



Andrius Burba ir idėjos be ribų

Jeigu teko matyti kačių ar kitų gyvūnų, fotografuotų iš apačios po stiklu, nuotraukų, neabejokite, kad jų autorius - lietuvis **Andrius Burba**. Šiam jaunam fotografui, rodos, nieko nėra neįmanomo.

2-3 p.

Andriaus Burbos nuotr.

Kas labiausiai nustebina žinomus žmones knygų projekte kalbinančią **Reditą Dominaitytę**?



Plačiau 4 p.

Lietuvą atrasti galima ir lankant pažintinius takus. Kurie jų gražiausi bei įdomiausi?



Plačiau 5 p.

Kokias žinutes butelyje palieka kūrybingos seserys **Sofija Orlovaitė** ir **Marija Gabalienė**?



Plačiau 6 p.

Poilsį prie jūros ar gamtoje kartais apskartina apsinuodijimas. Kokie užkandžiai tinkami kelionėms?



Plačiau 8 p.

Andrius Burba: *Patinka svajoti apie tai, kas atrodo neįmanoma*



Fotografas **ANDRIUS BURBA** yra iš tų, kurie drįsta svajoti garsiai. Tad ir jo idėjos - fotografuoti įvairiausių gyvūnus, ypač kates, iš apačios - įgauna pagreitį. Pvz., arklų fotosesijos metu iškasama duobė, į ją įleidžiama dėžė ir į ją įlipa fotografas. Ant dėžės uždedamas stiklas, o ant jo užlaipinamas gyvūnas. Taip vyksta kai kurios „Underlook“ fotosesijos. Ir jeigu šiam interviu fotografas kartais kalba daugiskaita, tai tik dėl to, kad prie jo idėjų įgyvendinimo prisideda vis daugiau žmonių - šiuo metu projektą kuria 5 žmonės.

Dalia DAŠKEVIČIŪTĖ

- Įdomus faktas: esate alergiškas katėms. Kaip išsivystė ta alergija ir kaip tuomet vyksta fotosesijos?

- Nuo septynerių metų auginau katę. Kartu gyvenome 12 metų. Tuomet man buvo atlikta nosies pertvaros operacija ir po pusmečio išvykau gyventi į Angliją. Nuo to laiko retkarčiais pastebėdavau, kad prasideda kažkokie keisti reiškiniai, kurių nesu-pratau, o dabar žinau, jog tai alergija. Manau, ji išsivystė nuo nosies pertvaros operacijos. Nežinau, ar tai įmanoma, bet kitokia paaiškinimo nesugalvoju. Dar įtariu, kad, skraidant lėktuvu į Angliją, pakylant ir nusileidžiant pasikeičia slėgis, galbūt tai bent šiek tiek galėjo prisidėti prie alergijos išsivystymo.

Neturiu iš ko rinktis, todėl fotosesijų metu vartoju vaistus, kurie sustabdo arba sumažina alergiją, tačiau turi šalutinį poveikį - dažniausiai jaučiuosi apsnūdęs. Didžiausia nesąmonė, kai nori dirbti su gyvūnais, bet esi jiems alergiškas.

- Kodėl katės ir apskritai gyvūnai? Juk buvote - esate -

labiau žinomas kaip mados fotografas.

- Pats auginau katę, kates labai mėgstu, žinau, kaip jos reaguoja, ką daro ir ką joms reikia daryti. Pirmą fotosesiją atsitiktinai buvo kačių. Vėliau supratau, kad internete visiems įdomiausia yra katės, vaikai ir moterys. Manau, katės kaip objektas ir padėjo fotografijos pasklisti po pasaulį. Kita vertus, su gyvūnais įdomu dirbti, kitokia patirtis, kiekvieną naują fotografuojamą rūšį atrandu iš naujo.

Fotografuodamas šunis pažinau daug veislių ir pamėgau juos dar labiau. Po triušių fotosesijos, grįžęs vakare ir žiūrėdamas nuotraukas nusprendžiau auginti triušį ir po dviejų savičių jau jį turėjau. Dabar turiu du... Džiaugiuosi, kad dar arkliai neįsigijau. Nors vieną akimirka buvo tokių minčių, bet gerai, kad jos praėjo... (*Juokiasi.*) Beje, esame fotografavę ir dviračius, tad fotografuojame ne tik gyvūnus, bet ir žmones, daiktus.

Čia kitas keistas dalykas iš mano gyvenimo. 9 metus stengiausi, domėjausi ir mokiausi ma-

dos fotografijos subtilių, norėjau tapti mados fotografu. Prieš 2,5 metų neplanuotai padariau pirmąją kačių fotosesiją iš apačios. Kai išpublikavau nuotraukas internete, sulaukiau didelio susidomėjimo ir pasiūlymo išleisti fotografijų knygą. Taip viskas ir prasidėjo.

