aš. *(Juokėsi.)*

- Dažnai žmonės verslą renkami susižavėję sėkmingomis daug uždirbančių verslininkų istorijomis. Kiek laiko reikia, kad verslas duotų vaisių?

- Mano verslas nuolat reikalauja investicijų. Manau, kad man labai pasisekė, jog prekės ženklas viešumoje pasirodė prieš žiemos šventes. Šventiniu laikotarpiu prekyba muilais puikiai sekėsi ir mano investicijos atsipirko. Dar negaliu pasakyti, kad esu klestinti verslininkė, tačiau pajamos yra generuojamos ir jų pakanka mano poreikiams ir verslui plėtoti. Tai, mano galva, svarbiausia.





Lauros Imbrasienės svajonių automobiliai per greitai keičiasi, kad spėtų išsirinkti vieną stasio Žumbio nuotr.



Laura Imbrasienė:

„Nemoku vairuoti kojomis“

Televizijos laidų vedėjai **LAURAI IMBRASIENEI** (36) svarbiausia, kad automobilis būtų saugus, galingas ir komfortiškas. Atsakinga mama niekuomet vairuodama nedarytų to, kas sukeltų pavojų. Ir nors Lauros greičio rekordas yra tikrai nemenkas, moteris stengiasi vairuoti itin atsakingai ir nemėgsta, kai eismo taisyklių nesilaiko kiti.

Ringailė STULPINAITĖ

- Ar prisimenate savo pirmąjį kartą prie vairo? Kaip sekėsi?

- Klaičiai. Prisimenu pakeltu tonu kalbant tėtį ir mano apsisprendimą su juo vairuoti nebesimokyti.

- Ar turite svajonių automobilį?
- Turiu, tik ta svajonė kas kiek laiko vis keičiasi, kai atsiranda naujesnių modelių.

- Ekstremaliausia situacija vairuojant?

- Tokių, kai pati vairavau, nepamenu, bet yra tekę verstis su automobiliu, kai vairuotojas nesuvaldė ratų ant plikledžio, pajusti, kaip diržas skaudžiai suspaudžia šonkaulius trenkiantis į stovintį automobilį net nestabdžius.

- Gal žinote savo greičio rekordą?
- Tikriausiai 200 km/h.

- Kur ir kada važiuoti smagiausia?
- Aišku, su šeima į keliones bet kuriuo metų laiku.

PASAKYSIU PAGRASIAI: JEI ŽMOGUI DUOTA VAŽIUOTI - VAŽIUOS, JEI NE - TAI GAL GERIAU RINKTIS TROLEIBUSĄ IR NEBANDYTI SAVO IR KITŲ LIKIMO

- Ką laikote bagažinėje ir daiktadėžėje?

- Bagažinė paprastai būna tuščia, neskaitant visų ten reikalingų daiktų (atsarginio rato, domkrato ar virvės). Nebent išsiruosiame važiuoti tolimesnį atstumą, tuomet ankštoka būna. Daiktadėžėje yra žemėlapiai, akiniai nuo saulės, servetėlės ir kvepalai.

- Kas jums automobilyje svarbiausia?
- Saugumas, galingumas, komfortas.

- Ko vairuodama niekuomet nesiryžtumėte daryti?

- Visų dalykų ar veiklų, kurioms reikalingos abi rankos. (*Šypsosi.*) Nemoku vairuoti kojomis kaip mano vyras.

- Trys rodikliai, pagal kuriuos nusprendžiate, kad prieš jus važiuoja prastas vairuotojas.

- Labai sunkus klausimas. Tikrai skaičius 3 išsiplės. Paprastai toks vairuotojas važiuoja antra eismo juosta, galinio matymo veidrodėlis perkreiptas neaišku kur, nes tik dėl grožio pakabintas arba kad save matytų. Vairuotojo kėdės atstumas (kartu su vairuotoju) nuo vairo yra kokie 10 ar 15 cm. Dar prastam vairuotojui dažnai būna per šviesu arba kaip

tik per tamsu, tad šviesos arba visai nereikalingos, arba jeigu įjungtos, tai ilgosios. O jei toks sumanė sukti kažkur, tai posūkis ir degs, kol pasieks tikslą arba suks į priešingą pusę. (*Šypsosi.*)

- Gėdingiausias epizodas jūsų vairavimo istorijoje.

- Gal jis nėra toks jau gėdingas, nes jam nutikus pastebėjau, kad daug automobilių taip traumuojami. Galu statydamas mašiną, per daug gražiai norėjau pastatyti šalia alyvų krūmo, na, kokį milimetrą erdvės palikusi. Net nepastebėjau, kaip alyvos kamienas atsidūrė bagažinėje, o stiklas pažiūro.

- Kokiomis savybėmis turėtų pasižymėti geras vairuotojas?

- Gera reakcija, supratingumu ir pagarba kitiems kelyje, nepervertinti savęs, jausti transporto priemonę.

- Kaip manote, kas vairuoja geriau: vyrai ar moterys?

- Ojoj, čia lytis, deja, ne visada lemiamas veiksnys. Esu tiek ir tiek personažų keliuose prisižiūrėjusi. Pasakysiu paprastai: jei duota važiuoti - važiuos, jei ne - tai gal geriau rinktis troleibusą ir nebandyti savo ir kitų likimo.

- Kuriožiškiausia situacija, nutikusi vairuojant.

- Esu vyro (kuris, beje, mane mokė vairuoti) išmokyta, kad jei koks varguolis padarėlis droš per kelią, jokių būdu staigiai nesukčiau vairo. Besilaukdama sūnaus prieš 11 metų važiauvau namo siauru miško keliuku normaliu greičiu. Tik šast katinas savižudis tiesiai man po ratais. Sumanė patikrinti, kiek liko gyvenimų. Vaje, man iš karto prieš akis vyras: „Nebandai sukti vairo.“ Akys netikėtai užsimerkia. Padarėlis baladojasi į automobilio dugną, stoju šalikelėje, blynu, nes katinėlio gaila, ir skambinu vyrui. Žmogus gi nežino, kas nutiko, juo labiau manęs žliumbiančios negali suprasti - pamanė, kad gimdau. Išleminusi, kad katinuką suvėžinau, tik lengviau atsiduso ir liepė važiuoti ir patikrinti, kad galėčiau ramiai naktį miegoti. Katinėlio gyvenimų limitas dar nebuvo pasibaigęs. (*Šypsosi.*)

DOSJĖ

■ **Šiuo metu vairuoja:** viską, kas pasitaiko, nes neturi savo automobilio, bet dažniausiai „Volvo XC70“

■ **Svajonių automobilis:** per daug greitai keičiasi, kad įsimylėtų vieną. Kol kas keli patinka - „Porsche Panamera“, „Range Rover Evoque“, „Volvo XC60“

■ **Greičio rekordas:** 200 km/h

■ **Eismo įvykių skaičius:** 1 (labai žioplus), nors ne kartą vaizdavosi, kaip privažiuoja kokiam beklutūriui iš galo ir pastumia

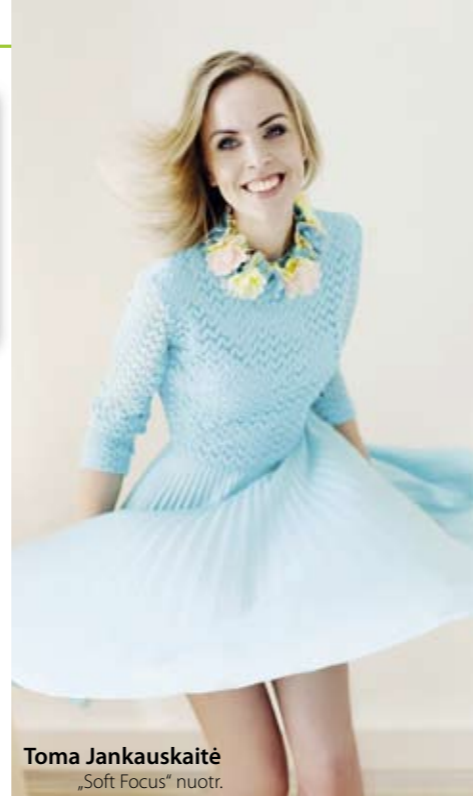
■ **Vairavimo stažas:** 16 metų

■ **Prietas:** neprietas



Vasariškas aksesuarų žydėjimas

Visuomet stilinga aksesuarų kūrėja **TOMA JANKAUSKAITĖ** (27) juokauja, kad kuria labai moteriškus, lengvus ir romantiškus kaip ji pati rankų darbo kaklo papuošalus ir lankelius, žydinčius visus metus. Iš medžiaginių žiedlapių pagaminti papuošalai, jau tapę dizainerės prekės ženklo „Toma accessories“ vizitine kortele, naujausioje kolekcijoje atgimsta naujomis spalvomis ir žiedų variacijomis. Vyrauja švelnūs pasteliniai atspalviai, tačiau norinčios atrodyti ryškiau taip pat ras sau tinkančių ir patinkančių aksesuarų. Dažniausiai kurianti originalius papuošalus Toma vasarai siūlo ir keletą savo kurtų suknelių.



Toma Jankauskaitė
„Soft Focus“ nuotr.

Originali ir vasariška Tomos Jankauskaitės kurta suknelė „Monika Gete photography“ nuotr.



Per filmavimus apdegęs mėgztinis Jurgos kūrybiškumo dėka prikeltas naujam gyvenimui
Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

Jurgos stiliaus improvizacijos

Dainininkė ir aktorė **JURGA ŠEDUKYTĖ-BAREIKIENĖ** (34) savitu stiliumi išsiskiria tiek scenoje, tiek gyvenime. Visuomet ieškanti ir kūrybiškai į pasaulį žiūrinti dainininkė, besirinkdama drabužius, taip pat išlieka originali. Netgi prairus mėgztiniui, ji žino, kaip jį paversti stilingu aprangos akcentu.

„Kai filmavausi pirmajame lietuviškame siaubo filme „Rūsūs“, pilkas mėgztinis buvo vienas rekvizitinių drabužių. O, kaip žinoma, siaubo filmuose būna visko. Mėgztinis kiek apdegė ir jame liko skylė. Tokio drabužio niekas nenorėjo gražinti, tad sumaniau jį įsigyti. Man visuomet malonu turėti kokį nors daiktą-prisiminimą iš kelionių ar panašiai, o šis mėgztinis man primena labai įdomų filmo kūrimo procesą, - sakė Jurga. - Kai jį apsilvildavau, daugelis juokaudami klausdavo, kas mane pašovė, domėjosi, kas nutiko. Tada ir sugalvoju, kad skylutę galima kaip nors papuošti. Specializuotoje aksesuarų detalių parduotuvėje įsigijau gražių karoliukų ir detalę su narvelyje čiulbančiu paukštuku.“ Dabar pilkasis Jurgos mėgztinis - stilingas, originaliu dekoru nuolat traukiantis aplinkinių akį.

Tai ne pirmas kartas, kai žinoma atlikėja savo drabužius kiek patobulino ir suteikė jiems daugiau savitumo. „Tiesą sakant, man Lietuvoje trūksta unikaliesnių, labiau išsiskiriančių drabužių. Todėl manau, kad visuomet galima nusipirkti paprastą daiktą, mums įprastų mėlynos, žalios ar raudonos spalvų, ir prie jo prisiuvus kokį nors nedidelį daikčiuką ar ką nors sugalvojus padaryti jį unikalų. Jei mėgztukas kur užsikabina, visi skuba tokį daiktą išmesti, o aš į panašias situacijas stengiuosi pasižiūrėti kūrybiškai. Jei daiktas man mielas, pakeliantis nuotaiką ir man norisi jį nešioti, esu linkusi ką nors sumąstyti ir jį išsaugoti“, - šypsojosi dainininkė.

Paklausta, ar turi stiliaus silpnę, kuriai negali atsisipirti, Jurga su šypsena atsakė: viena nesąmoningą - įsigyti drabužių, kurių vėliau nedėvi. „Manau, tai savybė žmogaus, kurio nuotaikos keičiasi greičiau, nei diena mainosi su naktimi. Vis dėlto daugiausia turiu sceninių batų - visi patogūs ir visi nešiojami. Nematau nieko blogo, jei žmogus nori nusipirkti vieną kitą daiktą ir taip pakelti sau nuotaiką. Deja, neretai slapstomės už daiktų, tačiau nereikia pamiršti, kad nusipirkęs krūvą batų laimingesnis nebūsi“, - tvirtino Jurga.

Puslapius parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ



Atsibudę garsūs

Kiekvienas artistas svajoja apie šlovę, tačiau kelias į ją būna skirtingas: vieni žiūrovų meilę užsikariauja per ilgus metus, o kai kam fortūna šypsosi taip plačiai, kad užtenka vieno sėkmingo vaidmens arba geros dainos – ir kitą dieną jau esi garsus. Šiandien ir papasakosime apie tokius laimės kūdikius.



KRISTOFAS VALCAS
(Christoph Waltz, 57)

Manote, kad puikūs Kristofas Valcas su mumis buvo visada? O iš tiesų jau nejauną vokiečių aktorį atrado Kventinas Tarantinas (Quentin Tarantino), ir populiarumas jį užgriuvo netikėtai. Filmas „Negarbingi šunsnukai“ buvo parodytas 2009 m. Kanų festivalyje ir K.Valcas iškart buvo pripažintas geriausiu aktoriumi. Išgarsėjo K.Valcas 52-ėjų!



EMBER HERD
(Amber Heard, 28)

Ember Herd žvaigždžių valanda išmušė ne tiek po vaidmens filme „Romo diena“, kiek dėl romano su Džoni Depu (Johnny Depp), užsimezgusiu filmavimo aikštelėje. Ember iškart gavo kelis naujus pasiūlymus, ir dabar aktorę aptarinėja visi, kas netingi: jos sužadėtuvių žiedą, tualetus, pasirodymus renginiuose...



DŽENIFER LORENS
(Jennifer Lawrence, 23)

Dženifer Lorens 2013 metais tapo tikra sensacija, netikėtai gavusi „Oskarą“ už vaidmenį filme „Optimisto istorija“. Dabar Dženifer – superžvaigždė, po metų dar kartą nominuota „Oskarui“. O juk visiškai neseniai Dž.Lorens buvo žinoma tik dėl vaidmens „Bado žaidynėse“ ir epizodinio darbelio „X-Menai“. Įdomu, kad net pirmoji „Bado žaidynių“ dalis nebuvo tokia populiarė kaip tęsinys – ir visa tai dėl netikėto ir vis augančio Dž.Lorens populiarumo. O juk aktolei vos 23-ėjų!



MEGAN FOKS (Megan Fox, 28)

Megan Foks svajojo tapti žvaigžde, tačiau iki vaidmens „Transformeriuose“ sėkmė jai nesišypojo. Kelios sėkmingos plastinės operacijos padarė savo – Megan nepademonstravo ypatingo aktorės talento, net nedalyvavo filmo antroje dalyje, tačiau vis dar yra populiarė. Paparacai sekioja Megan, o bulvariniai leidiniai domisi kiekvienu jos žingsniu.



MARGO ROBI (Margot Robbie, 23)

Margo Robi, įspūdinga šviesiaplaukė, taip pat sužibėjo šiame – per filmą „Volstryto vilkas“ su Leonardu Dikapriju (Leonardo DiCaprio). Margo jau nusifotografavo keliems populiariems žurnalams ir tapo pageidaujama aukštuomenės renginių dalyve. Tokios patrauklios aktorės neabejotinai laukia puiki ateitis.



DŽASTINAS BIBERIS (Justin Bieber, 20)

Džastinas išgarsėjo labai anksti ir labai netikėtai. Tapti žymybe jam padėjo visagalis internetas: Džastino mama įkėlė filmuką su jo pasirodymu, kad pamatytų giminaičiai, o jau kitą dieną jį pažūrėjo keli tūkstančiai žmonių! Būtent taip talentingas vaikinukas iš Kanados pradėjo triumfo žygį.



EMA VOTSON (Emma Watson, 24)

Šlovė Emą užklupo vos 9 metų, kai buvo atrinkta vaidinti filme apie Harį Poterį. Po filmo premjeros ji tapo neįtikėtina populiari. Ema neužleidžia savo pozicijų ir šiandien. Malonu pasakyti, kad ankstyvas ir netikėtas populiarumas neišmušė jos iš vėžių. E.Votson neįsipainioja į skandalus, studijuoja universitete ir toliau filmuojasi kine.



ADEL EKSARKOPULOS
(Adele Exarchopulos, 20)

Prancūzų aktorė Adel Eksarkopulos, „Aukštinės palmės šakelės“ laureatė, nepraleidžia mados šou, fotografuojasi žurnalams ir dalija interviu. Po vaidmens filme „Adelės gyvenimas“ apie aktorę pradėta kalbėti ne tik Prancūzijoje, bet ir už jos ribų, neperdedant galima pasakyti, kad ji – pasaulinio lygio garsenybė.



KIM KETROL
(Kim Cattrall, 57)

Kim yra retas pavyzdys, kai aktorė išgarsėja po 40-ies. Ji vaidino keliuose geruose filmuose, tačiau šlovė Kim aplankė tik po seksualiosios Samantos vaidmens seriale „Seksas ir miestas“. Nuo tada Kim nuolat atsakinėja į tą patį klausimą: „Kaip išlikti gražiai ir patraukliai po 40 metų?“



LUPITA NIONGO
(Lupita Nyong'o, 31)

Lupitos Niongo dar vakar niekas nepažinojo. Bet tamsiaodei gražuolei net nereikėjo vaidinti pagrindinio vaidmens, kad išgarsėtų per naktį. Aktorės antraplanis vaidmuo filme „12 vergovės metų“ buvo įvertintas „Oskarui“. Lupitą pripažino ir mados pasaulis: sutartis su „Miu Miu“ ir vienos stilingiausių žvaigždžių vardas daug reiškia!

Parengė Milda KUNSKAITĖ



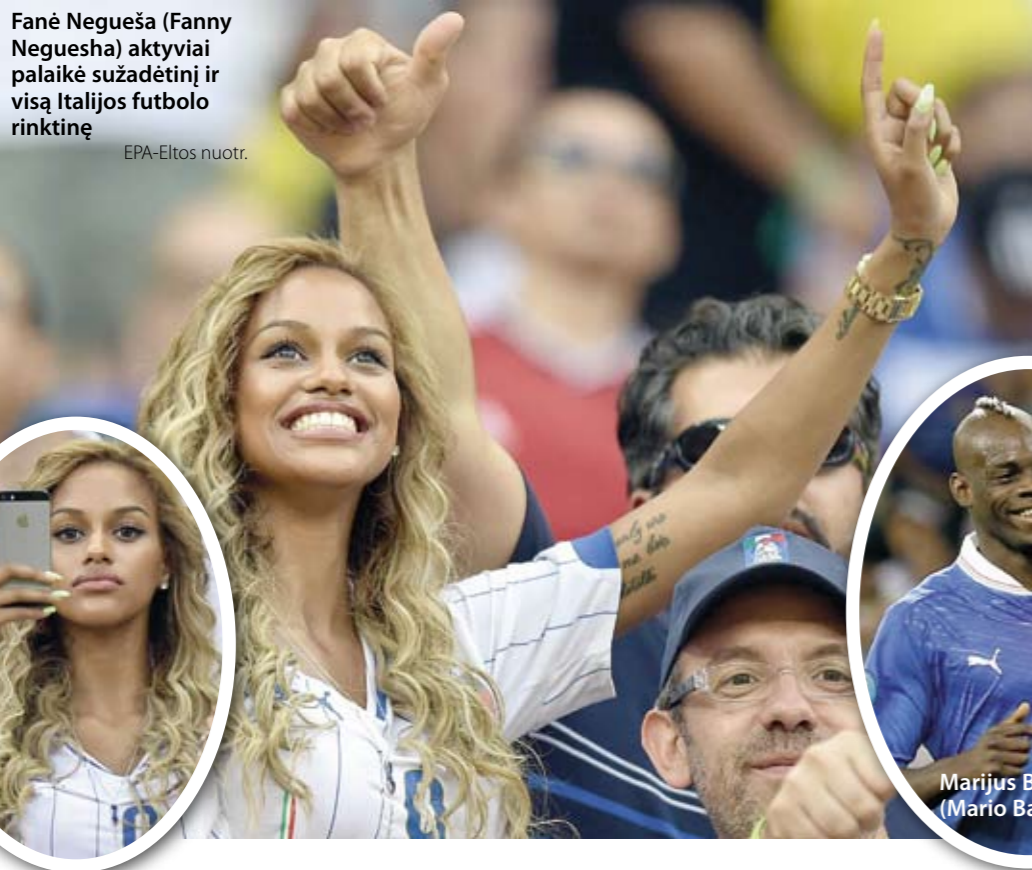
Lerojus Feras (Leroy Fer) su drauge Ksenija Lodija Marija (Xenia Lodia Maria) poilsio Rio de Žaneiro paplūdimyje
EPA-Eltos nuotr.