Supratau, kad man nebeužtenka nei laiko, nei vietos galvoje tiek mados fotografijai, tiek fotografijai iš apačios. Turėjau priimti sprendimą. Suvokiau, kad mados fotografuoti tiek Lietuvoje, tiek užsienyje yra begalė, o fotografų, fotografuojančių iš apačios, šalyje apskritai nėra, pasaulyje taip pat nepavyksta rasti bendraminčių. Laikui bėgant, man pasidarė labai įdomu, nes tai - visiškai naujas ir neatrastas būdas fotografuoti, galima prikurti itin daug. Čia veikia visai kitos taisyklės, naudojiesi žemės trauka ir stiklu, taip gali išgauti vaizdą, kurio nėra įmanoma išgauti fotografuojant iš šono.

- Kuris iššūkis didesnis: priversti gyvūną klausyti, t. y. papozuoti, ramiai išbūti, ar su-

organizuoti, kaip tuos gyvūnus nufotografuoti iš apačios?

- Šiaip nuo vaikystės mėgstu organizuoti, būdamas penkiolikos suorganizavau pirmąjį ekstremalaus sporto renginį Marijampolėje „Mari Jam 2008“. Tikras iššūkis buvo ir suorganizuoti arklų iš apačios fotosesiją, tokios dar niekas nėra daręs. Reikėjo suprasti kiek-

DŽIAUGIUOSI, KAD DAR ARKLIŲ NEĮSIGIJAU. NORS VIENĄ AKIMIRKĄ BUVO TOKIŲ MINČIŲ, BET GERAI, KAD JOS PRAĖJO

vieną galimą problemą, kiekvieną klaidą ir ją išspręsti anksčiau, kad fotosesijos dieną viskas jau būtų paruošta. Ne apie viską pagalvoju. Nepagalvoju, kad dėžės viduje reikia ventilacijos, nes aprasos stiklas ir per jį nieko nesimatys. Organizavimo darbai buvo sudėtingesni nei pati fotosesija. Tikriausiai taip galiu pasakyti tik todėl, nes fo-

tosesiją organizavau pats daugiau nei mėnesį, o arklų pozavimu rūpinosi visa komanda, kuri fotosesijos metu buvo virš stiklo. Labai džiaugiuosi, kad pavyko dirbti su žmonėmis, kurie gerai nusimanė, kaip padaryti, kad arklys taip pozuotų. Antraip tokių rezultatų nebūtume sulaukę.

- Ar savo triušius irgi fotografuojate?

- Fotografuoti triušius iš apačios nėra itin įdomu, nors tikriausiai daugiausia nuotraukų mano telefone yra su kuriuo nors triušiu.

(*Juokiasi.*) Pirminė idėja įsigyjant triušį buvo fotografuoti jį iš apačios. Tik nežinojome, kad jis labai bijo stiklo ir jaučiasi susikaustęs, todėl nuotraukos neišeina labai įdomios. Dabar, kai su drauge turime antrą triušukę, ji yra kitokio charakterio, manau, bus labiau atsipalaidavusi ant stiklo ir bus daugiau įdomių vaizdų. Tereikia sulaukti tinkamos progos.

- Jums kyla neįtikėtinais daug idėjų, kaip galima nufotografuoti gyvūnus iš apačios. Ar visoms joms lemta išsipildyti? Kalbu apie resursus, galimybes, sveiką protą ir t.t. Tarkime, jūs norėtumėte iš apačios per stiklą nufotografuoti dramblių...

- Taip, šitaip nufotografuoti dramblių noriu. Ir manau, kol to nepadarysiu, tol nenustosiu fotografuoti iš apačios - ta fotosesija planuojama po ketverių metų. Kai pirmą kartą šovė į galvą mintis, kad galbūt vertėtų nufotografuoti arklį iš apačios, tą akimirka buvau 100 procentų įsitikinęs, jog tai padaryti nėra įmanoma. Kuo daugiau laiko praėjo, tuo daugiau įvairių smulkių detalių apgalvoju. Šiandien sakau taip: jeigu pavyko nufotografuoti arklius iš apačios, neabejoju, kad viskas yra įmanoma, tereikia noro. Taigi lėta domiuosi, ko reikėtų dramblio fotosesijai. Tikriausiai visi pirmiausia pagalvoja, kokio storio turėtų būti stiklas. Storas. Yra



įmanoma sukurti tokį storą stiklą, kad jis atlaikytų dramblio svorį. Kol kas neskyriau daug laiko ginčimuisi, tačiau būdamas Londono „Tower Bridge“ radau stiklinės grindis, kurios atlaiko, kaip jie reklamuoja, 6 dramblius. Man reikėtų tik vieno dramblio, tad, manau, rasiu pakankamo storio stiklą. Sunku patikėti, kad viskas yra įmanoma, nes dažnai mes neturime asociacijų, nesame matę, kaip tai yra atlikta, todėl tenka sukurti viską nuo pradžių ir tai yra sudėtingiausia dalis.