Tarp rungtynių - poilsis paplūdimyje

Olandijos rinktinės žaidėjas **LEROJUS FERAS** (Leroy Fer, 24) į pasaulio futbolo čempionatą Brazilijoje taip pat atvyko su artima siela - sužadėtine **KSENIJA LODIJA MARIJA** (Xenia Lodia Maria). Tad nenuostabu, jog laisvą laiką, kurio futbolininkai turi itin mažai, leidžia būtent su ja. Kai pora pasirodė Rio de Žaneiro paplūdimyje, kilo didelis šurmuly - visiems norėjosi iš arčiau pamatyti futbolo žvaigždę ir jo sužadėtinę.

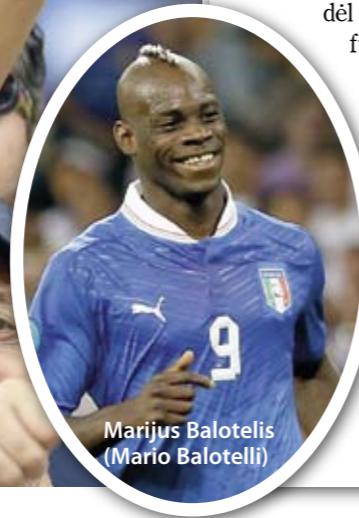


Fané Negueša (Fanny Neguesha) aktyviai palaikė sužadėtinį ir visą Italijos futbolo rinktinę
EPA-Eltos nuotr.



Prieš čempionatą - piršlybos

Nors **MARIJUS BALOTELIS** (Mario Balotelli, 23) ir Italijos rinktinė nesugebėjo įveikti pasaulio čempionato grupių etapo ir jau išvyko namo, „AC Milan“ žvaigždei šis birželis įsimins ilgam ne tik dėl to. Dar prieš pasaulio futbolo čempionatą M.Balotelis pasipiršo Belgijos gražuolei **FANEI NEGUEŠAI** (Fanny Neguesha) ir gavo teigiamą atsakymą. 23-ėjų mergina taip pat buvo Brazilijoje ir palaikė nesėkmingai žaidusią Italijos rinktinę ir savo sužadėtinį.



Marijus Balotelis (Mario Balotelli)

Skrajojančio olando moterys

Vienam iš Olandijos futbolo rinktinės lyderių **ROBINUI VAN PERSIUI** (Robin van Persie, 30) nereikia žvilgtinti į tribūnas - jis ir taip žino, kad dvi svarbiausios jo gyvenimo moterys karštai palaiko jo komandą. Mat į Braziliją atvyko ir jo žmona **BUCHRA** (Bouchra) su dukrele **DINA**. Dizainerės ir skulptoriaus šeimoje gimęs R.van Persis neretai sulaukia klausimo, kodėl nepasuko tėvų menininkų pėdomis. Į tai futbolininkas atsako, kad ir futbolas yra menas: „Čia juk tikras džiazas, kur viskas priklauso nuo akimirkos. Gali puikiausiai žinoti taktiką, bet lemiamą akimirką viskas priklauso nuo improvizacijos. Neneigsiu, tiek tėvas, tiek mama galvojo, kad būsiu menininkas, tapysiu paveikslus ar lipdysiu skulptūras, bet kurti galiu tik ritinėdamas kamuolį po aikštelę.“ Šios kūrybos ir improvizacijos žavesio įrodymas - nepakartojamas sportininko įvartis galva rungtynėse su Ispanijos rinktinė, po kurių R.van Persis pramintas skrajojančiu olandu.



Robinas Van Persis (Robin van Persie)



Kai žaidžia Olandija, Buchra van Persi (Bouchra van Persie) su dukrele Dina visada pamatysi tribūnose
EPA-Eltos nuotr.

Parengė Vaida ANDRIKONYTĖ



PWR
POWER HIT RADIO

@ ŠACHMATINĖ

STILINGIAUSIAS
KOKTEILIŲ KLUBAS
PALANGOJE

DIRBAME KASDIEN

BASANAVIČIAUS G. 45, PALANGA
WWW.SACHMATINE.LT









Su „Laisvalaikio“ kortele
100%
nuolaida įėjimui
į naktinį klubą

Urtės

Šilagalytės grožio paslaptis - vitaminas C



Atlikėjos **URTĖS ŠILAGALYTĖS** (22) gatvėje sunku nepastebėti. Ne vien todėl, kad unikalios vokalo savininkė - vis sparčiau populiarėjanti lietuviškos scenos diva, bet ir todėl, kad žavi rudaplaukė visuomet atrodo originaliai ir stilingai, o neretai komplimentų sulaukia ir dėl įgimto grožio. Nors be makiažo Urtė atrodo puikiai, ji kaip ir visos merginos mėgsta pasilepinti grožio procedūromis.

„Manau, prie veidrodžio praleidžiu tiek pat laiko kiek ir kitos merginos. Kasdien pasitėpu pudra, pasidažau blakstienas ir esu pasiruošusi eiti. Žinoma, jei ruošiuosi į renginį ar koncertą, su malonumu pasigražinu, pasidarau vakarinį makiažą. Tokie ritualai man malonūs, nes galiu improvizuoti, sugalvoti ką nors naujo, pavyzdžiui, kaip nors įdomiau pasidažyti akis“, - pasakojo Urtė. Jai

lygiai taip pat malonu, kai gali tiesiog atsipalaiduoti, o jos grožiu rūpinasi profesionalai. „Neretai vykdamas į renginius ar koncertus pasidažau pati, tačiau labai džiaugiuosi, kad pažįstu patikimų vizažisčių, grimoautojų ir plaukų stilisčių, nes būna dienų, kai noriu, kad mane papuoštų ir pagražintų kiti“, - šypsosi Urtė. Tiesa, kartais merginai prireikia nemažai pastangų, kad nueitų pas grožio specialistą. „Man labai patinka veido masažai,

URTĖS FAVORITAI

- Kosmetikos priemonės, kurios visuomet rankinėje: **lūpų blizgis**
- Kosmetikos priemonė Nr.1: **kreminė pudra**
- Kvepalai: „Escada“, „Magnetism“

Atlikėja Urtė Šilagalytė improvizuoti mėgsta ir kurdama savo įvaizdį Stasio Žumbio nuotr.

tačiau kai reikia atrasti laiko intensyvioje darbotvarkėje, tai tampa nelengva užduotimi. Tokiais atvejais, rodos, reikia prisiversti bent porą valandų skirti grožiui“, - atskleidė ji.

Atrodo, kad apdovanojusi atlikėją ryškiais veido broožais, gamta Urtei nepagailėjo ir skaisčios odos. „Kažkokios ypatingos priežiūros mano odai nereikia. Kiekvieną rytą veidą tepu kremu su vitaminu C, kuris dar labiau skaidina ir atgaivina odą, o po koncertų stengiuosi labai švariai nuvalyti veidą, naudoju šveitiklius, kad jis būtų švarus, - trumpai savo odos priežiūros procedūras vardijo atlikėja. - Kartais naudoju ledukus. Šaldymo kameroje užšaldau kubelius su citrinos sultimis ir jais iš ryto pasitėpu. Manau, vitaminas C labai puiki veido regeneracijos priemonė.“

Maištingam stiliui - pankiška šukuosena

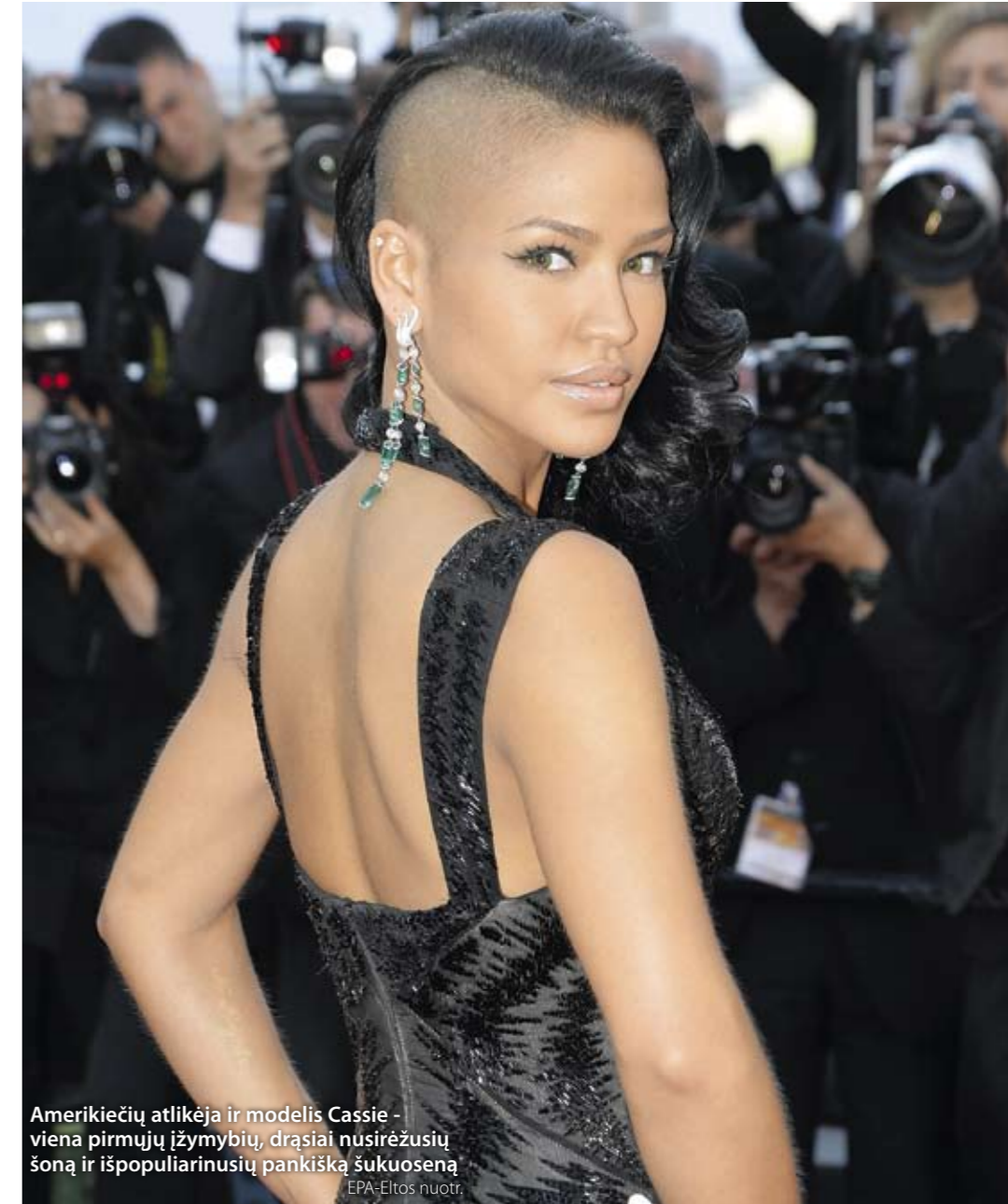
Šukuosena - vienas lengviausių būdų išreikšti individualumą. Būtent todėl naujausios mados tendencijos stengiasi įtikti visiems skoniams ir įvairiems žmonių tipams. Norinčios atsidurti dėmesio centre neapsirik pasirinkusios dabar tarp garsenybių labai populiarią pusiau skustos galvos šukuoseną. Ši mada - ne naujovė grožio pasaulyje, tačiau kasmet sugrįžtanti vis labiau atsinaujinusi ir pasikeitusi.



Net ir pusiau skusta galva aktorė Rosarija Doson (Rosario Dawson) moka atrodyti labai elegantiškai



Saldžios paauglės įvaizdžio besikratanti aktorė ir atlikėja Maili Sairus (Miley Cyrus) renkasi maištingą trumpų plaukų kirpimą



Amerikiečių atlikėja ir modelis Cassie - viena pirmųjų įžymybių, drąsiai nusirėžusių šoną ir išpopuliarinusių pankiška šukuoseną EPA-Eltos nuotr.

■ Nors pusiau skusta galva iki šiol sulaukia labai įvairių vertinimų, šukuosenos išskustu šonu tikrai gali atrodyti labai stilingai. Užsienio žvaigždės žengdamos raudonu kilimu įrodė, kad pusę galvos nuskutus, o pusę tobulai sušukavus galima atrodyti stulbinamai. Ši šukuosena itin tinka ilgaplaukėms. Jos gali drąsiai eksperimentuoti: pintis kasas, garbanoti plaukus, susegti ir panašiai.

■ Dabar madingi kiek sutaršyti ir lengvai suveltai trumpi plaukai atrodys dar efektingiau, jei nusiskusite vieną galvos šoną, abiejose šonuose išskusite po liniją virš ausų arba galvos apačią ties kaklu. Geriausiai atrodo pankų įkvėptos šukuosenos, kai viršugalvyje palikti palyginti ilgi plaukai. Trumpų plaukų kirpimai ganėtinai lengvai šukuojami, o atsižvelgiant į aplinką ir laiką šukuosena

lengvai transformuojama: galima atrodyti maištingai ir valiūkiškai, galima tvarkingai sušukuoti plaukus ir atrodyti stilingai bei dalykiškai, o jei tinka lengvos garbanos, galima plaukus subanguoti. Puikiai atrodo ir griežtų linijų trumpų plaukų kirpimai, kur, rodos, kiekvienas plaukas turi preciziškai gulti į savo vietą. Išskustas šonas pagyvins ir tokią šukuoseną.

■ Nesiryžtančios į rankas imti skutimosi mašinėlės, asimetriškas skustos galvos šukuosenas gali imituoti susipindamos smulkias kasytes arba pasitelkdamas plaukų laką ir segtukus. Pasidariusios tokią šukuoseną atrodysite ekstravagantiškai ir maištingai, tačiau nereikės kantriai laukti, kol atgaus nusuksti plaukai.

Puslapius parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ



Produktai, kurie padeda suliesėti

Pirmiausia reikia pasakyti, kad negalima sušlamšti tortuką su riebiu kremu, paskui užkūsti stebuklingu produktu, ir viskas, tarsi ir nebuvo jokio apsirijimo. Tokių produktų nebūna. Niekas nepakeis taisyklingos mitybos ir judrios gyvensenos. Kalorijas ir riebalus galima sudeginti tik sportuojant ir ribojant maistą. Bet pagerinti, paspartinti medžiagų apykaitą, padėti įsisavinti maisto medžiagas - galima. Tam reikia į valgiaraštį įtraukti daugiau daržovių ir vaisių, o kai kuriuos nedideliais kiekiais valgyti iškart po valgymo.

INFORMATYVUS ŽURNALAS NATŪRALIAI SKATINA NEABEJINGUS TĖVUS LAVINTIS IR LAVINTI SAVO ATŽALAS. KARTU LEISTI LAIKĄ, BESIDOMINT PATRAUKLIAIS MOKSLO, TECHNOLOGIJŲ IR KITŲ SRIČIŲ ATRADIMAIS.

NAUJAS ŽURNALAS VISIEMS!



Kas ieško, tas randa
Žinios iš pirminių šaltinių

IEŠKOKITE VISOSE SPAUDOS PLATINIMO VIETOSE

Kopūstai

Bet kokios rūšies kopūstuose yra labai daug ląstelienos, kuri gerina virškinimą ir valo šlakus. Antioksidantai stiprina imunitetą. Be to, kopūstuose yra labai daug vitaminų (A, C, E, K, PP ir B grupės) ir mikroelementų (kalcio, fosforo, kalio, magnio, geležies, vario, cinko, mangano, fluoro) bei nepakeičiamų amino rūgščių.

Cinamonas

Šis prieskonis garsėja tuo, kad padeda atskratyti riebalų ant pilvo. Cinamonas mažina ir stabilizuoja cukraus kiekį kraujyje, o juk šokinėjant šiam rodikliui ir jaučiame stiprų alkį. Cinamonas išjudina medžiagų apykaitą ir gali padėti įveikti potraukį saldumynams, juk vien kvapu šis prieskonis apgauna organizmą, sukuria saldumo ir sotumo pojūtį, ramina. Galbūt todėl, kad cinamono dedama į kepinius... Bet kaip tik cinamonu apibarstyti pyragai nepadės suliesėti! Naudingos cinamono savybės tokios kaimynystės „neatlaikys“. Taigi cinamonu geriau barstyti vaisių salotas arba dėti jo į vaisių desertus.

Vanduo

Trūkstant vandens, metabolizmo procesai organizme amiršta ir jis pradeda kaupti vandenį - iš čia pabrinkimai ir riebalų sankaupos (jose taip pat nemaža vandens). Maža to, troškulį dažnai galima supainioti su alkium. Todėl, jei labai norite valgyti, tiesiog atsigerkite. Reikia turėti omeny, kad troškulį malšina ir valo tik švarus geriamasis vanduo, negazuotas, be priedų. Sultys, arbatos ir kiti naudingi gėrimai taip pat reikalingi, bet jie neįeina į gydytojų rekomenduojamus 2 l vandens per dieną. Kava ir saldūs gazuoti gėrimai organizmą dehidratuoja.

Krienai

Krienai auga beveik visur, ir jau senovės egiptiečiai mokėjo juos naudoti ir įvairiems patiekalams ruošti, ir gydymo tikslais. Krienai priklauso tai pačiai šeimai kaip ridikėliai ir ridikai, o šios daržovės garsėja savo savybėmis reguliuoti medžiagų apykaitą. Nenusileidžia joms ir krienai: aktyvina virškinimą, reguliuoja žarnyno darbą, neleidžia maisto pertekliui virsti riebalais ir užteršti organizmą. Krienai, kaip ir ridikėliai, nerekomenduotini esant nesveikoms kepenims ir inkstams ir sergant skrandžio uždegimais.

Žalioji arbata

Dietologai rekomenduoja šio naudingo gėrimo išgerti ne mažiau kaip 4 puodelius per dieną. Jame yra medžiagų, kurios spartina medžiagų apykaitą ir padeda liesėti. Be to, ši arbata neleidžia susidaryti vėžinėms ląstelėms, stiprina širdį ir kraujagysles.

Parengė Milda KUNSKAITĖ

Restoranuose Pomodoro itališka vasara!

Šviežių lapelių salotos su šiltu Alpių karvių pieno sūriu „Taleggio“ ir lengvu citrinų, sojų padažu „Pomodoro“ nuotr.



Sostinėje įsikūręs restoranų tinklas „Pomodoro“ kviečia užsukti ir įvertinti virtuvės meistrų išmonę bei pajusti itališkos vasaros skonius. Specialiai šiltajam sezonui sudarytame valgiaraštyje svečiams siūloma rinktis iš restorano naujienų - lengvesnių, gaivesnių, tačiau sykiu sočių ir skanių patiekalų. Čia kokybiškas maistas - visiems skoniams!



Salotos su mini mocarella, sūdytos lašišos file, krevetėmis ir „Pesto“ padažu



Žaliavalių mišrainė



Naminiai makaronai su kalmarais, šparpagais ir lengvu sultinio padažu



Naminiai „Ravioli“ su daržovių įdaru ir lengvu cukinijų ir morkų padažu



Su „Laisvalaikio“ kortele

12%
nuolaida sąskaitai

Vasarą tausojantiems dailias kūno linijas tikrai patiks šviežių lapelių salotos su Alpių karvių pieno sūriu „Taleggio“, brandintu 50 dienų, ir lengvu citrinų, sojų padažu ar gavios mocarelos, sūdytų lašišų, krevečių, avokadų, greipfrutų salotos su „Pesto“ padažu. Vegetarams ir žaliavaliams siūloma šviežių daržovių mišrainė, gaminama tik iš žalių daržovių, pagardinta šviežiai gaminamu anakardžių riešutų majonezu.