Ar visoms idėjomis lemta išsipildyti? Galbūt ne, bet tam jas ir sugalvoju, kad išsipildytų, kad jas įvykdyčiau. Idėjos kuriamos ir

jos niekur nedingsta. Kadangi turime daug didesnių ateities planų, tikiu, kad jeigu ne aš, tai kiti „Underlook“ komandos nariai galbūt vieną dieną įvykdys likusias, šiuo metu sukurtas, idėjas.

- Teigiate, kad kuriate meną, ne reklamą. Tuomet kaip iš šio meno išgyvenate?

- Kiekvienas žmogus, kuriantis meną, nesišvaisto turtais. Ypač pačioje pradžioje. O pradžia buvo nebloga, viską investavome vėl. Lėtai ateina akimirka, kuomet, norint sukurti daugiau projektų, reikalingos naujos investicijos. Projektai tampa didesni ir įdomesni. Todėl



Arklų fotosesija Andriaus Burbos karjeroje kol kas - pati sudėtingiausia



DIDŽIAUSIA NESĄMONĖ, KAI NORI DIRBTI SU GYVŪNAIS, BET ESI JIEMS ALERGIŠKAS

- Esate labai užimtas, bet štai atradote laiko pakalbėti. Kokiais planais dabar gyvenate?

- Šiuo metu organizuojame naujo kačių projekto su spalvotais

fonais išleidimą. Norime viešai išleisti nuotraukas, kaip ir spalvotą projektą tikiu šimtu procentų, manau, pavyks rasti žmogų, kuris taip pat patikės ir turės galimybę jį paremti.

ma, nes šaknis yra žemėje, kuri nėra permatoma, planuojame atsargiai iškasti medį su visomis šaknimis, pakelti jį su kranu, palikti po šaknimis ir nufotografuoti. Nežinau, ar tai apskritai įmanoma ir ar tai bus gražu, bet man patinka svajoti apie tai, kas atrodo neįmanoma.

Negana to, norime turėti kvalifikuotų fotografų bent jau didžiuosiuose pasaulio miestuose, kur žmonės galės kokybiškai nufotografuoti savo augintinius iš apačios. Ateityje įsivaizduojame tai kaip fotografinį judėjimą. Toks fotografijos būdas dar nėra išplėtotas, lėtai tai populiariau ir tuo mėgaujames.

PRAMOGAUKIT DAUGIAU! UŽ JUS MOKA „LAISVALAIKIS“!



-40% 20,50 € su  **VANDENS PRAMOGOS IR ROMANTIŠKAS SPA POILSIS „TRASALYJE“ DVIEM**

Akcija galioja iki 2018 m. liepos 6 d. Dovanų kuponas galioja 12 mėnesių! Daugiau informacijos www.laisvalaikiodovanos.lt/laisvalaikis



-20% 48 € su  **ŠUOLIS SU VIRVE IŠ REKORDINIO AUKŠČIO DVIEM (ALYTUS)**



-30% 31,50 € su  **SPA PROGRAMA „SALDUS RYTIES SĄPNAS“**

laisvalaikio dovanos 

Redita Dominaitytė: *Ateikite ir pasikalbėkime!*

„Niekada nežinau, kur mus pokalbis nuves. Turiu pasirošiusi keletą tradicinių klausimų, bet dažniausia jų net nespėju pašnekovams užduoti – taip viskas būna įdomu, gyva ir netikėta“, – apie savo projektą „Knyga + Vasara“, kiekvieną trečiądienį vykstantį Lukiškių aikštėje po atviru dangumi įsikūrusioje skaitykloje „Vilnius skaito“, pasakojo jo iniciatorė, „Knygos teatro“ vadovė **REDITA DOMINAITYTĖ**.

„Mano pašnekovai neretai skaito ir ištraukas iš lietuvių autorių knygų. Viso filmavimo metu žiūrovai laisvai gali užduoti klausimus tiesioginiame eteryje, nes visa, kas vyksta skaitykloje, yra transliuojama socialiniais tinklais“, – pasakojo R. Dominaitytė.

Antrus metus įgyvendinamo projekto kūrėja patikino – ji sužinojo bei patyrė daug nauja. „Apie kai kuriuos savo pašnekovus nuomonę buvau susidariusi jų nepažinodama. Bet dažniausia pasirodydavo, jog viešojoje erdvėje sukuriamas įspūdis yra klaidingas.“

R. Dominaitytė atvirauja – visi pasikalbėti ateidavę žmonės buvo nuoširdūs ir mokantys dalytis mintimis. Tačiau bene ryškiausias visus juos vienijęs bruožas – meilė savo tėvynei. „Ir tai ne vien tik žodžiai. Pūkiai matai, ką pilietišškai nusiteikusi karta gali ir ką jau daro dėl savo šalies. Smagu tai pastebėti ir stebėti“, – kalbėjo aktorė.

Nemažai jos pokalbių svečių skaito popierines arba elektronines knygas. Tačiau pasitaiko ir knygų niekada neatsiverčiančių. „Svarbu, kad žmonės to „nevynioja“ į vatą, o atvirai pasako neskaitę, nes to nemėgsta arba neturi laiko. Pastebėjau, jog skaitymas ir taisyklingas rašymas tampa prabanga. Tam, kad viso to nepamirštume, jau būtina disciplina, savidrausmė – patys turime save pabarti, padaryti išvadą, pri-

minti, kaip ir kodėl reikėtų taip elgtis“, – įsitikinusi pašnekovė.

Anot jos, yra pasakojančių, kad tam, jog paskaitytų mėgstamą knygą, jie keliasi gerokai anksčiau rytais – pavyzdžiui, 5 valandą. Atrodo – anksti, bet kito laiko įtemptos dienos metu žmogus tam tiesiog neranda.

„Mūsų šūkis: „Skaitymas – tai būdas bendrauti.“ Ir jis yra visiškai teisingas. Jei neturite temos pokalbiui, pasidalykite mintimis apie knygas – pamatysite, kaip atsivers daugybė kelių diskusijoms!“ – su šypsena kalbėjo R. Dominaitytė.

Paklausta, kas labiausiai ją yra nustebinę kalbant su žinomais žmonėmis, aktorė prisiminė „radiją“ Joną Nainį. „Jis sakė kiekvieną dieną pradėdąs nuo skambučio mamai! Tai tikrai įspūdinga!“

**PASTEBĖJAU, JOG
SKAITYMAS IR
TAISYKLINGAS
RAŠYMAS TAMP
PRABANGA. TAM,
KAD VISO TO
NEPAMIRŠTUME,
JAU BŪTINA
DISCIPLINA,
SAVIDRAUSMĖ**

Aktorė pasakojo ir apie kunigą, knygų autorių Algirdą Toliačą, kurį į skaityklą pasišnekėti apie gyvenimą palydėjo daugiau nei pusšimtis bendruomenės narių.

„Šiais laikais reikia stengtis, kad susitiktume su draugais ar bendraminčiais... Nors tai – labai svarbu, vis pasiteisiname neturį laiko. Tad mūsų teatro iniciatyva vykstantis pokalbių projektas yra skirtas kiekvienam, norinčiam skirti laiko sau. Pasikvieskite draugą, atsineškite puodelį kavos ir pasikalbėkime!“ – kviečia R. Dominaitytė.

Gina BLOCKIENĖ



Deivis Lukis nuotr.

Atraskite Lietuvą: pažintiniai takai

Vasara – idealiausias metas pažinti Lietuvą: geras oras, ilgi vakarai, žaliuojanti gamta. Vienas iš būdų – keliauti po pažintinius takus, kurių šalyje – apysčiai. Apžvelkime keletą gražiausių, unikaliausių ir įdomiausių.



Arlaviškių Kadagių slėnio pažintinis takas

Tai vienas žinomiausių takų Lietuvoje. Šis takas vingiuoja stačiu Nemuno kilpos slaitu, kurio apacioje – kadagių slėnis ir marios su salėlėmis bei pusiasaliais. Šis slėnis yra Arlaviškių botaninio draustinio dalis, jame apstu retų augalų. Nuo slauto atsiveriantis įspūdingas vaizdas itin patinka tako lankytojams. Teigiama, kad, patvinus Nemunui, kone pusė Kadagių slėnio atsidūrė po vandeniu. Perėjus slaitą, takas tęsiasi miško arba marių pakrantės link, taigi apžiūrėti tikrai yra ką.

Vieta: šalia Arlaviškių, Kauno r.
Trasa: 1,3 km ilgio medinis takas, pritaikytas neįgaliesiems.

Eidos nuotr.

Karmazinių pažintinis takas

Takas visą laiką eina per mišką, dalis jo – ir Neries pakrante, kur upė daro įspūdingą postūkį. Toje vietoje, laipteliais palypėjus apie 60 metrų, atsiveria Didžioji Velniaškio kilpa ir įspūdingas krašto vaizdas.

Pažintiniame take yra ir Karmazinių pilkapynas su mitologiniais

akmenimis. Pilkapiai šioje vietoje buvo supilti prieš pusantro tūkstantio metų, jų take yra apie šimtą. Taip pat miške gausu medžių, kuriems yra daugiau nei šimtas penkiasdešimt metų.

Vieta: netoli Sudervės, Vilniaus r.
Trasa: 4 km ilgio miško takas.



Eidos nuotr.

Žiegdžių geologinis takas

Žiegdžių geologinis takas driekiasi netoli Arlaviškių Kadagių slėnio, todėl labai patogu viena išvyka aplankyti abu takus.

Takas eina nuo Žiegdžių atodangos pro gamtos paminklų vadinamą Žiegdžių liepą ir tęsiasi iki Kalniškių konglomeratų atodangos.