Mėgstantiems labai sočiai pavalgyti geriausias pasirinkimas - vištienos kepsnys su kokosų pienu ir anakardžių riešutų padažu bei svieste keptais šparpagais ir špinatais. Užsukę į itališką virtuvę garsėjantį restoraną, nepraleiskite progos paskanauti čia pat gaminamų „Ravioli“ su daržovių įdaru, lengvu cukinijų, morkų padažu, taip pat rankų darbo lakštinių „Tagliatelle“ su šparpagais, kalmarais, morkomis, česnakais ir lengvu sultinio padažu. Vienomis gardžiausių mieste picų garsėjantis restoranas nepamiršo ir šio patiekalo mėgėjų. Specialiai jiems siūloma paragauti naujos, vasariškai lengvos picos, įdarytos mocarella, varške ir žolelėmis.

Smalžiems, neapsieinantiems be deserto ar norintiems pasaldinti kavos pertraukėlę, puikiai tiks burnoje tirpstantis trapus pyragas su grietinėlės ir espreso kavos kremu, taip pat pagal italų receptą pagaminti naminiai ledai „Creme bruleé“ su griliažu. Iš tokios naujienų gausos išsirinkti ir įnoringiausias lankytojas, vertinantis tikrą skonį ir gerą kokybę.

Parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ



Espresso kavos pyragas



Naminiai „Creme bruleé“ ledai



Panakota su braškėmis

RESTORANAI „POMODORO“

- P. Lukšio g.32, Vilnius
- Jogailos g.4, Vilnius
- Ozo g.14, Vilnius
- Daugiau informacijos: www.pomodoro.lt

Vytauto Didžiojo ir Radvilų puotos lyg iš pasakos

LDK laikais patiekalai buvo gaminami siekiant išorinio įspūdžio, todėl kepti paukščiai ant stalo vėl būdavo aptaisomi plunksnomis



Lietuvos Didžiosios Kunigaikštystės laikais patiekalai, kuriuos mes dabar laikome ekologiškais ir sveikuoliškais, dažniau buvo patiekiami ant paprastų valstiečių stalo, tuo tarpu mes, šių laikų žmonės, beveik kasdien valgome taip, kaip valgė anų laikų didikai. Tačiau didikų ir valdovų puotos, jeigu dabar persikeltume laiku, nustebintų ne vieną ir įspūdį paliktų ilgam. Apie LDK laikų valgymo ir maisto kultūrą „Laisvalaikui“ pasakojo Vilniaus universiteto Komunikacijos fakulteto mokslininkas RIMVYDAS LAUŽIKAS, parašęs knygą „Istorinė Lietuvos virtuvė. Maistas ir gėrimai Lietuvos Didžiojoje Kunigaikštystėje“

Ringailė STULPINAITĖ

- Kokia gi buvo ta istorinė Lietuvos virtuvė?

- Bet kokios šalies istorinę virtuvę sudaro du sluoksniai. Pirmasis - nulemtas gamtinių sąlygų - tai, kas tame konkrečiame krašte natūraliai gyvena ir auga. Lietuvoje būtų sėslių žemdirbių ir gyvulių augintojų virtuvė. Kitas sluoksnis - įtakos iš kitų šalių. LDK, viena vertus, kaip valstybė buvo ant Rytų ir Vakarų ribos, kur susikirto Konstantinopolio ir Romos įtakos. Kita vertus, valdantysis elitas arba tie, kurie perimdavo naujoves, buvo labai tolerantiški. LDK politinis lojalumas buvo kur kas svarbiau nei žmogaus tautybė ar jo pažiūros. Taigi diduomenė sakė: gerai, koks skirtumas, kad tai musulmoniškas (totorių) patiekalas, jei tik jis skanus, tebūna ir mūsų virtuvėje. Jie neatmesdavo ko nors vien tik dėl religijos ar kultūrinių skirtumų.

Jei imsime vietinę žemdirbių kultūrą, tai ji beveik vienoda nuo Maskvos iki Londono. Bet naujovių perėmimas skirtinguose regionuose skyrėsi. Mes įsileidome į savo virtuvę keisčiausių įtakų iš įvairiausių šalių. Susimaišę su vietiniu pagrindu, suformavo tai, ką mes dabar vadiname lietuviška kulinarine tradicija.

- Tačiau naujovės tikriausiai nebuvo prieinamos visiems?

- Maistas visada siejosi su socialiniu statusu: nuo valdovų iki elgetų. Vieni valgė tai, ką turėjo, o kiti galėjo sau leisti kur kas daugiau. Taigi naujoves perima valdovas ir didikai, kurie turi daug pinigų, vaikosi madų ir jų statusas to reikalauja. Vėliau, laikui bėgant, naujovės per socialinius sluoksnius eina žemyn. Tarkim, taip, kaip šiandien valgomieji dauguma mūsų, prieš kelis šimtus metų galėjo valgyti tik valdovas ir patys turtingiausi didikai.



Vilniaus universiteto Komunikacijos fakulteto mokslininkas Rimvydas Laužikas
Irmanto Sigitavičiaus nuotr.

kai. Tačiau paradoksalu, kad tai, ką prieš du šimtus metų valgė valstiečiai, mes dabar laikome ekologiniu, prestižiniu maistu. Kad ir toks dalykas, kaip laisvėje augintų vištų kiaušiniai. Na dabar tai lygis valgyti tokį maistą.

- Kaip atrodė didikų pietų stalas LDK laikais?

- Pietūs galėjo būti paprasti, turi galvoje, kasdieniai ir galėjo būti prašmatnesni su svečiais ar skirti iškilmėms, puotoms. Kasdieniai nuo puotos skyrėsi kaip diena ir naktis. Taip pat patiekalai labai skyrėsi pagal epochas. Ir dar buvo skirtumas, ar tuo metu yra pasninkas ar ne.

Kasdienių pietų maistas nepasirodytų labai stebinantis. Tai, ką jie valgė paprastą dieną, nuo šiandieninės mūsų eilinės dienos skyrėsi tik tuo, kad jie turėjo gerokai didesnę pasirinkimą. Sakykim, per pietus buvo patiekiami kokie trys ar penki patiekalai, ir valdovas galėjo paragauti ir pavalgyti jų visų. Yra toks dokumentas: 1640 m. į Dubingius turi atvažiuoti Kristupo Radvilos žmona Ona Kiškaitė-Radvilienė. Radvilos yra aukščiausio lygmens didikai, vieni turtingiausių žmonių Abiejų Tautų Respublikoje ir t.t. Į Dubingius siunčiamas laiškas, kad atvažiuoja ponis, užpirkite produktų, kad netrūktų. Taigi nuperkama miltų juodai ir baltai duonai, vienas jautis, statinaitė sviesto, dešimt sūrinių, du kumpiai, miežinių ir grikių kruopų,

acto, midaus ir alaus. Nieko ypatingo. Puotauti ten niekas nesiruošė. Arba kitas dokumentas: 1812 m. rugsėjo pabaigoje Radvilos pietauja Nesvyžiuje. Patiekiami balinti barščiai, zrazai, lazanija, aviens su ropėmis, mėsos kukuliai, keptas viščiukas ir vafliai. Didikai valgė daug daugiau mėsos už paprastus žmones, višada galėjo rinktis iš kelių patiekalų, o maistą ruošdavo profesionalus virėjas, buvo naudojami geresni, neretai importiniai produktai.

- O per puotas stalai tikriausiai lūždavo nuo gėrybių?

- Į europinę puotų kultūrą išokome gotikos epochos pabaigoje ir tenai užstrigome ilgam. Gotikinė, vėliau barokinė ir net XVIII amžiaus LDK virtuvė buvo gausi, perteklinė, puošni ir didelė. Puota pirmiausia buvo priemonė pademonstruoti savo galią, didybę, turtus. Trukmė skyrėsi. Paprasti pietūs trukdavo dvi tris valandas, o puota galėjo trukti ir savaitę, ir 10 dienų, jeigu tai kokios nors valdovų vestuvės. Puotoje buvo prašmatni kultūrinė programa. Svečiai gi nesėdėdavo išties prie stalo. Buvo rengiami šokiai, riterių turnyrai, teatro vaidinimai, koncertai, fejerverkai.

TAIP, KAIP ŠIANDIEN VALGOME, PRIEŠ KELIS ŠIMTUS METŲ GALĖJO VALGYTI TIK VALDOVAS IR PATYS TURTINGIAUSI DIDIKAI

Kas yra puota, lyginant su paprastais pietumis? Visko kiekybiškai didėja. Per kasdienius pietus patiekiami penki antrieji patiekalai, o didelėje puotoje jų yra apie pusantro šimto. Kaip žinome iš XVII amžiaus dokumentų, patiekalai duodami trimis užnešimais. Pirmas užnešimas: jautiena, aviens, veršiena savo sultyse su įvairiais padažais, kartu patiekiami paštetai iš tų pačių mėsos rūšių. Toliau kiti patiekalai: rauginti kopūstai su lašinių gabalėliais arba virtomis kruopomis ar tešla, valgomis su krienių padažu ir t.t. Antras užnešimas: kepta jautiena, aviens, veršiena, paskui vištiena, antys, žąsys ir visokie laukiniai



Iškilingų puotų metu buvo rengiami šokiai, riterių turnyrai, teatro vaidinimai, koncertai, fejerverkai

paukščiai bei žvėrys. Užkandžiai: žirnių košė, kepinti lašiniai, skryliai, lazanijos, kitos košės. Trečias užnešimas - desertai. Patiekalai puotoje irgi buvo gaminami siekiant išorinio įspūdžio. Tarkim, iškepti paukščiai vėl būdavo aptaisomi plunksnomis. Žodžiu, iškepa, vėl patupdo paukštį normalia poza, aptaiso plunksnomis ir patiekia. Atrodo kaip gyvas.

- Neretas mano, kad cepelinai ir šaltibarščiai yra mūsų lietuviški tradiciniai valgiai. Tiesa tai ar ne?

- Tiesa, žinoma, jie mūsų tradiciniai valgiai. O kodėl gi ne? Tik, matot, kai mes XIX a. pab. kūrėme savo valstybę, mums reikėjo susikurti ir tapatumą. O jį kurdami paėmėme kelis principus: kalbinį - tikras lietuvis yra tas, kuris kalba lietuviškai; socialinį - tikras lietuvis yra valstietis ir religinį - tikras lietuvis yra pusiau pagonis arba bent jau nusiteikęs kritiškai dėl krikščionybės. Tai suveikė anais laikais - mes sukūrėme nepriklausomą valstybę. Tačiau kultūros istorijos požiūriu mes atmetėme tą kultūros dalį, kurią sukūrė nelietuviškai kalbantys arba nevalstietiškos kilmės žmonės. Per tą patį požiūrį mes pasakėme, kad tikras lietuviškas maistas yra valstietiškas ir toks, kokį mes žinome iš XIX a. pab. ir XX a. pr. Taigi tai, kas anuo metu buvo valstiečių virtuvėje, dažniausiai sudaro mūsų dabartinį lietuviškos kulinarijos supratimą.



Stasio Zumbio nuotr.

Bet turime suvokti, kad mūsų kulinarinis paveldas turi gerokai daugiau sluoksnių, yra didesnis ir platesnis negu vien valstietiška virtuvė. Tarkim, koks nors totoriškas šimtalapis, kurį Lietuvoje nuo XV a. kepė totoriai. Tai ką - jis jau nelietuviškas? Ar tai nėra mūsų paveldas dėl to, kad jie lietuviškai nešneko? Arba Radvilų dvaro patiekalai - negi juos mesime lauk, sakydami, kad Radvilos buvo nedori lietuviai? Šaltibarščiai atėję iš Balkanų virtuvės. Albanai, graikai, bulgarai šaltibarščiams turi krūvas analogų. Ir net gali būti, kad šis patiekalas Lietuvą pasiekė kokiame XIV a. Skeptikų galima paklausti: Vilniaus Šv. Onos bažnyčia yra lietuvių architektūrinis paveldas ar nėra? Kaip manote?



Šiandien populiaru įvairioms progoms padengti stalą laikantis senoviškų patiekalų receptūros

PER KASDIENIUS PIETUS PATIEKIAMI PENKI ANTRIEJI PATIEKALAI, O DIDELĖJE PUOTOJE JŲ YRA APIE PUSANTRO ŠIMTO

Yra? Betgi gotika atsirado Prancūzijoje ir ką tai bendro turi su Lietuva? Taigi tas pats ir su kulinariu paveldu. Tai kas, kad tas patiekalas gimė kitur ir tik vėliau atkeliavo iki mūsų? Bet jeigu mes jau kurį laiką jį naudojame ir laikome savu, vadinasi, taip ir yra. Jis jau mūsų. Jeigu pasakytumėte, kad kruasanas yra ne prancūziškas, tikriausiai gautumėte nuo prancūzų velnių, bet kruasanas į Paryžių XIX a. pradžioje atvežė austras kepėjas iš Vienos. O realiai Vienoje juos galbūt sugalvojo XVII amžiuje toks Ježis Kulčycis, kuris buvo lenkų kilmės kepėjas. Štai toks tas prancūziškas kruasanas.

- Kaip tuomet atrodė saldumynai?

- Gotikinio laikotarpio pagrindiniai desertai buvo sūriai, žali vaisiai ir riešutai. Iš kepinų populiariausi buvo meduoliai, vafliai. XVI a. Bona Sforca atsineša pas mus gana stiprią milto kultūrą. Tai yra pyragų amžius. Atsiranda didesnė sausainiukų, kepinukų įvairovė. Toliau klasikiniai pyragai su įdarais: tešlos dubuo, į kurį prikrauna įdaro ir uždengia tešlos dangčiu. Iš cukraus gaminami saldainiukai, vėliau atsiranda riestainiai. XVI-XVII a. plinta kakava, šokoladas. XVIII a. jau turime ledus. Tai, ma- nau, gana platus saldumynų laukas.

- Gal žinote, ką labiausiai mėgo valgyti, pavyzdžiui, Vytautas Didysis?

- Apie Vytautą galima kalbėti pakankamai tiksliai, nes yra išlikusios sąskaitų knygos, laiški, kur aprašyta, ką maždaug jie valgė. Jo racionas panašus į kitų to meto Europos monarchų: vyrauja mėsa (jautiena, aviiena, ka- plūnai, žąsys), jei pasninkas - gėlavandenės žuvis, maistas gausiai gardinamas atvežtiniais prieskoniais. Maisto paruošimas pakan-

kamai paprastas - virimas arba kepimas. Maisto technologijų įvairovė buvo išplėtota kur kas vėliau, XVI-XVII amžių Prancūzijos valdovų dvaruose.

- Kai atrandate senoviškų patiekalų receptų, išmėginate juos?

- Knygoje sudėti nesudėtingi receptai, skirti žmonėms, kurie nori išmėginti patys. Papras- tai senose receptų knygosose būna tik užuomina. Tokias knygas vienas profesionalus virėjas rašė kitam profesionaliam virėjui. Taigi niekas ten nesismulkino pateikti detalius technologinius aprašymus. Tik pasakoma patiekalo bendra idėja. Taigi rekonstruoti senuosius valgius būtų geriausia kartu dirbant virėjui ir istorikui. Iš senųjų patiekalų mane labai „užkabino“ rene- sansiniai tortai su įdaru ir dangčiu. Galima labai visko pridėti, būti kūrybišku, eksperimentuoti. Tiems, kas domisi receptais, galiu pasiūlyti savo Lietuvos kulinarinio paveldo tinklaraštį <<http://kulinarinispaveldas.blogspot.com>>, ku- riame kas mėnesį paskelbiu po kelis knygoje nepublikuotus senuosius receptus.

SENOVIŠKI RECEPTAI

TORTAI PAGAL SAPIEGŲ, RADVILŲ VIRĖJŲ RECEPTUS

Senoviškų tortų privalumas yra tas, kad jie - vienas kūrybiškiausių patiekalų, kurių pagrindą sudaro tešlos formoje iškeptas įdaras. Jei įdaras mėsiškas - tortas bus mėsiškas, o jei įdaras saldus - ir tortas bus saldus. Šiandien pristatome Sapiegų torto įdaro receptą, kurio pavadinimas sietinas su viena žymiausių LDK didikų giminių. Panašų įdarą randame ir XVII amžiaus Radvilų virėjo receptų knygelėje. Saldus įdaras yra paimtas iš seniausios Lietuvoje kulinarijos knygos, XVII a. pabaiga datuojamų Radvilų virėjo užrašų.

Kaip gaminti torto apvaskalą

Torto apvaskalą galima daryti iš sluoksniuotos, bemielių tešlos, kurios yra mūsų prekybos centruose. 2/3 tešlos reikia iškočioti ir torto formoje padaryti iš šios dubenį įdarą. Sudėjus įdarą - iškočioti likusį 1/3 tešlos ir ją uždengti dubenį su įdaru, gerai užspausti abiejų lakštų kraštus. Viduryje - išpjauti skylutę, kad kepimo metu garas nenukeltų dangčio. Kepimo pabaigoje ši skylutė užtaisoma kokia nors, iš tešlos nulipdyta, deko-



Rimvydo Laužiko asmeninio albumo nuotr.

racija (pavyzdžiui, gėlės žiedu). Baigiant kepti patepti tortą plaktu kiaušinio tryniu. Dar pakaitinti, kad gražiai apskrustų.

Kaip gaminti kumpio ir grybų įdarą

■ Sapiegų torto įdarui reikės apie 370 gramų raugintų kopūstų, 3 šaukštų džiovintų grybų, 90 g rūkyto kumpio, 1-2 svogūnų, 1,5 šaukštelių sviesto, 1 kiaušinio, pipirų ir druskos. Raugintus kopūstus reikia sumaišyti su džiovintais grybais ir patroškinti kartu. Svieste pakepinti svogūnus ir sumaišyti su kopūstais. Kumpį supjaustyti smulkiais gabalėliais ir taip pat sumaišyti kartu.

Kaip gaminti saldujį įdarą

■ Radvilų virėjo knygoje rasime kaštainių įdarą: „išvirk svarą kaštainių, nulupk ir smulkiai supjaustyk; paimk jautienos lajus tiek, kaip du vištos kiaušiniai (šiais laikais rekomenduojau imti sviesto), įmušk 6 kiaušinius, įdek cukraus, cinamono, muskato riešutų ir viską sumaišyk; pripildyk šio įdaro paruoštą tešlos formą“. Jei norite, vietoj kaštainių naudokite lazdyno riešutus ar migdolus. Riešutų nereikia virti, tiesiog susmulkinti ir maišyti su kitais įdaro ingredientais.

Holiday Boat

PAŽINK TRAKŲ EŽERŲ GROŽĮ KARTU SU KATAMARANU "HOLIDAY-Boat"

Su „Laisvalaikio“ kortele 15% nuolaida bilietui

Kava, Arbata, Gėrimai, Užkandžiai, Saulės denis, Audiogidas, Pramoginis, pažintinis pasiplaukiojimas komfortabiliu šiuolaikišku katamaranu Trakuose, Turistinių grupių ir individualių lankytojų aptarnavimas, Seminarai, Vakareliai

Tel: +370 675 52200, info@holiday-boat.lt, www.holiday-boat.lt

Find us on Facebook www.facebook.com/holidayboat

KYBYNLAR - KARAIMŲ TAUTINIŲ PATIEKALŲ RESTORANAS

TRAKAI

KARAIMŲ TRADICIJOS IR TAUTINIS PAVELDAS

Kybynlar is a place where you can feel Karaim spirit....

Karaimų virtuvės patiekalai. Ruošiami pagal šeimos išsaugotus receptus. Tikri kybynai (kibinai) ir kiti tradiciniai patiekalai. Edukacinės programos. Maloniai kviečiame apsilankyti!

Karaimų tautinių patiekalų restoranas „KYBYNLAR“ Karaimų g. 29, Trakai, Lietuva Tel. +370 528 55179 Mob.tel. +370 698 06320 info@kybynlar.lt www.kybynlar.lt

15% nuolaida sąskaitai

Find us on Facebook www.facebook.com/kybynlar

IDOMU

RESTAUROJAMAS GARSUSIS TREVI FONTANAS

Restauruojamas garsusis Trevi fontanas Romos (Italija) širdyje. Populiariausio Romos fontano restauravimui mados namai „Fendi“ skyrė daugiau kaip 2 mln. eurų. Šį fontaną visame pasaulyje išgarsino scena iš Federiko Felinio (Federic Fellini) filmo „Saldus gyvenimas“ („La dolce vita“), kai aktorė Anita Ekberg (Anita Ekberg) naktį maudėsi fontane.