Konglomeratai yra natūraliai susicementavusio smėlio, žvirgždo, gargždo ir riedulių dariniai, atodangos ilgis – 400 metrų. O take esančios šimtametės Žiegdžių liepos aukštis 25 metrai, kamieno skersmuo – apie 4,3 metro.

Takas skirtas fiziškai aktyvesniems žmonėms, nes driekiasi per kalnuotas vietas ir tenka nemažai lipti laiptais.

Vieta: Kauno marių pakrantė, Žiegdžiai, Kauno r.
Trasa: 1,6 km ilgio miško takai.

Mušos tyrelio pažintinis takas

Šis takas įtrauktas į Lietuvos rekordų knygą kaip ilgiausias lentų takas, einantis per pelkę (3,6 km). Mūšos tyrelio telmologiniame draustinyje prašoma netrukšmauti, nešiukslinti ir netgi nerūkyti. Lankytis čia galima tik einant pažintiniu taku. Jis įtrauktas į Žagarės regioninį parką kaip sala, nes tiesiogiai nėra susijungęs su parku. Pelkės pietinėje dalyje prasideda Mūšos ir Juodupio upės, o rytinėje dalyje yra natūralus Miknaičių ežeras ir daug mažų ežerėlių.

Vieta: Žagarės regioninis parkas.
Trasa: 7,5 km ilgio mediniai miško takai.

Varnikų pažintinis takas



Dalios Daškevičiūtės nuotr.

Varnikų botaniniame zoologiniame draustinyje Trakų miško urėdijos įrengtas takas ypatingas tuo, kad driekiasi ne tik palei mišką, pievą bei užaugančius ežerukus, bet ir per pelkes (tiesa, šiemet dėl sausros jos perdžiūvo), kurias galima apžiūrėti nesušlapus kojų bet kuriuo metų laiku. Čia yra visko: retų augalų, kerpių, grybų, įvairių gyvūnų ir vabzdžių. Kalvotame reljefe auga ir senasis miškas, ir žmogaus sodinta augmenija bei organiniai reljefas. Čia yra augalų, įtrauktų ir į Lietuvos raudonąją knygą.

Vieta: šalia Trakų ir Varnikų.
Trasa: 3,5 km ilgio mediniai ir miško takai.

Parengė Dalia DAŠKEVIČIŪTĖ

RADIJAS GOLD FM

ŽINANTIEMS VERTE

VILNIUS 102.6	KAUNAS 104.5	KLAIPĖDA 104.1
ŠIAULIAI 104.3	MARIJAMPOLĖ 103.9	TAURAGĖ 103.6
UTENA 93.5	UKMERGĖ 98.9	RASEINIAI 95.5
PALANGA 94.4	VISAGINAS 106.8	VARĖNA 99.5
DRUSKININKAI 92.7		

WWW.GOLDFM.LT

TELEVIZIJA **LRT HD** PASAULIO GARSAI PRISTATO

LIEPOS 11 D. BOTANIKOS SODO VINGIO SKYRIUJE, VILNIUJE
LIEPOS 12 D. AD FORM KIEMELYJE, KAUNE
LIEPOS 13 D. KLUBE "RAMYBE", PALANGA

BBZULė

NEPRILYGSTAMI XXI AMŽIAUS
TŪRKŲ PSICHODELINĖS MUZIKOS MEISTRAI

daugiau
informacijos:
www.gmgvval.lt

generalinis rėmėjas:

informaciniai rėmėjai:

rėmėjai:

Kasdienio gyvenimo istorijos

Istorijos, sutalpintos buteliukuose, - tokį projektą sugalvojo kūrybingos seserys **MARIJA GABALIENĖ** ir **SOFIJA ORLOVAITĖ**. „Instagram“ paskyroje, pasivadinusios „Bottled stories“, seserys publikuoja nuotraukas iš savo kasdienio gyvenimo, kurių vaizdus papildo piešiny su stikliniu buteliuku. Jo turinys visuomet atliepia į esamą aplinką ir papildo pasakojimą.

Dalia DAŠKEVIČIŪTĖ

- Kokia istorija slypi už šio projekto?

Marija: Istorija tokia, jog jaunesnė sesuo puikiai piešia. Tai pastebi ir mūsų tėvai ir jau kuris laikas skatino Sofiją savo darbais dalytis socialinėje erdvėje su mintimi, jog toks dalijimasis dar labiau skatins piešti. Tačiau sesuo nemanė, kad piešia taip gerai, jog drąsiai galėtų viešinti savo darbų. Aš šioje situacijoje buvau lyg mediatorius. Pakankamai ilgai galvojau, kaip būtų galima suderinti visų norus, ir vieną dieną duše netikėtai sovė ši mintis: nedideli piešinukai, pasakojantys kasdienį mūsų gyvenimą. Sesė puikiai susitvarko su iliustracijomis, o aš dažniausiai jas fotografuoju, tuomet šiek tiek paretušuoju, keliu į „Instagram“ bei prižiūriu paskyrą.

- Kaip sumanėte istorijas „talpinti“ buteliukuose?

Marija: Yra dvi pagrindinės priežastys. Žinutė butelyje mums asocijuojasi su kažkuo idomiu, visi juk nudžiugtume paplūdimyje radę seną butelį su laiškeliu.

JUOKAIS SAKOME, JOG „KONSERVAI“ ILGIAU STOVI. TAI LYG SIMBOLIS, JOG MŪSŲ PIEŠINUKAI BUS AKTUALŪS IR PO METŲ AR KELERIŲ

Taip pat juokais sakome, jog „konservai“ ilgiau stovi. Tai lyg simbolis, jog mūsų piešinukai bus aktualūs ir po metų ar kelerių.

- Sofija, kaip sugalvojate, ką piešite ir kur?

Sofija: Tai labai priklauso nuo situacijos. Dažniausiai piešiu „vietoje“ tai, ką matau ar jaučiu, tačiau kartais nutinka taip, kad Marija važiuoja į kelionę, kurioje aš nebūsiu, tuomet buteliukus paruošiu iš anksto. Pavyzdžiui, jei žinau, jog savaitgalį ji lankysis Berlyne ar kitame mieste, internetu surandu svarbiausius miesto simbolius ir jai lapukų paruošiu iš anksto.

Paprastai su sese leidžiu nemažai laiko, todėl piešiu mūsų šviežiausius įspūdžius, o ji iškart fotografuoja.

- Kas jus įkvepia piešti?

Sofija: Dažniausiai aplinka, kurioje tuo metu esu. Jei savaitgalį leidžiu sodyboje, o ten begalės uodų, tuomet juos ir



Marija ir Sofija

piešiu. Jei sėdžiu pamokoje, bet galva tą dieną kaip puodinė, šią būseną ir stengiuosi pavaizduoti paveiksluke. Taigi dėl šios priežasties ne visos istorijos yra tik linksmos ar malonios, o - realios. Tokios, kurios pažįstamos visiems žmonėms.

- Visur su savimi nešiojatės pieštukų ir popieriaus?

Sofija: Taip! Lapeliai, juodas tušinukas bei pieštukai visuomet su manimi!

- Marija, kaip sugalvojate, kaip nufotografuoti viską?

Marija: Kaip Sofija minėjo, kartais taip nutinka, jog piešinukai yra suplanuoti iš anksto, o aš žinodama, kas nupiešta, nuolatots ieškau vietos, kuri geriausiai atspindi paveiksluką. Kai būname kartu, kartais Sofija tiesiog paduoda lapelį ir nurodo vietą, kur nufotografuoti, kartais palieka tai mano atsakomybei. Žinoma, kai manęs nebūna, sesuo puikiai nufotografuoja pati.

- Papasakokite trumpai apie save.

Marija: Mes su Sofija kilusios iš gana kūrybingos šeimos. Mama fotografė, jos mama gėlininkė, kuri vaikystėje mums siuvo rūbus, nė kiek neprašaudama pro tuometę madą, dar ir dabar močiutė skaito mados žurnalus ir gali papasakoti apie naujausias tendencijas. Močiutės brolis, mūsų mamos dėdė, su žmona taip pat labai kūrybingi - jie abu yra dailininkai. Iš tėčio pusės giminės irgi neatsilieka, mano pro-močiutė skulptorė, jos vyras - buvęs muzikinio teatro scenografas. Taigi galbūt noras save realizuoti kūryba yra genuose.