Gajus turistų paprotys yra per petį mesti monetą į Trevi fontaną, nes tai žada laimę ir sugrįžimą į Amžinąjį miestą.

TĖVAS BARE KAIP UŽSTATĄ PALIKO DUKRĄ

Vienas tėvas bare Platlinge (Vokietija) kaip užstatą už neapmokėtą sąskaitą paliko savo mažametę dukterį. Kai pinigų pasiimti išėjęs neblavus 31 metų vyras po valandos dar nebuvo sugrįžęs, o išsigandusi trimetė tik verkė, personalas iškviėtė policiją. Mažylę pasiėmė pareigūnų iškviesta teta.

Londono simboliui - 120 metų

Vienas iš Londono simbolių - Tauerio tiltas - švenčia 120-ies metų jubiliejų. 1894 metų birželio 30 dieną šį įspūdingą statinį iškilmingai atidarė karalius Edvardas VII.



EPA-Eltos nuotr.

Karališkoji galerija - vėl atidaryta



„Mauritshuis“ muziejaus atidarymo afišoje - garsioji J.Vermejerio „Mergina su perlo auskaru“
EPA-Eltos nuotr.

Hagoje, trečiame pagal dydį Nyderlandų mieste, po keletą metų trukusios renovacijos, duris atvėrė „Mauritshuis“ muziejus. Karališkąją paveikslų galeriją, kurioje eksponuojami Rembranto, J.Vermejerio ir kitų garsiųjų menininkų darbai, atidarė pats Nyderlandų karalius Vilemas-Aleksanderis (Willem-Ale-

xander). Meno žinovai ir turistai vėl galės pamatyti garsiąją Johaneso Vermejerio (Johannes Vermeer) „Merginą su perlo auskaru“ - šio paveikslo kopija puikavosi ir ant afišos, skelbiančios apie „Mauritshuis“ muziejaus atidarymą.

Parengta pagal užsienio spaudą



PALEPINK SAVE RYTIETIŠKOMIS SPA PROCEDŪROMIS KOJOMS!

TAJŲ RITUALAS KOJOMS RYTŲ ATGAIVA

- Citrusinių vaisių vonelė ir druskos šveitimas pėdoms
- Atpalaiduojantis pėdų ir blauzdų masažas
- Gaivinanti ir drėkinanti kaukė kojoms

95 Lt **65***
Trukmė: 45 min.

REFLEKSOLOGINIS PĖDŲ IR BLAUZDŲ MASAŽAS

Tai tikra atgaiva ne tik pavargusiam keliautojui, bet ir kiekvienam iš Jūsų!

90 Lt **59***
Trukmė: 45 min.

PĖDŲ MASAŽAS VAIKUČIAMS LINKSMOSIOS PĖDUTĖS

Ir mažieji mėgsta pasilepinti...

70 Lt **49***
Trukmė: 30 min.

*Pasiūlymas laikomas su „Laisvalaikio“ kortele iki 2014 07 31d.

Daugiau informacijos www.aziaspa.lt
Šv. Mikalojaus g. 5, Vilnius
Tel.: +370 52 44 46 46 / info@aziaspa.lt



12% nuolaida procedūroms su „Laisvalaikio“ kortele

East Island

www.eastisland.lt



Vasariški pasiūlymai!

RYTIETIŠKAS
gaivinantis MASAŽAS

tik **79Lt** (1 val.)

MANIKIŪRAS su
pasirinktu LAKAVIMU

su **50%** nuolaida

East Island SPA centras ir grožio salonas
Vilniaus al. 13, Druskininkai
Druskininkų vandens parkas
Tel.: +370 313 56643; +370 670 00444
El.p_spa@eastisland.lt

East Island SPA centras
Konstitucijos pr. 26, Vilnius
Forum Palace
Tel.: +370 5 272 2227; +370 682 33222
El.p_forum@eastisland.lt

East Island Grožio centras
Konstitucijos pr. 26, Vilnius
Forum Palace
Tel.: +370 620 30235
El.p_groziocentras@eastisland.lt

Akcijos kodas: **LAISVALAIKIST4**
Būtina pateikti akcijos kodą
Akcija galioja:
nuo 2014 m. liepos 10 d.
iki 2014 m. liepos 25 d.



2014 m. LIEPOS 18-19 d.
JUODKRANTĖ

PAMARIO
KRAŠTO
ŽVEJŲ
ŠVENTĖ

LIEPOS 18 d.
MARIJŲ KRANTINĖ
10-23 val.

- „GURMANŲ VIRTUVĖS STEBUKLAS“ - gardžiausių žuvies patiekalų gamyba bei degustavimas su garsiausiais Lietuvos virtuvės šefais;
 - ŽVEJYBINIŲ TINKLŲ IR KITŲ ŽVEJYBOS PRIEMONIŲ PARODA;
 - PASIPLAUKIOJIMAI LAIVU „KURĖNAS“;
 - TAUTINIŲ KOSTIUMŲ PRISTATYMAS IR DEMONSTRAVIMAS;
 - 20 val. KAPELŲ, KAPELIŲ IR ANSAMBLIŲ KONCERTAS.
- Dalyvauja:
„Prūsai ilgi ūsai“, „Mingė“, „Ratlio“,
„DUJA“, „Kursininkai“, „Pulkelis“.

LIEPOS 19 d.
MARIJŲ KRANTINĖ
10-23 val.

- Pamario krašto kulinarinio paveldo puoselėjimas - SKANIAUSIOS ŽUVIENĖS VIRIMAS;
- Pamario kraštui būdingos KOMANDINĖS SPORTO RUNGTYS - dėl „Neptūno“ taurės kausis geriausios Pamario krašto komandos;
- 20 val. ŠVENTINIS „Pamario krašto žvejo šventės“ KONCERTAS. Dalyvauja: Grupė „el Fuego“ su BAND / Gyvo garso koncertas, Inga Valinskienė, „4 Roses“.

ŠVENTĖS METU VYKS:

EDUKACINIAI UŽSIĖMIMAI:

- „VĒTRUNGĖ“ - Pamario krašto unikumas - praktiniai užsiėmimai, kurių metu šventės dalyviai turės progą patys tapyti vėtrunges bei susipažinti su jų gamybos ypatumais;
- NĒGINIŲ BUČIUKŲ PYNIMAS;
- JOMARKAS - išskirtinė Lietuvos tautodailininkų, amatininkų, tautinio ir kulinarinio paveldo pateikėjų mugė.

Šventės vedėjai:
Ieva Gervinskaitė ir Marijus Budraitis

ŠVENTĖS DRAUGAI:



KLAIPĖDA
Žvejų g. 24

www.piliesuostas.lt

Tel.: (8-687) 77010



MALONIAI KVIEČIAME Į GYVO GARSO KONCERTUS MŪSŲ LAUKO TERASOJE

DOMIAUSIOS
SPORTO VARŽYBOS
PER DIDŽIŲ
LAUKO EKRAŲ
KIEKVIENĄ VAKARĄ

LIEPOS MĖNESIO
MUZIKINIAI SVEČIAI:

Žilvinas Žvagulis ir Irena Starošaitė,
„Marlot“, Jurgis Didžiulis,
Ruslanas Kirilkinas ir Aistė Pilvelytė,
Nikolaj Matveev, „Salsa Son Bach“,
„Samba“, „Jazzway“, „Džentelmenai“,
„Hit Kick“, Karolis Rupkus bei kiti

„PILIES UOSTAS“ - JAUKIAUSI VASAROS VAKARAI ARČIAUSIAI MARIJŲ

SOS vaikų kaimo mažiesiems - beveik 100 tūkst. litų dovana

Neseniai Vilniaus SOS vaikų kaimas spalvingai paminėjo 19-ąjį gimtadienį. Į gimtadienio šventę buvo pakviesti visi šios labdaringos organizacijos rėmėjai bei draugai. Renginį vainikavo geros valios žmonių prekybos centruose „Maxima“ įrengtose aukų dėžutėse suaukoti beveik 100 tūkst. litų, kurie, tikimasi, padės gerinti SOS vaikų kaimo mažųjų gyvenimo bei švietimo sąlygas.

Kasmet birželio pabaigoje Vilniaus SOS vaikų kaimas atveria duris ir kartu su jame augančiais vaikais surengia įspūdingą gimtadienio šventę ištikimiausiems draugams. Šiemet erdvė tarp SOS šeimų namelių vienai dienai pavirto koncertų sale po atviru dangumi, karinių ir patriotinių žaidimų poligonu bei nedideliu zoologijos sodu. Scenoje pasirodė Jeronimas Milius, „Maximos“ jaunųjų talentų konkurso dalyvis akordeonistas Daumantas Stundžia, o SOS vaikų kaimo vaikai su SOS mamomis susirinkusiems dovanojo žinomo miuziklo „Brėmeno muzikantai“ motyvais parremtą muzikinę versiją.

Šventės metu taip pat vyko iškyla ant žolės: susirinkusieji buvo vaišinami gardžiais „Maximos“ meistrų keptais šašlykais ir didžiulių konditerijos meistrų iškeptu tortu. SOS vaikų kaimo svečiai taip pat galėjo apsilankyti SOS šeimų nameliuose, juose buvo vaišinami arbata, karštu šokoladu, galėjo apžiūrėti vaikų piešinių parodas. Neapsieita ir be gimtadienio dovanų. SOS vaikų kaimui įteiktas beveik 100 tūkst. litų vertės čekis.

„Per kiek mažiau nei 2 mėnesius klientai ir mūsų parduotuvėse įrengtas aukadėžės suaukojo beveik 100 tūkst. litų. Tai graži, dosni ir šiems vaikams labai reikalinga dovana. Todėl visiems dosniai aukojusiems „Maximos“ pirkėjams nuoširdžiai dėkoju už parodytą jautrumą ir pagalbą“, - lietuvių gerumu džiaugėsi „Maxima LT“, UAB generalinis direktorius Arūnas Zimnickas.

Aukoti SOS vaikų kaimui buvo galima metant auką į specialiai prie kasos įrengtas



Vilniaus SOS vaikų kaimas spalvingai ir žaismingai paminėjo 19-ąjį gimtadienį „Maxima“ nuotr.



Lietuvių gerumu džiaugėsi „Maxima LT“, UAB generalinis direktorius Arūnas Zimnickas ir SOS vaikų kaimo direktorius Audrius Natkevičius

iki liepos 31 dienos. „Norime padėkoti už visokeriopą pagalbą ir dovanas vaikams, rūpestį ir šią gražią iniciatyvą, kurios metu buvo suaukota įspūdinga suma. Šie pinigai padės sukurti geresnes sąlygas vaikams mokytis ir tobulėti. Jeigu nebūtų šios paramos, tai negalėtume padėti globjamiems vaikams taip, kaip kiekvienam iš jų reikia, kad užaugtų visavertė asmenybė, ateityje gebėtų save išlaikyti, o sukūręs šeimą mokėtų ją pasirūpinti pats“, - kalbėjo SOS vaikų kaimo direktorius Audrius Natkevičius.

Per pirmąjį šių metų pusmetį „Maxima LT“ parėmė apie 40 įvairių paramos organizacijų ir projektų, jiems skyrė daugiau kaip 500 tūkst. litų. Didžioji dalis paramos teko vaikų ir jaunimo švietimo bei ugdymo ir bendruomenių veiklai, kurias remti - strateginė bendrovės kryptis jau ne vienus metus.

Parengė Vaida ANDRIKONYTĖ



Didžiulio gimtadienio torto užteko visiems



IŠSIRINK FESTIVALIŠKĄ POŲĄ

Bilietus platina:



Generalinis rėmėjas:



Festivalio alus:



Tinie Tempah (UK) * HIM (FIN)

Inner Circle (JM) * Marijonas Mikutavičius * Lyapis Trubetskoy (BY)

Special Guest * Leon Somov & Jazzu * Zdob si Zdob (MD) * G&G Sindikatas

Naktinės Personos * Ewert and The Two Dragons (EE) * Mario Basanov

Golden Parazyth * Mantas * Gjan * Dub Mafia (UK) * Keymono * Linas Adomaitis

The Sound Poets (LV) * Rhyme (ITA) * Freaks On Floor * Colours of Bubbles

Tie Geresni * Ieva Narkutė * Baltasis Kiras * Hit Kick * Ba.

Pagrindinis rėmėjas:



Rėmėjai:



Informaciniai rėmėjai:



Festivalio draugai:



Sapnai

EPA-Eltos nuotr.

prklauso nuo Mėnulio fazės

Tikriausiai visi kartais sapnuoja keisto, fantastinio turinio sapnus, kurie iš pirmo žvilgsnio niekaip negali būti tiesiog per dieną sukauptų įspūdžių kratinys. Hartfordšyro (Anglija) universiteto mokslininkų grupė, vadovaujama Ričardo Vaizmano (Richard Wiseman) teigia, kad sapnų temos priklauso nuo Mėnulio fazių.

kaip koks Betmenas... Bet tai vykdavo tik per pilnatį, o kitu laiku sapnų turinys būdavo visiškai kasdieniškas, tarkime, žmogus sapnuodavo save sėdintį darbe prie kompiuterio. Beje, pernai švedų mokslininkai atliko tyrimą, kuris parodė, kad per pilnatį reikia daugiau laiko užmigti. Be to, tokiomis naktimis miegame tyliau ir 20 minučių trumpiau nei įprastai.

tu kaip tik per pilnatį labai didėja žmogaus kūrybiškumas. Amerikietis Džonas Vaitkroftas (John Whitecroft) taip pat nustatė, kad tuo metu sudaroma daugiau prekybinių sandorių. Tiesa, kaip manė senovės kinai, jaunatis ir pilnatis - nepalankus laikas intymiems ryšiams ir rimtų romanų pradžiai. Per jaunatį vyrai mažiau linkę bendrauti, o štai pilnatis stipriai veikia moteris, staiga kaitaliojasi jų nuotaika. Nors seksualinė energija, priešingai, sustiprėja, ir gražiosios lyties atstovė rizikuoja būti suvedžiota kokio nors donžuano.

Kaip mėnulis veikia žmonių fizinę ir psichinę būklę

Per pilnatį - gražūs ir keisti sapnai

Profesorius R.Vaizmanas ir jo kolegos mano, kad gražūs ir keisti sapnai dažniausiai sapnuojami per Mėnulio pilnatį. Tokią išvadą jie daro remdamiesi 1000 savanorių grupės stebėjimais: eksperimento dalyviai tam tikru laikotarpiu miegodavo laboratorijoje, stengėsi įsiminti savo sapnų turinį ir paskui juos pasakodavo tyrinėtojams. R.Vaizmanas norėjo patikrinti, kaip sapnų turinį veikia vieni ar kiti veiksniai, pavyzdžiui, metų laikas arba savaitės diena. Be to, miegantiems dalyviams jis leisdavo įvairius garsus. Tačiau jam nepavyko nustatyti jokių kitų dėsningumų, išskyrus sapnų siužetų priklausomybę nuo Mėnulio fazių. Ypač ryškūs, fantastiški ir gražūs sapnai būdavo būtent per pilnatį. „Pavyzdžiui, kam nors gali prisispaužti, kad jis skraido ant drakono, o paskui nulipęs nuo jo eina gerti kavos su Džordžu Kluniu (George Clooney), - komentuoja mokslininkas. - Kai kas sapnuodavo, kad yra superherojus

Mokslininkai seniai diskutuoja, ar Mėnulis veikia fizinę ir psichinę žmonių būklę. Mat per pilnatį Žemės palydovas yra labiausiai nutolęs nuo Saulės. Kadangi jo judėjimo greitis tampa minimalus, gyvų būtybių organizmuose sulėtėja apykaitos procesai, todėl jaučiame įtampą. Dėl to gali kilti kraujotakos problemų ir paūmėti psichopatinės būsenos.

PER PILNATĮ MIEGAME TYLIAU IR TRUMPIAU NEI ĮPRASTAI

Kai kurie žmonės per pilnatį jaučia susijaudinimą ir agresyvumą. Prieš keletą metų anglų psichiatrai, atlikę tyrimą griežto režimo įkalinimo įstaigoje, nustatė, kad būtent stojus pilnačiai tarp kalinių pagausėja smurto proveržių. Didėja ir konfliktų bei susikaltimų skaičius, suaktyvėja maniakai. Kar-

Vis dar nesutariama dėl Mėnulio poveikio

Astrologai savo prognozes sieja būtent su Mėnulio fazėmis - pataria, kokiomis Mėnulio mėnesio dienomis geriau tuoktis, pradėti vaikus, kurti verslą, sodinti, sėti arba nuimti derlių, kirptis, pirkti... Tos rekomendacijos yra susijusios su mūsų biologiniais ritmais, o jie yra susiję su Mėnulio fazėmis. Tačiau ne visi su tuo sutinka ir teigia, kad tai - tik pasakėlės, nėra jokių patikimų pilnatis neigiamos įtakos įrodymų. Vieni šaltiniai tvirtina, kad pagal statistiką tomis dienomis padažnėja atvejų, kai plėšrūnai užpuola žmones, taip pat daugėja nusikaltimų ir prievartos atvejų, kiti, priešingai, pateikia statistiką, kad tokių faktų skaičius per pilnatį nesikeičia arba staiga sumažėja. O štai dabar, pasirodo, yra dar ir ryšys su sapnais...

Parengė Milda KUNSKAITĖ

Kaip bučiuojasi žvaigždės?

Kad bučinys yra svarbus ir intymus meilės bei dėmesio ženklas, sutinka ir žinomi Lietuvos pramogų pasaulio atstovai. Apie savo pirmuosius ar įsimintiniausius bučinius bei jų reikšmes jie sutiko papasakoti „Laisvalaikio“ skaitytojams.



Atlikėja EGLĖ JAKŠTYTĖ (22)
bučiniai nesišvaisto

- Pirmas bučinys buvo įsimintniausias. Jis nebuvo labai romantiškas, tai įvyko mano namuose, kai dar gyvenau Utenoje. Man tuo metu buvo apie 15 metų. Bučinys buvo netikėtas, bet pirmas gal visada toks būna. Inicijavos ėmėsi vaikinai, bet nemanau, kad yra skirtumas, kuris pirmas žengia šį žingsnį. Aš to nesureikšminu, jei yra trauka, tai nereikėtų laukti, ypač jei iš jo matai simpatiją. Bučinys, manau, yra svarbus žingsnis, tai meilės išraiška, todėl nereikėtų jais švaistyti į kairę ir dešinę.

Dainininką ARVYDĄ MARTINĖNĄ-VUDĮ (30)
gerbėjos bučiuoja po koncertų

- Pirmojo savo bučinio neprisimenu. Pirmas, kuris įstrigo atmintyje, buvo stovykloje. Tuo metu man buvo gal kokie 14-15 metų. Bučinys man apskritai yra smagus dalykas. Tai intymus dviejų žmonių reikalas. Nemanau, kad yra taisyklė, vaikinai ar merginos turi pirmas žengti šį žingsnį, abu turi pajusti tinkamą momentą. Tada būna geriausia. Kadangi daug koncertuojau, būna, kad po pasirodymo gerbėjos, atėjusios pasveikinti, nori pabučiuoti į žandą, būna, bando pataikyti ir į lūpas.



Radijo laidų vedėjo ROLANDO MACKEVIČIAUS (30) pirmasis bučinys - svogūnų skonio

- Labai gerai pamenu savo pirmąjį bučinį - jis buvo toks svogūnų skonio. Tai įvyko kaime pas močiutę Ukmergės rajone, ant šieno, pavalgus braškių, prieš tai, matyt, svogūnų sriubos, puikiai viską atsimeinu. Man tuo metu buvo jau gal kokie 12 metų.

Bučinys, mano manymu, gali daug ką reikšti: ir „tu man patinki“, ir „tu man nepatinki“, bet kuo vyresnis daraisi, tuo rečiau vartoji žodį „myliu“, rečiau daliji ir bučinius. Dabar jie skirti mano artimiesiems ir žmonai. Visada išeidamas į darbą pabučiuoju žmoną ir sūnų, net jei pamirštu, nuėjęs iki automobilio, grįžtu. Žmona iš manęs juokiasi.



Norite gyventi ilgiau? BUČIUOKITĖS!

Liepos 6-ąją pasaulis švenčia tarptautinę bučinių dieną. Kol apsvaigusieji iš meilės bučiuojasi, mokslininkai ginčijasi, iš kur kilo šis žmonių noras, ar jis įgimtas, ar išmoktas. Kad ir kaip ten būtų, pripažinkime - bučiuotis malonu. Mažą to, mokslškai įrodyta, kad ir naudinga.

Truputis istorijos

■ Antropologai, nagrinėjantys bučinių kilmę, yra pasidaliję į dvi stovyklas: vieni įsitikinę, kad šį poreikį lėmė instinktai, kiti - kad maitinimo būdas kūdikystėje. Mamos, kol jų mažyliai neturėdavo dantų, sukramtydavo maistą ir perduodavo iš burnos į burną. Ilgainiui tai tapo įpročiu ir net kai vaikams išdygdavo dantys, mamos lūpomis liudavo mažylių skruostus, norėdamos juos nuraminti ar paguosti.

■ Tokią teoriją patvirtina ir faktas, kad ne visi žmonės linkę bučiuotis. Pasulyje yra genčių, kurios nesibučiuoja. Apskaičiuota, kad tokių yra apie 10 proc. žmonijos populiacijos.

■ Nors daugelis bučiuodamiesi nesusimąsto, kodėl taip daro, arba daro iš malonumo, gamta turi savo paaiškinimą. Anot mokslininkų, bučinys padeda išsiaiškinti partnerio „kokybę“. Kai dviejų žmonių veidai susiglaudžia, jų feromonai (natūralūs cheminiai junginiai, kuriuos kūnas išskiria tam, kad perduotų tam tikrą informaciją apie save aplinkiniams) ima „kalbėti“, t.y. keistis biologine informacija, ar šie du jaunuoliai galės susilaukti stiprių palikuonių.

Ar žinojote, kad...

■ Bučiuojantis dirba 29 veido raumenys, kitaip tariant, bučiniai yra puikus būdas užkirsti kelią veido raukšlėms.

■ Besibučiuodami žmonės apsieičia seilėmis, kuriose pilna riebalų, mineralinių druskų, proteinų. Anot paskutinių tyrimų, toks apsieičimas gali paskatinti organizme susidaryti antikūnus, kurie kovoja su tam tikromis ligomis.

■ 66 proc. žmonių besibučiuodami užsiemkia, kiti mėgaujasi žiūrėdami į partnerį.

■ Statistika rodo, kad moteris iki vestuvių pasibučiuoja vidutiniškai su 29 vyrais.

Tiesa, Jungtinių Amerikos Valstijų statistika kiek kitokia - ten šis skaičius 80.

■ Įprasto pakštelėjimo metu dirba vos du burnos raumenys, o gero prancūziško bučinio metu - net 34. Paprastas bučinys sudegins porą kalorijų, prancūziškas - 5. Taigi per valandą sudeginsite apie 1560 kalorijų.

■ Lūpos yra 200 kartų jautresnės negu pirštai.

■ Manoma, kad vyrai, kurie prieš išeidami į darbą pabučiuoja žmoną, gyvena penkeriais metais ilgiau negu tie, kurie paprasčiausiai užtrenkia duris.

■ 90 sekundžių aistringas bučinys pakeilia kraujo spaudimą tiek, kaip dalyvautumėte lenktynėse.

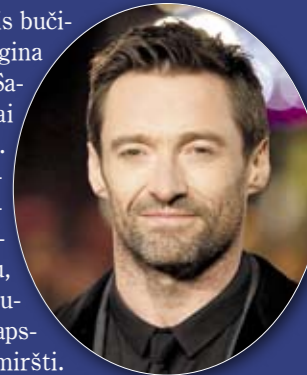
■ Dvi iš trijų porų besibučiuodamos pasuka veidą į dešinę.

■ XVI amžiuje Neapolyje už viešą bučiavimąsi buvo baudžiama mirties bausme. Kai kuriais atvejais tam tikrose Jungtinių Valstijų srityse bučiniai taip pat draudžiami. Kai kuriuose Ajosvos ir Konektikuto miestuose bučiuoti nepažįstamą neteisėta. Taip pat moterims neleistina savo vyrų bučiuoti sekmadieniais.

Pirmieji Holivudo žvaigždžių bučiniai

Aktorius **HJU DŽEKMENAS**
(Hugh Jackman, 45): 9 metų

- Mano pirmasis bučinys buvo su mergina vardu Sara Doseit (Sarah Dowsett), kai man buvo devyneri. Tuo metu iš paprastos mokyklos perėjau į berniukų mokyklą ir pagalvojau, kad jei dabar nepabučiuosiu merginos, apskritai teks tai pamiršti. Vienas mano draugas pasakė, kad Sara leidžiasi bučiuojama, jis ją bučiavo. Kai sutikau Sarą, pasakiau, kad ją myliu. Ji man irgi pasakė, kad mane myli. Pasiūliau jai pasibučiuoti - sutiko. Pabaiga.



Aktorė **ŠARLIZĖ TERON**
(Charlize Theron, 38): 13 metų

- Pamenu, kad berniukas, su kuriuo pirmą kartą bučiavausi, turėjo kabes. Mes žaidėme galiniame namo kieme, buvome ką tik pažūrėję filmą „Penktadienis, 13-oji“. Viskas buvo suplanuota: jis ateis, pažiūrėsime filmą, paskui pasibučiuosime. Taip viskas ir buvo. Patirtis siaubinga.



Aktorė **RYŠ VITERSPUN**
(Reese Witherspoon, 38): 10 metų

- Tai įvyko penktoje klasėje, kai maniau, kad esu įsimylėjusi vaikina vardu Grehemas (Graham). Taigi mes pasibučiavome, paskui jis man sudaužė širdį ir visiems papasakojo, kad mano krūtinė plokščia, todėl jam nepatinku.



Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

NASA išbandė „skraidančią lėkštę“ skrydžiui į Marsą

JAV kosmoso agentūra NASA šeštadienį sėkmingai į Žemės atmosferą paleido aparatą, skirtą išbandyti nutūpimo Marse technologijas.

Skraidantis lėkštės formos aparatas „Low Density Supersonic Decelerator“ (LDSD) buvo paleistas į viršutinius Žemės atmosferos sluoksnius. Taip buvo siekiama išbandyti naujo tipo parašiotą ir pripučiamą greičio mažinimo įrenginį, kuris sulėtintų erdvėlaivį šiam artėjant prie Raudonosios planetos paviršiaus.

„Skraidanti lėkštė“ buvo paleista iš JAV karinio jūrų laivyno bazės prie Havajų Kauajo salos krantų. Iš pradžių helio balionas aparatą iškėlė į 35 kilometrų aukštį, vėliau, įsijungus raketiniams varikliams, LDSD stratosferoje pasiekė didesnę nei 50 kilometrų aukštį ir keturis kartus viršijo garso greitį. Paskutiniame etape aparatas pripučiamu stabdymo įrenginiu ir parašiotu pradėjo stoti ir nusileido taip, kaip tūpdamas Marse turėtų padaryti erdvėlaivis. Po skrydžio aparatas nusileido į Ramųjų vandenyną.

NASA tikisi, kad šis bandymas bus naudingas norint per ateinančius dešimtmečius Marse nutūpdyti sunkesnius kosminius aparatus, kurių svoris iki šiol yra apie pusantros tonos. Jeigu kada nors žmonės panorėtų nusileisti Marse, tada svoris viršytų net dešimt tonų.

„Skraidanti lėkštė“ buvo paleista į viršutinius Žemės atmosferos sluoksnius
EPA-Eltos nuotr.



Bermudų trikampio paslaptį atskleis palydovas?

Sritis tarp Bermudų salų, Puerto Riko ir Floridos dėl neva joje masiškai žūstančių laivų ir lėktuvų pelnė garsiausios pasaulyje anomalios zonos reputaciją, dar vadinamą Velnio trikampiu. Bolonijos nacionalinio astrofizikos instituto specialistai ketina patyrinti Bermudų trikampio anomalijas naudodamiesi palydovais.

Mįslingiausia ir labiausiai aptarinėjama vietovė

Pirmą kartą apie Bermudų trikampio fenomeną 1950 metais užsiminė agentūra „Associated Press“. Žinutėje mįslingoji zona buvo pavadinta Velnio jūra. O vėliau prigijusių pavadinimą „Bermudų trikampis“ įvedė žurnalistas Vinsentas Gaddis (Vincent Gaddis), 1964 m. paskelbęs straipsnį „Mirtinas Bermudų trikampis“. Paskui publikacijos apie anomalią zoną spaudoje ėmė rodytis vis dažniau. Ši tema dar labiau išpopuliarėjo 1974 m. pasirodžius Čarlzo Berlico (Charles Berlitz) knygai „Bermudų trikampis“, kurioje buvo surinkti pasakojimai apie mįslingus dingimus šiame rajone, tačiau vėliau paaiškėjo, kad daugelį knygose aprašytų faktų autorius iškraipė.

Tarp versijų - susikaupusios metalo dujos

Spaudos pranešimų apie keistus reiškinius Bermudų trikampyje pasirodo iki šiol. Keliama dešimtys juos aiškinančių versijų. Tarp jų yra visiškai fantastinių - apie kitų planetų gyventojų grobiamus lėktuvus ir laivus arba persikėlimą į paralelinius pasaulius - ir daugmaž racionalių, pavyzdžiui, apie infragarsą, veikiančią įgulos narių psichiką... Prieš keletą metų amerikiečiai okeanografai Džozefas Monaganas (Joseph Monaghan) ir Deividas Mėjus (David Mey) iškėlė hipotezę, kad laivų ir lėktuvų katastrofų Bermudų rajone priežastis gali būti ten susikaupusios metano dujos. Mokslininkams pavyko kompiuteriu sumodeliuoti situaciją, kai bet koks laivas, patekęs į milžinišką metano burbulą, akimirksniu grimzta į vandenyno dugną. Negana to, tokie burbulai gali net „numušti“ lėktuvus. Autorių nuomone, šios versijos teisingumą įrodo atvejai, kai „trikampio“ rajone būdavo randami laivai su negyvais įgulos nariais be jokių smurtinės mirties požymių - greičiausiai žmonės mirtinai apsinuodavo dujomis. Dar viena pusiau fantastinė hipotezė: Bermudų rajone galinga Golfo srovė sudaro šimtų kilometrų skersmens verpetus, o tai keičia laiko tėkmę ir gravitaciją...

Veikia kosminės spinduliuotės dalelės

Italų astrofizikai teigia, kad Bermudų trikampis yra zonoje, kuri yra žinoma kaip Pietų Atlanto magnetinė anomalija. Magnetinio lauko rodikliai jūros lygyje yra analogiški fiksuojamiems kitose Žemės vietose 1000 km aukštyje. Taigi ši anomalija apima ne tik jūros akvatoriją, ji plyti per šimtus mylių nuo planetos paviršiaus. Mokslininkai daro prielaidą, kad

būtent čia vidinė radiacinė Žemės juosta (Van Aleno žiedas) labiausiai priartėja prie mūsų planetos. Gali būti, kad būtent įkrautos kosminės spinduliuotės dalelės veikia prietaisų darbą ir dėl to žūsta ir dingsta laivai ir lėktuvai. Skrendant virš šios zonos neretai pradeda trukti lėktuvų ir net orbitoje esančių kosminių aparatų kompiuterių ir kitų prietaisų darbas. Pavyzdžiui, dalis teleskopo „Hubble“ įrenginių automatiškai išsijungia, kai palydovas skrenda virš „negeros“ vietos... Taip užprogramuota specialiai, kad spinduliuotė nesugadintų jautrios aparatūros. TKS net teko įrengti papildomą apsaugą nuo radiacijos. Be to, būtent Bermudų trikampio radiacija, kaip manoma, trikdo palydovų „GlobeStar“ darbą.

„TRIKAMPIO“ RAJONE RANDAMI LAIVAI SU NEGYVAIS ĮGULOS NARIAIS BE JOKIŲ SMURTINĖS MIRTIES POŽYMIŲ

Beje, išanalizavęs duomenis, gautus „BepoSAX“ palydovu, tyrusiu šią zoną nuo 1996 iki 2003 m., Italijos nacionalinio astrofizikos instituto specialistas Rikardas Kampana (Riccardo Campana) nustatė, kad radiacijos lygis apatiniame magnetinės anomalijos sluoksnyje yra žemesnis negu viršutiniuose sluoksniuose. Taip pat jis pastebėjo, kad anomalijos plotas juda į vakarus, į Meksikos įlankos pusę. Dabar R.Kampanos vadovaujama mokslininkų grupė kuria specialų kosminį aparatą, kuris skries Žemės orbita ir matuos magnetinį lauką ir kitus parametrus, o tai galbūt padės atskleisti Bermudų trikampio paslaptį.

Parengė Milda KUNSKAITĖ

IDOMU

AUSTRAS PAJUDINO 142 TONAS SVERIANČIŲ LĒKTUVĄ

Ekstremalių pojūčių mėgėjas iš Austrijos Francas Miulneris (Franz Muellner) vien tik savo raumenų jėga pajudino 142 tonas sveriantį lėktuvą „Boeing 777“. Zalcburgietis Vienos oro uoste 14,5 metro patempė 64 metrų ilgio orlaivį. „Buvo labai žiauru, bet dabar aš jaučiuosi gerai“, - sakė 44 metų vyras. Šiam išbandymui jis ruošėsi penkis mėnesius.

„Austrijos uola“ - taip kartais vadinamas F.Miulneris, jau ir anksčiau yra pasiekęs ekstremalių laimėjimų. 2013 metų spalį jis be techninių pagalbos priemonių pasuko 244 tonų Vienos apžvalgos ratą. Ant jo pečių yra nutūpęs ir sraigtasparnis.

Remiantis F.Miulnerio interneto svetaine, buvusiam kareiviui priklauso 13 pasaulio rekordų.

KANADIETIS PATEMPĖ 65 TONŲ LĒKTUVĄ

Kevinas Fastas (Kevin Fast)
EPA-Eltos nuotr.



Vienas stipriausių pasaulio žmonių Kevinas Fastas (Kevin Fast) Tailande 20 metrų patempė 65 tonas sveriantį orlaivį „Airbus 320“. Taip 51 metų kanadietis Bankoko oro uoste reklamavo televizijos laidą apie beprotiškaus rekordus.

Tačiau tai buvo viena lengvesnių K.Fasto užduočių. Jis yra prašytas į Gineso rekordų knygą kategorijoje „Sunkiausias kada nors žmogaus patemptas lėktuvas“. 2009-aisiais ekstremalus karinių oro pajėgų bazėje Ontarijuje 8,8 metro pavilko 188 tonų orlaivį. K.Fastas yra pastorius. „Aš manau, kad mano stiprybė yra Dievo dovana. Todėl aš ja naudosis, kol galėsiu“, - sakė jis 2011 metais.

ELTA

TIK PARDUOTUVĖSE

FUN TASTIK

MAGIŠKIEMS DAŽAMS
PURŠKIAMIEMS
NUVALOMIEMS
EKOLOGIŠKIEMS

30% NUOLAIDA su šiuo kuponu galioja iki 2014.08.31

LAISVALAIKIS 2014 liepos 4



Nuo liepos 14 d. pirmadieniais – ketvirtadieniais 21.00 val.

MEILĖ AR PINIGAI?

Realybės šou dalyviai išskrenda į Gran Kanariją, kur besimėgaudami saule ir jūra susipažins savaitę stebėsimi, kaip keturios merginos stengsis užkariauti geidžiamo viengungio širdį. Jausmus iškeis į ... pinigus?

artimiau ir ieškos sau poros. Pirmąją projekto Tiesa, ne visos merginos ieškos meilės. Kuri



Gera kartu!

Vasaros festivaliai po atviru dangumi

Ką pasirinkti? (II dalis)



„Laisvalaikis“ tęsia praėjusiam numeryje pradėtą vasaros festivalių gidą. Šį kartą jūsų teismui rugpjūčio mėnesio pramogos po atviru dangumi. Savo festivalį atras kiekvienas - ir triukšmingo roko mėgėjas, ir populiariosios muzikos aistringas, ir alternatyvų ieškantis melomanas.

Kas? „Yaga Gathering“.

Kur? Apie 60 km į pietus nuo Vilniaus, prie upės ir Spenglos ežero, Dzūkijos girių apsupty.

Kada? Liepos 31 - rugpjūčio 4 d.

Už kiek? 139 litus.

Kam? Visiems, norintiems atitrūkti nuo kasdienybės ir pasinerti į neįprastų garsų ir ritualų sąskrydį. Tiems, kurie nėra abejingi teminėms erdvėms, stulbinančioms dekoracijoms ir tikro garso koncertams. Susirinkusiųjų laukia ne tik muzika, bet ir įvairūs mokymai, seminarai, meno parodos ir tarptautinė publika.

Kas dalyvaus? „Emize“ (Italija), „Kashyyyk“ (Meksika), „Neuron Compost“ (Australija), „Onionbrain“ (Brazilija), „Scope“ (Belgija), „Kib“, „Matangi aka Sati“, „Shnaresys“ ir kiti.



Kas? „Satta Festival“.

Kur? Papėje, Latvija.

Kada? Rugpjūčio 14-17 d.

Už kiek? 105-125 litus.

Kam? Alternatyvios muzikos ir meno mėgėjams. Nors svarbiausiu festivalio „Satta“ elementu išlieka muzika, šiemet didelis dėmesys jo programoje bus skirtas ekologijai ir gamtos apsaugai.

Kas dalyvaus? „Dirty Beaches“ (Kanada), „Forest Swords“ (Didžioji Britanija), „Submotion Orchestra“ (Didžioji Britanija), „Clap!“ (Italija) ir kiti.



Kas? „Karklė“.

Kur? Karklės kaime Klaipėdos rajone.

Kada?

Rugpjūčio 15-17 d.

Už kiek? 119 litų.

Kam? Hipiškos dvasios mėgėjams. Gyvos muzikos paplūdimyje bus įrengtos 6 scenos: pagrindinė, „Kopų“, „Electronic stage“, „Underground stage“, „Beach stage“ ir „Rock club“. Muzika čia dalyvis daugiau nei 80 įvairaus žanro artistų. Be muzikos, prognozuojamas pramogų, menų ir pasaulio virtuvių škalvas.

Kas dalyvaus? „Tinie Tempah“ (Didžioji Britanija), HIM (Suomija), Marijonas Mikutavičius, „Naktinės personos“, Linas Adomaitis, Ieva Narkutė ir kiti.

Kas? „Galapagai“.

Kur? Zaraso ežero saloje.

Kada? Rugpjūčio 1-2 d.

Už kiek? 94 litus.

Kam? Tiems, kurie mėgsta kokybišką populiarią muziką ir platų pramogų pasirinkimą po atviru dangumi. Čia kasmet išdėstomos keturios scenos, jose groja skirtingų stilių atlikėjai. Iš kitų festivalių šis išsiskiria didžiausiomis Lietuvos festivalių žvaigždėmis ir pramogomis.

Kas dalyvaus? „The Baseballs“ (Vokietija), „Supersci“ (Švedija), „Lemon Joy“, „Liūdni slibinai“, „Keymono“, „Timohi“ ir kiti.



Kas? „Granatos Live“.

Kur? Rumšiškėse, Liaudies ir buities muziejuje.

Kada? Rugpjūčio 1-3 d.

Už kiek? 129-144 litus.

Kam? Žmonėms, kuriems gera muzika, įspūdinga gamta ir idiliška aplinka yra privalomi tikro festivalio atributai. 4 scenos, daugiau nei 30 artistų ir grupių, puikus maistas ir gėrimai, atviros menų dirbtuvės džiugins kiekvieną, nutarusį apsilankyti festivalyje.

Kas dalyvaus? Džonas Njumanas (John Newman, Didžioji Britanija), „Bastille“ (Didžioji Britanija), „Dub FX“ (Australija), „G&G Sindikatas“, „Biplan“ ir kiti.



Kas? „Roko naktys“.

Kur? Varėnos dainų slėnyje.

Kada? Rugpjūčio 15-16 d.

Už kiek? 79 litus.

Kam? Maištingos roko dvasios gerbėjams. Šiemet, be trankios roko muzikos grupių iš Lietuvos ir pasaulio, festivalio lankytojus pasiūlyta ir išskirtinių pramogų: kūrybinę laisvę skatinančių menų, su roko kultūra ir tradicijomis susijusių žaidimų bei įvairių staigmenų.

Kas dalyvaus? „Breed 77“ (Didžioji Britanija), „Thundertale“, „Rebelheart“, „Rojaus tūzai“, „Katedra“, „Siela“ ir kiti.