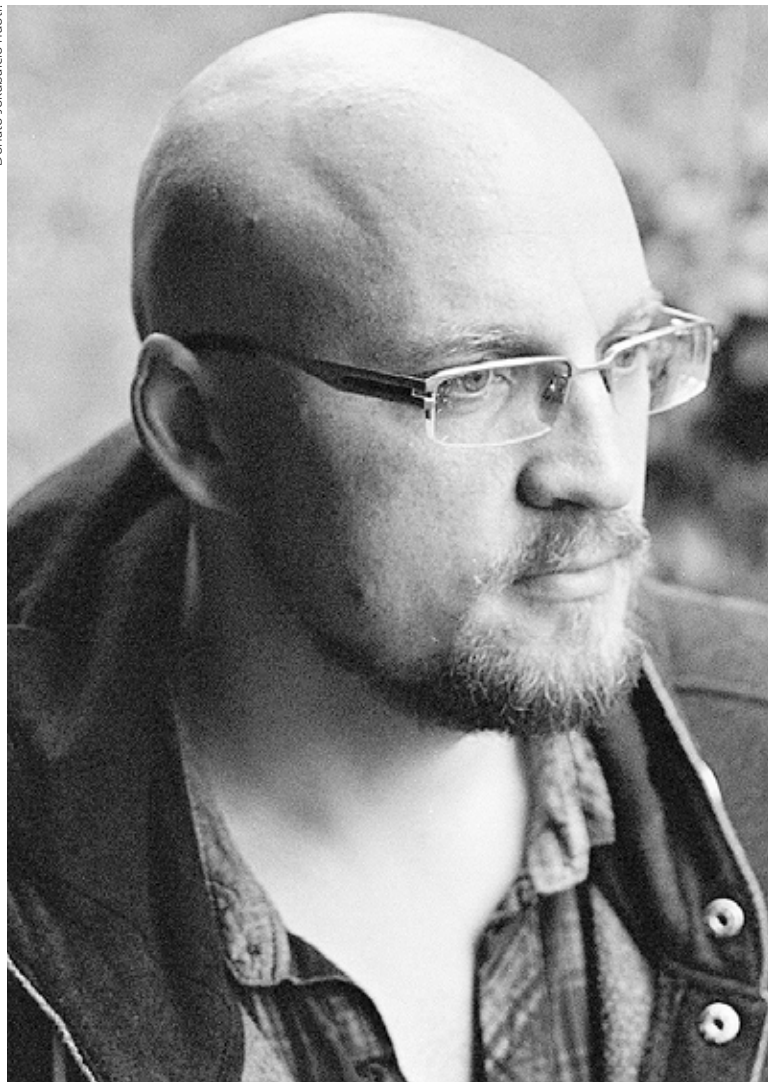
Nors mus su sese skiria net 10 metų, tačiau tai netrukdo mums puikiai sutarti, nemažai laiko leidžiame kartu - keliaujame ne tik po pasaulį, bet ir po Lietuvą, turime daug panašių pomėgių, visada turime, apie ką kalbėti.

Šiuo metu aš dirbu rinkodaros srityje, o Sofija mėgaujasi vasara prieš dvyliką klasę. O ką veiks baigusi mokyklą, parodys tik laikas.



T.Adomavičius: *knygos iliustracijos skaitytojų leidžia interpretuoti tekstą*

Donato Jodaičio nuotr.



Ne kartą buvome mokyti nespęsti apie knygą iš jos viršelio. O ar galima spręsti apie knygą iš jos iliustracijų? Ar piešiniai gali pataisyti vidutiniškai parašytą kūrinių? Iliustruotojo ir grafikos dizainerio **TADO ADOMAVIČIAUS** meilė knygoms ir jų iliustracijoms atvedė iki knygelių vaikams. „Tvanų šeimynėlė. Geri kaimynai“ tapo pirmąja knyga, kurią jis iliustravo.

- Kaip prasidėjo jūsų, kaip knygų iliustruotojo, karjera?

- Nuo vaikystės labai mėgau skaityti knygas, ypač gausiai iliustruotas, ir jau tada pamažu augo troškimas piešti, vėliau tai peraugo į grafikos studijas ir galiausiai virto profesija.

- Ar iliustruodamas knygą „Tvanų šeimynėlė. Geri kaimynai“ perskaitėte ją nuo pradžių iki galo?

- Perskaičiau visą knygą. Tik pradėjus skaityti, pirmas įspūdis buvęs „O, kažkas panašus į Adamų šeimynėlę“. Iškart supratau, kad iliustracijoms tikėtino kino režisieriaus Timo Bartono kuriamų filmų ir animacijų stilistika.

- Ar kada buvo kilusi mintis parašyti savo knygą? Gal jau turite ir siužetą?

- Buvo kilusi mintis parašyti knygą vaikams apie mažą, mielą robotuką ir jo nuotykius bei keliones po mūsų ir kitas planetas.

JEI PAMATAU KOKIĄ ĮDOMESNĘ DETALĘ, ĮMANTRESNĮ SPALVŲ DERINĮ AR KOKI PERSONAŽĄ, SAVITAI INTERPRETUOJU IR PRITAIKAU SAVO DARBUOSE

- Ar turite svajonių knygą, kurią norėtumėte iliustruoti?

- Labai norėčiau iliustruoti Vytauto Misevičiaus „Danuko Dunduliuko nuotykius“. Tai buvo viena mėgstamiausių vaikystės knygų. Labai patiko Stasio Eidrigevičiaus iliustracijos. Jos man tokios paslaptingos ir kartu juokingos atrodė, lavino vaizduotę ir vertė dar labiau savitai interpretuoti tekstą.

- Kaip manote, koks stilius (knygų, aprangos ir pan.) šiuo metu patinka vaikams, jauni-

mui? Ar kurdamas iliustracijas bandote į jį orientuotis?

- Manysčiau, dabar visur dominuoja išmaniosios technologijos, įvairios išmaniosios programėlės ir t. t. Tai gal ir vaikų literatūra interaktyvesnė, aktualesnė darosi. Pats iliustruodamas stengiuosi, kad iliustracijos būtų šiuolaikiškos.