Kas? „Mėnuo Juodaris XVII“.

Kur? Skinderiškio parke Kėdainių rajone.

Kada?

Rugpjūčio 22-24 d.

Už kiek?

120 litų.

Kam? Norintiems nugrimzti į gilią ir užburiančią ramybę. Šio festivalio tema - sapnai, todėl organizatoriai žada žaidimus paslapčių archetipais ir keliones vidiniu kosmosu. Dviejuose scenose skambės įvairiausia muzika - nuo postfolkloro ir roko iki ambient ir akustinų transcendencijų.

Kas dalyvaus? „And also the trees“ (Didžioji Britanija), „Krauka“ (Danija), „Kūlgrinda“, „McKarras“, „Mano juodoji sesuo“, „Virsmi“ ir kiti.



Redakcijos archyvo ir Eltos nuotr.

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

Jogle
Švarumo centras

VILNIUJE:

NAUJAS

PC „Rimi“,
Jeruzalės g. 4,
tel. (8 626) 03 465PC „GO9“,
Gedimino pr. 9,
tel. (8 686) 04 696PC „Iki“ (Eglutė),
Antakalnio g. 73,
tel. (8 687) 30 290Parduotuvė „Iki“,
PC „Banginis“, Lukšio g. 34,
tel. (8 686) 04 690PC „Rimi“,
Kareivių g. 11A,
tel. (8 687) 11 080PC „Mada“,
Viršuliškių g. 40,
tel. (8 612) 41 859PC „Europa“,
Konstitucijos pr. 7A,
tel. (8 611) 30 534Švarumo centras,
T.Ševčenkos g. 16, 31 korp.,
tel. (8 5) 233 0155PC „Iki“,
Fabijoniškių g. 2A,
tel. (8 687) 18 799Švarumo centras,
J.Jasinskio g. 16,
tel.: (8 5) 264 9164, (8 620) 11 177Odinių ir kailinių gaminių valymo
centras, M.Sleževičiaus g.7,
tel. (8 612) 04 791PC „Akropolis“,
Ozo g. 25,
tel. (8 620) 11 144PC „Pupa“,
Prieglaus g. 1,
tel. (8 615) 20 368PC „Maxima“,
Mindaugo g. 11,
tel. (8 620) 11 133PC „Mandarin“,
Ateities g. 9,
tel. (8 612) 32 768PC „Big“,
Ukmergės g. 369,
tel. (8 620) 11 122PC „Helios City“,
Savanorių pr. 1,
tel. (8 616) 98 856„Forum Palace“,
Konstitucijos pr. 26,
tel. (8 612) 32 760PC „Panorama“,
Saltoniškių g. 9,
tel. (8 686) 82 665

ALYTUJE:

Prekybos
centras
„Iki“,
Naujoji g. 2C,
tel. (8 687) 76 637

Teatralizuota baltų genčių istorija

Valdovų rūmų kieme

Kuršiai, sėliai, jotvingiai, žemaičiai, aukštaitiai, lietuviai, žiemgaliai - šios septynios baltų gentys liepos 4 dienos vakarą išdidžiai žengs Valdovų rūmų kieme: čia bus pirmą kartą pristatyta specialiai jubiliejinei Dainų šventei atkurta I-XIV a. baltų genčių kostiumų kolekcija.

Pristatys 56 baltų genčių kostiumus

Teatralizuotą kostiumų pristatymą po atviru dangumi kuria žinoma režisierė ir choreografė Agnija Šeiko, muziką jam parašė vienas žymiausių šiuolaikinių lietuvių muzikos kompozitorių Antanas Jasenka. Specialiai vakaro sutemose kuriamos pristatymo, prasidėsiančio 22 valandą, metu bus pristatyti net 56 baltų genčių kostiumai, o reginį papuoš pripažinti šalies atlikėjai - saksofonininkas Petras Vyšniauskas, perkusininkas Arkadijus Gotesmanas, choras „Brevis“, Vytauto Didžiojo universiteto kamerinis orkestras, pučiamųjų kvintetas, aktorius Vaidotas Martinaitis ir šiuolaikinio šokio šokėjai Aušra Krasauskaitė, Darius Berulis, Mantas Stabačinskas, Marius Pinigis, Petras Lisauskas ir kiti.

Vienintelį baltų genčių kostiumų kolekcijos pristatymą galės išvysti vos pusantro tūkstančio žiūrovų - tiek telpa Valdovų rūmų kieme.

Gentims pristatyti - simboliai

Genčių pristatymuose vyraus vis kita nuotaika ir simboliai. Štai sėlių gentis bus pristatyta šokiu, muzika ir poezija, bus išskirtas medus kaip bičiulystės simbolis.

Kuršiai į sceną žingsni žingsni žingsni, simbolizuojančiais iš jūros grįžtančių žvejų laukimą. Originalių spalvų suteiks ne tik choreografijos, bet ir šviesos, garso ir vaizdo sprendimai. Jūs kūrė vaizdo menininkas Rimas Sakalauskas, jau

- Baltų genčių kostiumų pristatymas Valdovų rūmų kieme liepos 4 d. 22 val.
- Bilietai į Baltų genčių kostiumų pristatymo renginį parduodami visose „Ticketpro“ kasose ir internetu.

įvertintas ir „Sidabrinės gervės“ apdovanojimu. Kostiumams pristatyti bus išnaudoti ir rūmų balkonai, bokštai, kurie, nuspalvinti 3D projekcijų, taps scenografijos dalimi. Pastatyme dalyvaus Klaipėdos jaunimo teatro aktoriai, modernaus šokio šokėjai ir Lietuvos aukštosios jūreivystės mokyklos studentai, kurie įkūnys septynių baltų genčių atstovus.

Kiekvienos genties kolekciją sudaro aštuoni - 4 moterų ir 4 vyrų - kostiumai. Jie spindės įvairove - ir jaunų merginų bei vaikinų, ir ištekejusių moterų bei vyrų. Taip pat bus pristatomi ir skirtingais metų laikais dėvimi drabužiai, bus itin svarbios detalės - nuo žiedo ant mažojo piršto iki tam tikrai genčiai būdingo apavo, specifinio audinio ir jo spalvos.

Parengė Vaida ANDRIKONYTĖ



V-VIII a. lietuvių kostiumas



I-IV a. kuršių genties mergina

V-VIII a. kuršių genties kostiumai
LLKC nuotr.

2012M. PASAULIO JAUNIMO CHORŲ LAUREATAI facebook.com/gmgyvai

15% bilietai 1588

LABDAROS KONCERTAS
Liepos 14d. 19val. Šv. Kazimiero bažnyčia, Vilnius

DETROITO CHORAS

REPUBLIKA

Koncertą
pristato:Koncertą
remia:

REPUBLIKA

MUZIKUOJANTIS KELTAS 2014

VIENINTELIAI BEI ĮSIMINTINIAUSI KONCERTAI ANT VANDENS!

Su „Laisvalaikio“ kortele
10 Lt
nuolaida bilietui

Kasose:
Bilietų Pasaulis

Organizatorius:
promo+

Daugiau informacijos:
Tel. +370 624 78684
www.muzikuojantis-keltas.lt

Birželio 28 d. 20.30 val.
RAMŪNAS RUDOKAS
Monospektaklis - hitas
„SENELIUKAS“

Liepos 12 d. 20.30 val.
DONALDA MEIŽELYTĖ
Pašėlęs vakaras „Mūsų linksmas gyvenimas“

Liepos 25 d. 20.30 val.
Legendinės „HIPERBOLĖS“
dainos
Igorio Berino roko grupė

Rugpjūčio 2 d. 20.30 val.
INGA VALINSKIENĖ
Gražiausių meilės dainų koncertas

Liepos 5 d. 20.30 val.
K. SMORIGINAS ir
O. DITKOVSKIS
Dairuojamosios poezijos vakaras

Liepos 19 d. 20.30 val.
M. JAMPOLSKIS, R. RUDOKAS, D.
ZVONKUS IR STANO
Čilnam „Vyrų meluoja geriau“

Liepos 26 d. 20.30 val.
SARĖ ROMA
Čigonų šou

Rugpjūčio 9 d. 20.30 val.
KOSTAS SMORIGINAS
Mono šou „PURVAS“

El.reklama: origi nalūs sprendimai



Darius Bagdžiūnas

RUBRIKĄ PRISTATO „GAUMINA“

Prancūzijoje kasmet vyksta geriausių reklamų festivalis „Kanų liūtai“. Apdovanojimui išdalyti, tad galime pakalbėti apie įdomesnius egzempliorius. Kam pirkti „brokuotą“ šokolado plytelę? Kuo pakeisti įkyrius lankstinukus ir neestetiskus plakatus? Ar įmanoma konservatyviems žmonėms parodyti interneto naudą?

Vietoj IŠVADŲ

■ Geroje reklamos kampanijoje net ir minusai gali virsti plusais.



<http://goo.gl/OL39kc>

Keli kvadratiniai metrai euroremonto

Kas?
OBI.

Ką padarė?

Kasdien savo pašto dėžutėse randame galybę agresyvių, rėkiančių ir estetiškai atgrasių lankstinukų. Ar susimąstėte, kodėl daiktai, kurie turėtų mūsų aplinką daryti gražesnę, reklamuojami tokiais būdais? Vieno didžiausio Vokietijos stybinių medžiagų tinklų OBI komanda apie tai pagalvojo ir nutarė eiti kitu keliu. Vietoj įprastų skrajučių ar stendų renovavo senų pastatų dalis.

Kodėl veikė?

Įsivaizduokite, einate gatve ir matote, kad keli aptriušusio daugiabučio sienos kvadratiniai metrai atrodo kaip po gero euroremonto. Galite plika akimi palyginti skirtumą ir suprasti, kaip gali pasikeisti net pats neišvaizdžiausias pastatas. Na, ir šalia, aišku, kabo OBI lentelė - vadinasi, žinote, ir kur apsirūpinti medžiagomis.

Rezultatai

Vaizdo klipas apie kampaniją jau surinko 70 tūkst. peržiūrų, bet šiam atvejui jos didelės reikšmės neturi, daug svarbiau, kiek reklamas pamatė gatvės žingsniuojančių žmonių.



<http://goo.gl/uE9xuw>

Dingęs šokolado gabalėlis

Kas?
„Milka“.

Ką padarė?

Kone kiekvienas smulžiūs pritarė, kad pati skaniausia šokolado plytelės dalis - paskutinis gabalėlis. „Milka“ komanda tai puikiai suprato, tad nutarė išleisti liniją saldumynų su... trūkstama viena dalimi.

Kodėl veikė?

Pakuotės viduje pirkėjai rado kodą ir nuorodą į specialų tinklalapį. Tereikėjo nueiti į jį, pasirinkti „norite susigrąžinti trūkstamą saldainio dalį“ arba „norite išsiųsti ją draugui“, šalia parašyti norimą tekstą - ir kone kitą dieną paštininkas pasibelsdavo į adresato namus.

Rezultatai

Beveik nė vienas pasinaudojęs akcija nesuntė saldainio gabalėlio sau - taip šokolado gamintojai darsyk įrodė, kad jų gaminiai skirti žmonių santykiams gerinti. Po parduotuvės buvo išvežta 10 mln. plytelių, tad nieko keisto, kad žinia žaibiškai pasisklido socialiniuose tinkluose.

<http://goo.gl/b0dE1M>

Skaitmeninis laikraščio laikiklis

Kas?
„Nzz.ch“.

Ką padarė?

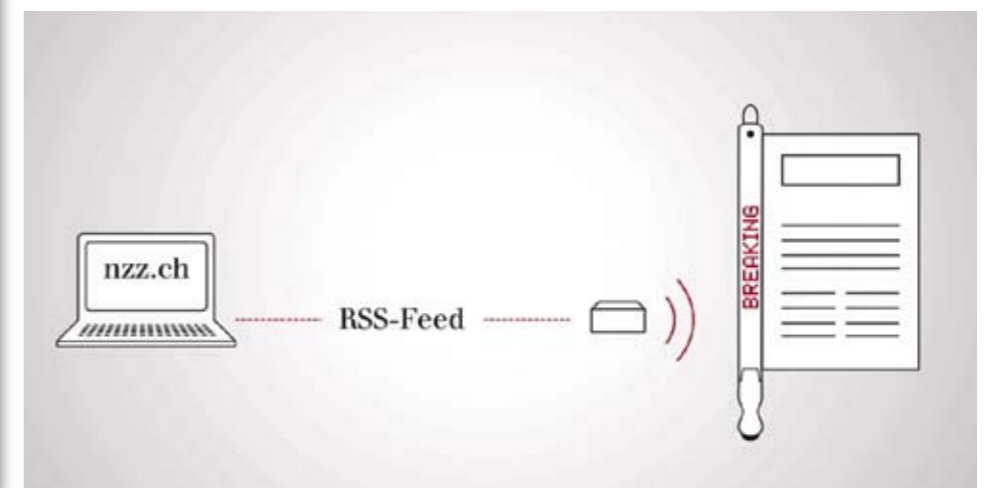
Konservatyviems Šveicarijos skaitytojams nuspręsta gyvai parodyti internetinio naujienų portalo pranašumą popierinio laikraščio atžvilgiu. Tam sukurti skaitmeniniai laikraščių laikikliai. Nors atrodė jie lyg iš seno medžio, tačiau vos pasiekusi reporterius naujiena iškart atsirasdavo bėgančiame LED ekrane.

Kodėl veikė?

Nereikia net minėti, kad visi, susidūrę su kampanija, buvo maloniai nustebinti. Tarkime, vakarykščiame laikraštyje rašoma apie laukiamas finalines krepšinio rungtynes, o išmaniajame ekrane jau važiuoja eilutė su rezultatu ir sveikinimais laimėtojams.

Rezultatai

Organizatoriai šypsosi girdėję, kad kai kurie žmonės vėliau ieškojo, kur galima tokių laikiklių įsigyti ir naudotis jais namie. Tai rodo, kad įpročius pakeisti įmanoma.



PRAMOGAUKIT DAUGIAU!
UŽ JUS MOKA „LAISVALAIKIS“!

LaisvalaikioDovanos.lt 

Daugiau nei 1000 dovanų!



-31 %

Vandens pramogos ir pirtys
„Vichy“ parke (2 asm.)

~~138 Lt~~ 95 Lt

„Vichy vandens parkas“
Ozo g. 14 C, Vilnius



-31 %

Pramogavimas nuotykių
parke „Belmontas“ (2 asm.)

~~100 Lt~~ 69 Lt

„Belmonto nuotykių parkas“
Žemasis Pavilnys, Vilnius



www.laisvalaikiodovanos.lt/laisvalaikis



-41 %

Ekologiškas kiniškas masažas

~~100 Lt~~ 59 Lt

„QI ANMO“
Gedimino pr. 50/2, Vilnius



-30 %

Trijų dienų romantiškos SPA atostogos

~~700 Lt~~ 499 Lt

Sveiko grožio namai „Medea“
Sveikatos g. 34, Druskininkai



Akcija galioja
2014 m. liepos 4-10 d.

Dovanų kuponas galioja 12 mėnesių! | Daugiau informacijos www.laisvalaikiodovanos.lt/laisvalaikis

TELE *VIZIJA*

2014 m. liepos 4-10 d.

Asta ir Saulius -
sporto ir
televizijos suvesti

Stasio Žumbio nuotr.

Interviu su Asta ir Sauliumi - 68-69 p.

Televizijos plusai ir minusai pagal

Sandra Daukšaitė-Petrulėnė

Aktorė ir televizijos laidų vedėja **SANDRA DAUKŠAITĖ-PETRULĖNĖ** (32) kaip pagrindinį televizijos laidų trūkumą įvardija žemą programų kokybę. Moteris spėja, kad tam įtakos turi arba pinigų stygius, arba tokių šou paklausa. Vis dėlto, anot aktorės, pasitempti yra kur - ji tikisi, kad ateityje tiek laidos, tiek serialai nustebins gerąja prasme.



+ GYVENIMO BŪDO ŽURNALAI

Gyvenimo būdo žurnalus įdomu žiūrėti, yra įdomių pašnekovų, vedėjų.

+ SERIALAI

Juose dirba tikrai talentingi žmonės, kurie bando padaryti tai, ką įmanoma geriausia. Serialai tobulėja, kuriami geresni scenarijai. Deja, labai trūksta scenaristų. Čia gal ir yra silpnoji grandis. Bet pažanga matyti ir smagu, kad procesai vyksta gerąja linkme. Tikiuosi, kad kūrėjai neišsisems ir parodys ką nors naujo.

+ PROGRAMOS VAIKAMS

Savaitgaliais per Lietuvos televiziją rodo Brolių Grimų pasakas, jos yra didžiausias mūsų dukros džiaugsmas, ji visada jų laukia ir žiūri. Man keista, kad vaikams rodo „Simpsonus“. Tai lyg ir animacija, bet kai paklausai, apie ką ten kalba, supranti, kad gvildenamos temos nėra vaikiškos. Galėtų būti daugiau tokių laidų kaip „Gustavo enciklopedija“, pažintinių programų.

— PRAMOGINĖS LAIDOS

Pagrindinis tokių laidų tikslas yra žmonėms suteikti pramogą, tik jos mūsų televizijos kanaluose yra per daug banalios, paprastos. Pasigendu kokybės visur - tiek operatorių ir vedėjų darbe, tiek stiliaus, tiek turinio. Manau, kad dar yra kur kilti. Gal kalti finansai. Kita vertus, ne šiaip sau tokias laidas rodo per televiziją, gal didžiąją žiūrovų daugumą jų reikia.

— NELAIMIŲ ESKALAVIMAS

Nepatinka, kad komercinių kanalų žiniose iškart brukamos nelaimės, informacija apie kokias nors nesėkmes, nusižudymus ar avarijas. Juk žinių laikas yra tas metas, kai televizorių žiūri ir vaikai, tad tokios neigiamos naujienos nemalonios nuteikia. Maža to, jos dar ir pateikiamos skandalingai, atrodo, kad norima pašūrupinti žiūrovus. Su tinkin, kad turime žinoti tai, kas vyksta Lietuvoje ir pasaulyje tiek gero, tiek blogo, bet galima tai pateikti kaip nors kitaip, įdomiau, švelniau.

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

TRUMPAI



Šį sekmadienį TV3 jau šeštą kartą tradiciškai kviečia susiburti ir visiems drauge sugiedoti „Tautiška giesmė“. Šiemet Lietuvos himnas TV3 eteriye skambės tiesiogiai ne tik iš Vilniaus Vinco Kudirkos aikštės, bet ir nuo Palangos Birutės kalno. Į šventinį giedojimą susiburs projekto „Chorų karai“ dalyviai ir mėgstami eterio žmonės. „Tautiška giesmė“ drauge atliks **ASTOS PILYPAITĖS** vadovaujamas Alytaus choras „De Žavu“, Arno Švilpauko Kėdainių „Senamiesčio“ choras ir Stano vadovaujamas senjorų „Bočių“ choras.



Televizijos laidų vedėja ir prodiuserė **EDITA MILDAŽYTĖ** ėmėsi atsakingos veiklos - ji tapo viena iš „Dainų šventės“ režisierių. 90 metų mininės šventės akimirksnį visą savaitgalį bus tiesiogiai transliuojamos per Lietuvos televiziją. Renginį baigs sekmadienį vyksiantis koncertas Vingio parke „Čia mūsų namai“. Skaičiuojama, kad iš viso šiemet „Dainų šventėje“ dalyvaus 37 tūkst. dainininkų.

ETERIO ŽMONĖS



V. Musvydaite



Sporto žurnalistė Vlada Musvydaite nepabijojo išbandyti jodinėjimo sporto TV3 nuotr.



Įminti teniso gudrybes Vlada ir aktorius Leonardui Pobedonosceviui padėjo profesionali tenisininkė Lina Stančiūtė



Po pasivažinėjimo su lenktynininku Vytautu Švedu V. Musvydaitei skaudėjo visus raumenis

per pusmetį išbandė 20 sporto šakų

Televizijos laidų vedėja **VLADA MUSVYDAITĖ** (30) galėtų pretenduoti į Gineso rekordą kaip daugiausiai sporto šakų per pusmetį išbandžiusi moteris. Stojus prie TV3 laidos „Sportuok su mumis“ vairo, jai teko išbandyti bene viską, nuo slidinėjimo iki penkiakovės, nuo jojimo iki automobilių sporto - iš viso 20 sporto šakų.

Libiausiai V. Musvydaitei įsiminė pasiruošimas ir dalyvavimas Tarptautiniame žurnalistų ralyje. „Tai buvo pirmoji mano išbandyta sporto šaka, po treniruočių skaudėjo ne tik visus raumenis, visą kūną, bet ir buvo labai sunku emociškai. Nuo šiol galiu sakyti,

kad labai gerbiu lenktynininkus, nes jau žinau, kokia tai alinama, fizinio ir psichologinio pasirengimo reikalinga sporto šaka“, - apie patirtį lenktynėse pasakojo žurnalistė.

Daugiausia juoko jai sukėlė pamokos su profesionaliu lenktynininko Tomo Vaitkaus dviračiu, kuriose dalyvavo ir automobilių lenktynininkas, Dakaro ralio dalyvis Benediktas Vanagas. „Mūsų nuotykiams prasidėjo dar tada, kai vilkdami dviratininkų aprangą supainiojome, ką po ko reikia vilkti. Atrodytų, paprasčia, bet sunkiausia buvo pritvirtinti batus prie pedalų ir vėl juos atpalaiduoti. Šioje treniruočiame mus su Benediktu gelbėjo tik juokas ir gera nuotaika“, - sakė TV laidų vedėja.

Vis dėlto kiekviena pažintis su sporto šakomis ir jos atstovais, anot V. Musvydaite, buvo neįkainojama. „Atsimenu, kai Latvijoje nu-

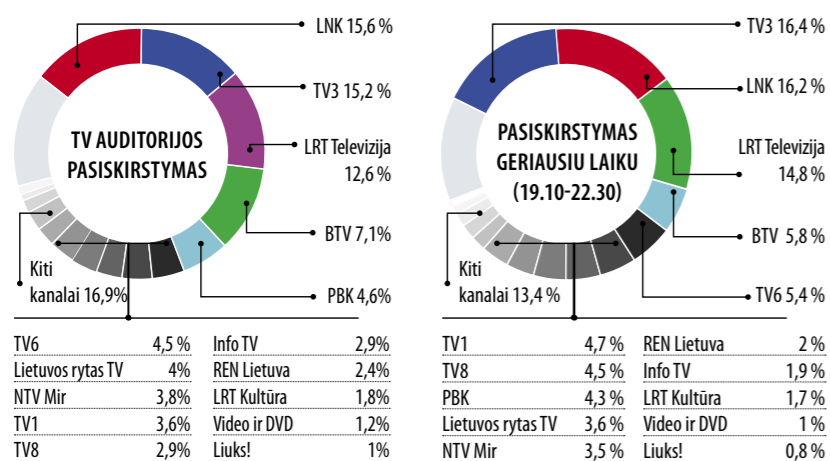
KAI NUSILEIDAU BOBSLĖJAUS TRASA, SAKIAU, KAD JAU SUPRATAU SAVO RIBAS IR NIEKO BAISESNIO NEGALĖČIAU PATIRTI

sileidau bobslėjaus trasa, sakiau, kad jau supratau savo ribas ir nieko baisesnio negalėčiau patirti. Bet ne veltui sakoma, kad neperšokus per duobę nereikia sakyti „op“! Paskui man teko ir žirgu joti, ir automobilių ralyje dalyvauti. Tada supratau, kad niekada negali žinoti, kas tavęs laukia“, - pasakoja žurnalistė.

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

REITINGAI

TV AUDITORIJA



TV TOP10

Nr. Laida	TV	Reitingas
1 PASAULIO FUTBOLO ČEMPIONATAS/ MEKSIKA-OLANDIJA	LRT	6,7
2 ŠEIMŲ ŠVENTĖ	LNK	6,5
3 LIETUVOS KOMIKO VAKARAS 2014	TV3	6,5
4 Žinios 18:30	LNK	5,9
5 SPĄSTAI TĖVAMS	TV3	5,7
6 TELELOTO	LNK	5,7
7 TV3 VAKARO ŽINIOS	TV3	5,5
8 POLICIJOS AKADEMIJA IV. CIVILIAI PATRULIAI	LNK	5,4
9 PASAULIO FUTBOLO ČEMPIONATAS/ BRAZILIJA-ČILĖ	LRT	5,4
10 KVAILIŲ AUKSAS	LNK	5,3

Duomenys: TNS LT, 2014 birželio 23-29 d.



Skirtingų komandų palaikymas sporto varžybose sporto žurnalistams sutuoktiniams Astai ir Sauliui Nalivaikams namie nesutarimų nesukelia
Stasio Žumbio nuotr.

Asta ir Saulius - sporto fanatikai po vienu stogu

Beveik prieš metus susituokę LNK sporto žinių vedėja **ASTA ŽUKAITĖ-NALIVAIKIENĖ** (28) ir sporto komentatorius **SAULIUS NALIVAİKA** (29) prisipažįsta, kad šiandien jų gyvenimo ritmą diktuoja futbolas. Sporto fanatikais save vadinantys Asta ir Saulius nepraleidžia nė vienų rungtynių, o romantišką vakarienę mielai iškeičia į varžybų žiūrėjimą. Pora įsitikinusi: bendras pomėgis juos ne tik suvedė, bet ir padeda kurti tvirtus tarpusavio santykius.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

- Futbolas dabar jūsų darbas ar laisvalaikis?

Asta: Visas mano gyvenimas. Visa galva esu į jį pasinėrusi, tai ir darbas, ir laisvalaikis, ir mintys, ir emocijos - viskas, kuo gy-

venu. Gal kažkam gali nuskambėti keistai, bet mes tokie.

Saulius: Net ir susitikimai su draugais yra tik dėl futbolo. Juk toks mėnuo būna tik kartą per ketverius metus.

- Sergate už tas pačias komandas ar už skirtingas?

Asta: Nežiūrimė čempionato tik dėl to, kad palaikome kurią nors komandą. Tai reiškinys, kurio negalima praleisti. Tiesa, turime savo favoritus, kurie nesutampa, bet dėl to jokių nesutarimų kol kas nebuvo.

- Kokios dar sporto šakos jus domina?

Asta: Labai daug. Pavyzdžiui, mane domina dailūs čiuožimas. Meilė šiai sporto šakai dar labiau sustiprėjo po to, kai pati sudalyvavau LNK projekte „Šokiai ant ledo“. Tai yra viena mėgstamiausių mano sporto šakų. Kai žiemą vyksta čempionatai, man tai suteikia daug džiaugsmo. Apskritai esame sporto fanatikai. Nors gal daugeliui, žiūrint į mane ekrane, gali pasirodyti, štai atėjo blon-

JEI ŠALIA MANĖS BŪTŲ ŽMOGUS, NESIDOMINTIS SPORTU, JAM BŪTŲ LABAI SUNKU
SAULIUS NALIVAİKA

dinė mergaitė ir perskaitė kitų surašytą tekstą, bet mano darbas nėra vien pasėdėti priešais kamerą. Priešingai - mano svarbiausia darbo dalis vyksta už kadro. Pati ieškau informacijos, sprendžiu, koks bus turinys, rašau tekstus, montuoju reportažus.

- Buvai susidūrusi su tokiais stereotipu, kad blondinė ir sportas nesuderinami dalykai?

Asta: Kai pradėjau dirbti šį darbą, nebuvau blondinė. Plaukų spalvą pakeičiau vėliau. O dabar savo bendruomenėje esu gerai žinoma, jaučiu jos pagarbą ir su tokiais stereotipais nebesusiduriu.

Saulius: Tiems, kurie Astos nepažįsta,

gali taip pasirodyti, bet ilgainiui supranti, kad sporto pasaulyje neišsilaikytum, jei būtum vien gražus.

- Galima sakyti, kad jus suvedė sportas?

Saulius: Tikrai taip, susipažinome sporto televizijoje.

- Ar sportas dažna tema jūsų namuose?

Asta: Neišvengiama. Nors turime ir savų rūpesčių, kasdienių aktualijų, sportas - viena pagrindinių temų. Mes diskutuojame, ginčijamės, jei rungtynes žiūrime atskirai, susitiek būtinai aptariame.

- Ar patariate vienas kitam darbo klausimais?

Asta: Galima sakyti - taip. Kartais net juokauju, kad jis yra mano didžiausias patarėjas, vadybininkas. Nėra žmogaus, kuris šitiek prisidėtų prie mano darbo. Sauliaus patarimai yra labai vertingi.

Saulius: Taip yra tik dėl to, kad noriu iš jos išspausti maksimumą. Esu maksimalistas. Pats blogiausias dalykas, kai televizijoje matai „chalturą“. Manau, reikia gerbti savo žiūrovą ir darbą padaryti kokybiškai. Todėl natūralu, kad į kiekvieną niuansą žiūriu preciziškai. Bet mano patarimai dažniausiai būna techniniais klausimais. Visa kita Asta ir pati gerai išmano.

- Tau neklūva, kad sporto žinių vedėjų kėdes užima moterys?

Saulius: Visame pasaulyje sporto žinias dažniausiai skaito moterys. Juk ši tema skirta vyriškai auditorijai, todėl natūralu, kad tokias naujienas pristatyti pasirinkta dailiosios lyties atstovė.

- Kas jus atvedė į sportą?

Asta: Mane - tėtis. Jis buvo pats didžiausias sporto fanatikas. Nuo pat mažų dienų domėjausi sportu, daug sportavau, natūralu, kad tai jaujo į kraują. Tačiau visada maniau, kad tai liks tik mano laisvalaikis. Buvo smagu, kad mokykloje turėdavau apie ką padiskutuoti su vaikinais. Tai, kad atsidūriau sporto žurnalistikoje, man buvo netikėta, nors dabar suprantu, kad esu ten, kur ir turiu būti.

Saulius: Aš neturėjau tokio tikslo - tapti sporto žurnalistu. Kai buvau vaikas, domėjausi sportu, smaigydavau į žemėlapi vėliavėles, kai vykdavo pasaulio ar Europos čempionatai, rašydavau rezultatus, juk interneto dar nebuvo. Tai buvo mano hobis. Paskui viskas susidėliojo natūraliai. Atsirado sporto televizija, pradėjau dirbti ir štai esu ten, kur esu.

- Ar daug rutinos jūsų darbe?

Saulius: Jos visiškai nėra. Šis darbas ir yra specifinis tuo, kad negyvename nuolatiniu ritmu - mes neturime šeštadienių ar sekmadienių, neturime laisvų vakarų ir darbo nuo aštuonių iki penkių. Net savo gyvenimo tam tikrus momentus deriname prie sporto įvykių. Kai planavome vestuves, žiūrėjome, kad tuo metu nevyktų jokie čempionatai.

Asta: Taip, šią vasarą jau nebūtų pavykę. (*Šypsosi.*)

- Ar patys sportuojate?

Saulius: Žaidžiame tenisą.

Asta: Aš pusę metų atidaviau dailiajam čiuožimui, žiūrėsime, kokio sporto imsiuosi dabar. Nueiti į sporto klubą man neužtenka, reikia adrenalino.

- Turite svajonių, ambicijų nuvažiuoti į kokį nors čempionatą?

Asta: Pusė tų svajonių jau išsipildė.

Saulius: Buvau Londono olimpiadoje, tai buvo įsimintiniausias įvykis. Manau, ir Asta turėtų nuvažiuoti, kad suprastų, kas tai per renginys. Buvo labai įspūdinga.

Asta: Smagu, kad sporto dėka mums tenka daug pakeliauti po pasaulį tiek asmeniniai,

tiek darbo tikslais - Jungtinės Amerikos Valstijos, Kanada, Venesuela, Maskva. Bet svajonių, tikslų - dar daugybė. Dabar, stebint pasaulio futbolo čempionatą, taip norėtusi atsidurti ten.

Saulius: Kitiems gali pasirodyti, kad dirbame svajonių darbą - keliaujame, žiūrime sporto varžybas ir dar algą už tai gauname, bet, kad tai pasiektum, turi daug dirbti, domėtis, skaityti, turi tuo gyventi. Dažnai net mūsų atostogos būna skiriamos vienam ar kitam sporto įvykiui. Kartais nežinau, ar aš dirbu, ar ne.

- Randate laiko sau?

Asta: Vėlai vakarais.

Saulius: Taip, štai neseniai ėjome į kiną, nes spėjome padaryti visus darbus. Turime laiko, bet jei šalia manęs būtų žmogus, nesidomintis sportu, jam būtų labai sunku. Dažnai tenka iš kolegų girdėti, kad jų žmonos dirba nuo aštuonių iki penkių ir vakarais nori vyro namie, o sportas juk vyksta vakarais.

FUTBOLAS DABAR YRA IR MANO DARBAS, IR LAISVALAIKIS, IR MINTYS, IR EMOCIJOS - VISKAS, KUO GYVENU
ASTA ŽUKAITĖ-NALIVAİKIENĖ

- Jums bendra kritika padeda?

Asta: Bent jau kol kas santykiams tikrai padeda.

- Tai nesutiktumėte su tuo posakiu, kad priešingybės traukia?

Asta: Sutinkame, nes kaip asmenybės esame visiškos priešingybės. Bet turime bendrą sritį, kuri mus vienija.

Saulius: Žmogaus smegenys veikia dviem frontais - racionaliuoju ir emocionaliuoju. Tai mūsų poroje aš esu ta racionalioji pusė, o Asta - emocionalioji.

- Emocionaliai žiūrite varžybas?

Asta: Taip, bet jei tuo metu dirbu, reaguju profesionaliai.

Saulius: Dirbome, kai 2011 m. Europos krepšinio čempionate lietuviai žaidė su Makedonija. Asta kalbino žaidėjus po rungtynių. Natūralu, kad po to pralaimėjimo ašaros vyrėjo kaip pupos, interviu neįvyko, bet ne dėl jos kaltės - žaidėjams buvo per sunku. Tad į tokius įvykius tikrai reaguoji.

- Bet lėkštės namuose dėl kokios nors komandos pralaimėtų rungtynių neskraido?

Asta: Ne, lėkštės neskraido. Tos emocijos nepereina į pyktį, greičiau - į liūdesį.

Žinomos Holivudo nėštukės karjeroje daro pertrauką

Kol vienos Holivudo kino gražuolės pristato filmų premjeras, kitos mėgaujasi šeimos pagausėjimo laukimu. Pristatome aktorės, kurios atidėjo filmavimus ir kol kas ruošiasi bene svarbiausiam savo gyvenimo vaidmeniui - motinystei.



MILÁ KUNIS (30)

Gegužę M.Kunis viešai ne tik patvirtino spėjimus apie nėštumą, bet ir sukėlė gandų apie savo ir vaiko tėvo aktorius Eštono Kačerio (Ashton Kutcher, 36) sužadėtuves.

Daugiau apie savo gyvenimą M.Kunis nesipasakojo, tik išsidavė, kad vaikas gimti turėtų dar šiais metais ir pora jau yra išrinkusi vardą.



HEIDEN PANETJĖ (Hayden Panettiere, 24)

Netrukus mamytė taps ir boksininko Vladimiro Klyčko (38) sužadėtinė H.Panetjė. Dar prieš metus Holivudo gražuolė prisipažino, kad svajoja apie šeimą. „Jaučiuosi taip, lyg būčiau gimusi tapti motina. Manau, vaiko gimimas ir auginimas yra pats gražiausias dalykas gyvenime. Ir nėra nieko, ko negalėčiau suderinti su motinyste“, - sakė aktorė.

H.Panetjė ir V.Klyčko susipažino dar 2009 m. Po poros metų juodu išsiskyrė, o 2013 m. vėl susijė ir susižadėjo.



KRISTINA RIČI (Christina Ricci, 34)

Holivudo žvaigždė K.Riči ir jos vyras operatorius Džeimsas Herdegenas (James Heerdegen) paviešino žinią, kad laukiasi pirmagimio. Juodu susituokė praėjusių metų rudenį. Pora susipažino kino filmavimo aikštelėje 2011 m.

Šiuo metu aktorė atsisakė visų projektų, kad galėtų ramiai laukti gimdymo, o vėliau prižiūrėti vaiką.



SKARLET JOHANSON (Scarlett Johansson, 29)

Nors aktorė S.Johanson neatskleidžia, nei kada numatomas gimdymas, nei kokias bus vaikelio lytis, nebėra jokių abejonių, kad ji laukiasi pirmagimio. Vaiko tėvas - kino žvaigždės sužadėtinis žurnalistas Romanas Duriakas (Romain Dauriac, 32).

Skarlet ir Romanas kartu viešai pasirodė prieš porą metų, o praėjusių metų rugsėjį susižadėjo. Tai bus antroji aktorės santuoka. Prieš tai moteris buvo ištėkėjusi už aktorius Rajeno Reinoldso (Ryan Reynolds). Juodu 2011 m. - po trejų bendro gyvenimo metų - pasuko skirtingais keliais.

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

Ir juokingas, ir graudus „Ilgas kelias žemyn“

Atlikėja IEVA NARKUTĖ (27) visada sako, jos dainos nėra vien liūdnos ar neviltingos, kurdama stengiasi įdėti lengvos ironijos ir šypsenos. Galbūt todėl leva, sutikusi tapti „Laisvalaikio“ kino kritike, pasirinko filmą, kuriame kaip ir jos kūryboje telpa visas emocijų spektras, juokas ir ironijos prieskonis. Taigi, „Ilgas kelias žemyn“ su leva.

Eimantė JURŠĖNAITĖ

- Koks tas „Ilgas kelias žemyn“?

- Tai juodojo humoro komedija, kurią žiūrėdama daugiau verkiau nei juokiausi. Viskas prasidėjo labai smagiai, paradoksaliai ir lengvabūdiškai, o galiausiai yra gilinama į skaudesnius dalykus. Tai juodojo humoro komedija, kurioje aštriai pasijuokiamas ir kiek pasišaipoma iš skaudžių gyvenimo patirčių: ligų, netekčių ir panašiai. Filme per dantį traukiamos net ir beviltišiausios situacijos, kurios nėra tokios beviltiškos, jei randi komandą. Šiame filme skambėjo frazė: „Nors mes ir nevykėlių komanda, pati prasčiausia komanda, mes vis tiek - komanda.“ Šis jausmas net ir juodžiausioje situacijoje labai teigiamai nuteikia. Apskritai filme plati emocijų amplitudė: nuo skambaus juoko iki susigraudinimo. Kartais ganėtinai jautriai reaguojau į filmus, tad paašarojau, tačiau filmas padarė gerą įspūdį.

- Kuri scena padarė didžiausią įspūdį?

- Filme daug įsimenančių scenų: ir labai juokingų, ir labai liūdnu. Net pati pirmoji, kurioje Pirsas Brosnana (Pierce Brosnan) herojus ant stogo rūko „paskutinį“ gyvenime cigarą ir išgirsta nepažįstamą balsą, klausiantį, ar jis ilgai užtruks, nes ne vienas turi panašių planų. (Juokiasi.)

- Kuris aktorius vaidino įsimintiniausiai?

- Išskirčiau du aktorius. Iki šiol į Pirsą Brosnaną žiūrėjau skeptiškai, nes dažniausiai



Filmas „Ilgas kelias žemyn“ Ievą Narkutę ir pralinksmino, ir sugraudino. Stasio Zumbio nuotr.

vaidindavo ne visai mano mėgstamo stiliaus filmuose, tačiau šiame jis atsiskleidė nauju amplua ir maloniai nustebino. Įtikinamai suvaidino Imodžen Puts (Imogen Poots) - siaubingai graži ir visuomet labai įdomi, pašėlusiai apsirengusi.

- Kam rekomenduotum pažiūrėti šį filmą?

- Komedijos žanras priimtinas ir mėgstamas daugelio, todėl „Ilgas kelias žemyn“ būtų įdomus visokio amžiaus žmonėms, turintiems skirtingų pomėgių. Kaip aš sakau, jaunam, suaugusiam ir vyresniam. (Juokiasi.) Gvildenamos temos taip pat aktualios ir suprantamos visoms amžiaus grupėms.

Tiesa, svarbu suprasti ironiją ir sarkazmą, mokėti pasijuokti iš savęs. Nesuprantančius aštraus humoro juokas iš skaudžių gyvenimo išbandymų, pavyzdžiui, vėžio, gali žesiti, ypač turinčius tokios patirties. Autoironija taip pat reikalinga, norint suprasti pagrindinę filmo mintį.

„Ilgas kelias žemyn“

- **Žanras:** komedija, drama, Didžioji Britanija
- **Režisierius:** Pascal Chaumeil
- **Vaidina:** Pierce Brosnan, Imogen Poots, Aaron Paul, Rosamund Pike ir kiti

FILMO „ILGAS KELIAS ŽEMYN“ PLIUSAI MINUSAI

- + „Ilgas kelias žemyn“ - juodojo humoro komedija, kurioje neengiamai pasišaipyti iš skaudžių, sunkiai ištvėriamų dalykų - netekčių, ligų. Kartu parodoma, kad net beviltiškos situacijos nėra tokios beviltiškos, ypač jei randi bendraminčių.
- + Filmas pakelia upą ir priverčia kitokiomis akimis pažvelgti į aplinkinius.

- Filme minėta, kad pagrindinius veikėjus nuo savižudybės išgelbėjo angelas, atrodantis kaip nuogas Metas Deimonas. Manau, ne aš viena tikėjau pamatyti Šaunųjį ir įtaigųjį angelą, tačiau jo taip ir neparodė. (Juokiasi.)

KAVINĖS, BARAI, RESTORANAI

Žalio maisto restoranai, Raw Home, Raw 42, Forest, Restoranai, Forest: sezoniška, Alaus darykla, Vyno sandėlis, Kinų japonų restoranai, Picerija, Pizza to go, Restoranai, Basilico, Restoranai, Salvete, Nautilus laisvalaikio namai

Restoranai, Pas Ta, Gedimino durys, Baras, Roast&Beer, Gruzinių restoranai, Genacvale, Barai, Olymp Lounge, Restoranai, Tifliski Dukani, Restoranai, Sole Respublika, Alaus darykla, Vyno sandėlis, Kinų japonų restoranai, Picerija, Restoranai, Esse, Restoranai, Gusto blyninė, Restoranai, Europub Skyčia, Restoranai, Da Antonio, Restoranai, Narutis, Restoranai, Ida Basar

Čagino restoranai, Neringa, Vyninė, St. Michel, Restoranai, Pomodoro, Picerija, Fokus pica, Restoranai, St. Valentino, Restoranai, Pekinas, Restoranai, California, Restoranai, Belgai, Restoranai, Terrazza, Restoranai, Esse, Restoranai, Gusto blyninė, Restoranai, Perfect, Restoranai, Europub Skyčia, Restoranai, Da Antonio, Restoranai, Yakata, Restoranai, Europa

Restoranai, City Cafe, Restoranai, Legenda, Restoranai, Svarstyklės, Picerija, Arena Pizza, Kavinė, Bella Italia, Kavinė, Kavos klubas, Restoranai, Papa Jazz, Restoranai, Naujieji rytai, Kinų restoranai, Kinų smuklė, Kavinė, Lokio pastogė, Viešbutis, Dvaras, Restoranai, Vikingsas, Restoranai, Senieji rūšiai, Restoranai, Yakata, Restoranai, Europa

MEDICINA: Implantacijos ir odontologijos klinika, Era Esthetic lazerinės dermatologijos klinika, GK klinika, Lazerinės estetikos klinika, Odontologijos klinika, Sv. Kristoforo odontologijos klinika, Mano miesto odontologijos klinika

TRANSPORTO PASLAUGOS: Svari Auto, NESTE OIL, Vilnius veža, Automobilių švaros centras, Tekstilinė automobilių plovykla, Mityba-sportas, Relaksacinis plūduriavimo terapijos centras, Reabilitacijos ir sveikatingumo centras, Sanatorija, Sveikatingumo centras

MAISTO PREKĖS IR GĖRIMAI: Maisto produktų krautuvė, MV gėrimų parduotuvė, Parduotuvė-kavinė, Krautuvė, Buon Giorno, Vyno ir gardesnių parduotuvė, Parduotuvė, Ekologiškų produktų parduotuvė, Konditerijos gaminiai

SPORTO PRAMOGOS: Sporto ir laisvalaikio prekių parduotuvė, Smalinių kartodromas, Europos centro golfo klubas, Dažasvydžio sporto klubas, Pramogų pasaulis

KITOS PREKĖS: Smilefoto, Grantus, MV gėrimų parduotuvė, VideoLine, Copy, Zana, Aistra, Yamaha

UGDYMAS: Interjerinių lielių gaminimo kursai, Senamiesčio lėšs, Privatus vaikų darželis, Auguec, Artūro Noviko džiazo mokykla, Irklakojis, Raganukės teatras, Kauo mažasis teatras, Kauo valstybinis muzikinis teatras, Šokių studija, Šiaulių dramos teatras, Klaipėdos valstybinis muzikinis teatras, Šokių studija, Sokia teatras

ŠOKIŲ STUDIJOS: Šokių studija, Antdancehouse, Laisvalaikio centras, Muzos, Indance, Šokių ir laisvalaikio studijos, Šokių studija, Re-Public, Šokių ir laisvalaikio centras, Štilius

TEATRAS: Senamiesčio lielių teatras, Teatras, Vilniaus kamerinis teatras, Užupio teatras, Teatras, Cezario grupė, Anželikos Cholinos šokių teatras, Valstybinis Vilniaus mažasis teatras, Gyčio Ivanausko teatras, Improvizacijų teatras, Spektaklis, Tėtis, Keistuolių teatras, Lietuvos rusų dramos teatras, Teatras vaikams, Kauo mažasis teatras, Kauo valstybinis muzikinis teatras, Šokių studija, Šiaulių dramos teatras, Klaipėdos valstybinis muzikinis teatras, Šokių studija, Sokia teatras

KINAS: Kino teatras, Multikino, Cinama, Forum Cinemas, Kino centras, Skalvija

KONCERTAI, RENGINIAI: Verslo ir lyderystės mokymai, Koncertų organizatorius, Koncertai, Bardai Lt, Lietuvos nacionalinė filharmonija, Lietuvos valstybinis simfoninis orkestras, Klaipėdos koncertų salė, Ekspozicijų centras, Bušido federacija

KELIONIŲ AGENTŪROS: Išskirtinių kelionių organizatorius, Kelionių agentūra, Kelionių agentūra, Kelionių agentūra, Turizmo agentūra, Kelionių agentūra, Kelionių agentūra, Delta Interservis

SVEIKATINGUMO PASLAUGOS: Mityba-sportas, Relaksacinis plūduriavimo terapijos centras, Reabilitacijos ir sveikatingumo centras, Sanatorija, Sveikatingumo centras

Automobilių nuoma, Easy Rental, Automobilių nuoma, Hertz

SPORTO PRAMOGOS: Sporto ir laisvalaikio prekių parduotuvė, Smalinių kartodromas, Europos centro golfo klubas, Dažasvydžio sporto klubas, Pramogų pasaulis

UGDYMAS: Interjerinių lielių gaminimo kursai, Senamiesčio lėšs, Privatus vaikų darželis, Auguec, Artūro Noviko džiazo mokykla, Irklakojis, Raganukės teatras, Kauo mažasis teatras, Kauo valstybinis muzikinis teatras, Šokių studija, Šiaulių dramos teatras, Klaipėdos valstybinis muzikinis teatras, Šokių studija, Sokia teatras

TEATRAS: Senamiesčio lielių teatras, Teatras, Vilniaus kamerinis teatras, Užupio teatras, Teatras, Cezario grupė, Anželikos Cholinos šokių teatras, Valstybinis Vilniaus mažasis teatras, Gyčio Ivanausko teatras, Improvizacijų teatras, Spektaklis, Tėtis, Keistuolių teatras, Lietuvos rusų dramos teatras, Teatras vaikams, Kauo mažasis teatras, Kauo valstybinis muzikinis teatras, Šokių studija, Šiaulių dramos teatras, Klaipėdos valstybinis muzikinis teatras, Šokių studija, Sokia teatras

SEB LAISVALAIKIO KORTELE GALIMA UŽSISAKYTI Bet kuriame SEB banko skyriuje. Naujos kortelės kaina - 150 Lt. Kortelės galiojimo laiko pratęsimo kaina - 75 Lt.

SEB LAISVALAIKIO KLUBO PROJEKTO VADOVĖS Jurgita Gričiūtė. Tel. (8 5) 212 33 44. El. p. club@respublika.net

SEB LAISVALAIKIO KLUBAS A.Smetonos g. 2, LT-01115 Vilnius. INFORMACIJA INTERNETE www.laisvalaikis.lt

Rašykite club@respublika.net TURITE PASIŪLYMŲ, KUR GALETŲ BŪTI TAIKOMI „LAISVALAIKIO“ NUOLAIDA? Rašykite club@respublika.net



LIEPOS 4-10 DIENA

Astrologė Daiva Kristina Markauskienė

Kviečiu save geriau pažinti Astrologijos kursuose Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje

www.dharma.lt, daiva@udumbara.lt



Pentadienis - aštroka diena, netinkama svarbiems darbams, susitikimams, linksmybėms. Reikalai gali pakrypti netikėta linkme. Tausokite santykius, venkite agresijos, atsargiau vairuokite.

Šeštadienis taip pat netinka švęsti, gausiai bendrauti. Geriausia bus, jei ramiai grožėsitės gamta, ramiai poilsiausite su partneriu, tvarkysitės, gražinsite namus, aplinką.

Sekmadienį ryte gali būti painiavos, nesusipratimų, popietė po 15 val. visai nebloga kultūros renginiams, draugiškiems susitikimams, poilsiui, pirčiai.

Pirmadienis - puiki diena verslo operacijoms, pirkiniams, ypač elektronikos, sveikatai stiprinti, aistringam meilės pasimatymui. Vakaras - dvasinėms praktikoms.

Antradienis - gana kovinga, dirgloka diena. Ji bus nebloga, jei nedarysite neapgalvotų veiksmų (o polinkis bus), atsargiau vairuosite. Genialių idėjų realizavimą atidėkite rytojui.

Trečiadienis - puiki diena kelionėms, pristatymams, šventėms, kultūros renginiams, sutartims pasirašyti, persikraustyti, kreiptis į svarbius asmenis. Jei norite sėkmės, ir patys būkite atjaučiantys, pozityvūs.

Ketvirtadienis - puiki diena svarbiems darbams, sutartims, kultūros renginiams, kelionėms, dvasinėms praktikoms, ilgam įtvirtinti tai, ką norite.

GERIAUSIOS DIENOS: 7, 9, 10.

BLOGIAUSIOS DIENOS: 5, 6 (IKI 15 VAL.).



AVINIUI

Penktadienį sunku bus suderinti šeimą ir darbą. Pirmadienis puikus pažintims. Antradienį ramiau reaguokite į namiškius - trečiadienį išspręsite šeimos problemas.



JAUČIUI

Penktadienis bei antradienis nelabai tinkami kelionėms, užtat pirmadienis puikus meilei, partnerystei, pirkiniams, trečiadienis - ir kelionėms, ir partnerystei stiprinti.



DVYNIAMS

Jei penktadienį bei antradienį neišlaudosite, trečiadienį galėsite gerokai papildyti pinigine. Pirmadienis puikus meilės pasimatymui, partnerystei stiprinti.



VĖŽIUI

Penktadienį sudėtinga bus suderinti savo ir partnerio interesus, antradienį reikalingas draugų palaikymas. Venkite dramatiškumo, trečiadienį viskas išsispręš kuo puikiau.



LIŪTUI

Savaitgalį bei antradienį patausokite sveikatą, nesivelkite į intrigas. Trečiadienis bei ketvirtadienis puikus meilei, kūrybai, dvasinėms praktikoms.



MERGELEI

Penktadienį nepriekabiokite prieš mylimą žmogų. Pirmadienį gali kilti nebūgų darbo, verslo idėjų. Bendravimą ir pažintis nukelkite iš antradienio į trečiadienį.



SVARSTYKLĖMS

Penktadienį labai prireiks jūsų įgimtos diplomatijos. Pirmadienis puikus kelionėms, partnerystei, pristatymams. Antradienį nesivelkite į ginčus, trečiadienis palankus darbo reikalams.



SKORPIONIUI

Planuokite keliones, susitikimus - tik ne penktadieniui ar antradieniui. Pirmadienis puikus tvarkyti verslo reikalus. Trečiadienis - pasirašyti svarbias ilgalaikes sutartis, vykti į kelionę.



ŠAULIUI

Susilaikykite nuo išlaidavimo, lošimų, spekuliacijų, ypač penktadienį bei antradienį. Trečiadienis bei ketvirtadienis - puikios dienos įgyvendinti sumanymus, tik per daug nesiviešinkite.



OŽIARAGIUI

Penktadienį nebūkite per daug niūrus partnerio atžvilgiu, antradienį lengviau žiūrėkite į namiškių staigmenas. Trečiadienį viskas išsispręš kuo puikiau.



VANDENIUI

Patausokite sveikatą, išsiaiškinkite būdą, kaip „nukrauti“ įtampą dėl skubėjimo, daugybės reikalų. Pirmadienis puikus meilei, pažintims, trečiadienis - įtvirtinti karjerą.



ŽUVIMS

Įtampos, netikėtų gali kelti mylimas žmogus, vaikai. Pirkiniams geras pirmadienis, bet antradienį neišlaidaukite. Trečiadienis puikus meilei, kūrybai, pristatymui, kelionėms.

LAISVALAIKIS SVEIKINA



Krepšinio treneris Gintaras Krapikas 1961 07 06



Modelis Jurgita Tvarijonaitė 1976 07 07



Dizainerė Jolanta Talaikytė 1963 07 08



Aktorė Agnė Grudytė 1986 07 09

Horoscope grid with zodiac signs and dates from July 4 to July 10.

Parengė žurnalo „oho“ redakcija

Teisingai išsprendę kryžiažodį galite laimėti soliariumų studijos „Equador“ abonementą



Atsakymą į kryžiažodį iki liepos 8 d. siųskite SMS žinute numeriu 1390. Rašykite: LV KR, atsakymą, vardą, pavardę ir miestą. Žinutės kaina - 1 Lt. Praeitą kryžiažodžio laimėtojas RIMANTAS DOVYDĖNAS iš Trakų. Jam bus įteiktas „Equador“ abonementas. Dėl prizų traukintės telefonu Vilniuje 212 36 26, Kaune 20 80 14. Prizai laikomi tik dvi savaites.

Kryžiažodžio, išspausdinto praėjusiame numeryje, atsakymai:

- Vertikaliai: Pensakola. Ruopis. Tilaka. Arda. Varėna. Primas. Rod. Kalija. Krokas. Opi. Gija. Buomas. Snau. Oja. Šortai. Spa. Na. Lemtas. Skauda. Biržai. Kraitės. Telfonas. Kraikas. Vėdrynas. Plautas. Gonas. Sadutės. Ms. Patas. Saturnas. Dėl. Erės. Pašok. Asilena.
Horizontaliai: Vagonetė. PE. Antalija. Edgar. Sirija. Frotė. Alėja. Blynas. Kana. Lionas. Šoka. Šernas. La. Bomžas. SA. Kurtas. AS. Šprotai. Sto. Romas. Pauk. Graikai. KLD. Urmas. Krauna. Kodas. Srautas. Pas. Skaitėsi. Spaikas. Astronautas. De. Opa. Dės. Mėn. Kurdiukas. Asla.
Pažymėtuose langeliuose: KINIVARPA.

SENTENCIJA

„KAS NEBUVO PRADĖTA ŠIANDIEN, TAS NIEKAD NEBUS BAIGTA RYTOJ“

J.V.GĖTĖ

SUDOKU section with four sudoku puzzles and a logo.

Galvosūkių, išspausdintų prieš savaitę, atsakymai. Parengė „Galvosūkių klubas“



PAPUOŠĖ. Garsiosios Leonardo da Vinčio „Monos Lizos“ kopija papuošė pastatą Vokietijos Holfeldo mieste.

REKORDAS. Vokiečio Andrejaus Skalos (Andreas Skala) iš Heningsdorfo (Vokietija) surinkta policijos pareigūnų kepurių kolekcija įtraukta į Gineso rekordų knygą kaip didžiausia policininkų kepurių kolekcija pasaulyje. Joje – 2280 policijos pareigūnų kepurė.



ANEKDOTAI

Pasipiktinęs keleivis skundžiasi geležinkelio stoties darbuotojui:

- Kokia prasmė vis spausdinti ir spausdinti naujus tvarkaraščius, jei jūsų traukiniai nuolat vėluoja?

- O kaip žinosite, kad traukinys vėluoja, jei nebus tvarkaraščio?

Mokytojas baro vėluojantį mokinį:

- Na ir kur tu buvai? Pamoka prasidėjo prieš pusvalandį!

- Žmogus gatvėje pametė 100 litų...

- Ir tu padėjai jam jų ieškoti? - apsidžiaugia mokytojas.

- Ne, stovėjau ant banknoto kol jis nuėjo.

Trys pelės bėga nuo katino. Staiga viena apsisuka ir ima loti šuns balsu. Išsigandęs katinas kaipmat nulėkė šalin. Kitos dvi pelės su nuostaba susižvalgo ir viena sako kitai:

- Tikrai apsimoka mokytis užsienio kalbų....

Gydytojas pacientui:

- Jūs labai smarkiai sergate.

- Norėčiau dar vienos nuomonės apie save, - nesutinka pacientas.

- Puiku, jūs taip pat labai negražus.

Meilė yra ilgas ir saldus sapnas, o santuoka - geriausias žadintuvas.

Kalbasi dvi biuro darbuotojos. Viena giriasi, kad gali bet kada gauti laisvą dieną. Antroji netiki, todėl pirmoji nusprendžia viską parodyti ir nagais įsikabina į lubas. Atėjęs viršininkas nustumia ir klausia, kodėl darbuotoja taip daro.

- Aš lėmputė, - skubiai atsako ši.

- Jums nuo darbo visai stogas pavaziavo. Eikit namo ir pailsėkit dienele, - atsako vadovas.

Pirmoji patenkinta eina iš biuro, paskui ją seka ir antroji darbuotoja.

- O jūs kur einate? - piktinasi viršininkas.

- Aš juk negaliu dirbti tamsoje.



DVIRATIS. Vokietis dviračių dizaineris ir kūrėjas Dyteris Senftas-Didi (Dieter 'Didi' Senft) pristatė savo naujausią kūrinį - popkaraliaus M. Džeksono penktosioms mirties metinėms paminėti skirtą dviratį. Dviratis su 4,5 m aukščio skulptūra-siluetu išsiskiria ir tuo, jog važiuojant groja M. Džeksono melodijas.

Pristatome „kvėpuojančius“ spalvotus kontaktinius lęšius

AIR OPTIX® COLORS

Daugiau, nei tikiesi

AIR OPTIX® COLORS – naujas spalvotų kontaktinių lęšių standartas – ne tik gražu, bet ir patogiu.

NAUJIENA



Paryškink savo žvilgsnį su „Gemstone Green“



Galimos 9 spalvos su arba be regėjimo korekcijos.

NAUJŪJŪ spalvotų kontaktinių lęšių
AIR OPTIX® COLORS
ieškokite optikos salonuose

LIVE NATION LIETUVA IR EXIT VILNIUS PRISTATO

JAMES ZABIELA

DIDŽIOJI BRITANIJA

IGNAS
DONATELLO
KANDY KILLERS
PERFURO

TRAKŲ PILIS

2014 LIEPOS 11 D.
PENKTADIENIS

BILIETAI BRANGS 

PARTNERIS **DELFI**

TICKETPRO

TAVO BILIETAS Į PRAMOGŲ PASAULĮ



Grand show 2014

SEL

LIEPOS 5 D. Vasaros estrada, Klaipėda



Stebėkitės su

OTTO KNOWS

RUGPJŪČIO 8 D. Trakų pilis, Trakai



Didžiausias pasauliulyje Pink Floyd šou

BRIT FLOYD

SPALIO 3 D. Žalgirio arena, Kaunas



Didžiausias Kalėdinis renginys Lietuvoje

LEDYNMETIS

GRUODŽIO 12-14 D. Žalgirio arena, Kaunas

TICKETPRO

www.ticketpro.lt

TOP
3



Muzika susaugusiems

SAULIUS PRŪSATIS

LIEPOS 10 D. Trakų pilis, Trakai



Viena populiariausių pasaulio atlikėjų

KYLIE MINOGUE

SPALIO 31 D. Žalgirio arena, Kaunas



Popmuzikos superžvaigždė

ROXETTE

LAPKROČIO 25 D. Žalgirio arena, Kaunas

TICKETPRO
www.ticketpro.lt
BILIETŲ KASOS:

MAXIMA

rimi

INFORMACIJA:
1588



TicketproLT