- Ar knygų iliustracijos turi atkartoti tai, kas parašyta knygoje, ar papildyti, įdarbinti vaizduotę?

- Na, čia priklauso nuo konkrečios knygos, bet manyčiau, kad santykis turėtų būti lygus (kaip sakome, penkiasdešimt ir penkiasdešimt). Iliustruodamas dažnai to ir laikausi.

- Ar vartydamas kitų dailininkų iliustruotas knygas vertinate jų darbą? Pastebite, ką būtumėte daręs kitaip?

- Taip (*šypsosi*). Reikia gerbti kitų kolegų kūrybą, todėl stengiuosi vengti labai kritiško žvilgsnio. Dažnai, jei pamatau kokią įdomesnę detalę, įmantresnį spalvų derinį ar kokį personažą, savitai interpretuoju ir pritaikau savo darbuose.

- Ar iliustracijos gali pataisyti arba sugadinti kūrinių?

- Prastos iliustracijos gali sugadinti. Tačiau jei kūrinys vidutiniškas ar silpnokas, tuomet geros iliustracijos gali jį tik sustiprinti.

Vaiva RUTKAUSKAITĖ

Kaip apsaugoti savo namus nuo vagysčių atostogų metu?

Kiekvieną vasarą lietuviams išsiruošus poilsiauti, ilgapirščiai naudojami tuo, kad žmonių namai lieka be priežiūros, ir taikosi į juos įsilaužti. Vasarą tokių vagysčių padaugėja. Bėda ta, kad žmonės ne visada tinkamai pasirūpina namų saugumu, o retkarčiais netgi patys privilioja vagis.

Pasigyrė „Facebook“ - prišaukė vagis

Metų pradžioje Lietuvoje nusikambėjo istorija apie tai, kaip vagys apšvarino atostogaujančių klaidėdžių butą. Tokių pasekmių jie galėjo išvengti, jei šeimos atžala apie tuščius namus nebūtų paskelbęs socialiniame tinkle „Facebook“. Kaip tuomet išsiaiškino policijos pareigūnai, jaunuolis internete pranešė tikslią datą ir netgi laiką, kada visa šeima žada išvykti iš namų. Tuo pasinaudoję vagys pasisavino dalį vertingų šeimos daiktų.

Policijos departamento Komunikacijos skyriaus vedėjas Ramūno Matonio teigimu, toks atvejis - ne vienintelis. Dėl panašių aplinkybių, kai apie savo išvykimą viešai pranešama internete, yra nukentėję daugiau šalies žmonių. „Negalima dalytis svarbia asmenine informacija, žiniomis apie savo šeimą ar draugus, ypač namų adresais, telefonais ir kt. Taip pat labai nepatariama viešinti informacijos, kada planuojama išvykti iš namų, kiek laiko ketinama atostogauti ir netgi kelti į socialinius tinklus kitose šalyse tuo metu daromų nuotraukų. Neatsargu netgi būnant savo šalyje ar mieste sūsti socialinių tinklų draugams, ypač nepažįstamiems, pranešimus, kad esate vienoje ar kitoje vietoje“, - sako R. Matonis.

NET IR TOKS ĮPRASTAS DALYKAS KAIP PILNA PAŠTO DĖŽUTĖ IŠDUODA APIE TUŠČIUS NAMUS, TAD JĄ KAIMYNAI ARBA ARTIMIEJI TURĖTŲ IŠTUŠTINTI

Taikinys - nedideli, vertingi daiktai

ERGO Žalų administravimo departamento direktorius Gytis Matiukas tvirtina, kad ilgapirščiai dažniausiai kėsina į butus, rečiau - į nuosavus namus ar kotedžus. Priklausomai nuo patalpų, padaryta žala gali siekti nuo kelių šimtų iki kelių tūkstančių eurų. „Vagys dažniausiai iš anksto pasirenka savo auką. Tuomet jie kurį laiką stebi nusižiūrėto turto savininką, seka jo darbotvarkę ir netgi socialinius tinklus. Tinkamai progai pasitaikius - imasi konkrečių veiksmų. Kartais vagims pakanka vos kelių minučių, kad jie patektų į patalpą ir iš jos dingtų nepastebėti kartu su vertingu grobiu.“

Vagys dažnai taikosi į lengvai gabenamus nedidelius daiktus,



kurių vertė didelė - grynėji pinigai, papuošalai, kompiuteriai, telefonai, laikrodžiai ir pan.

Pilna pašto dėžutė - signalas vagims

Žmonės daro ir daugiau klaidų. Palikdami savo namus jie neretai pamiršta uždaryti langus ir užrakinti visas durų spygnas. Jei namai paliekami ilgiam laikui, G. Matiukas siūlo apie tai informuoti savo artimuosius ar kaimynus, kuriais pasitikite, kad jie galėtų kartais patikrinti, ar namai saugūs.

„Beje, net ir toks įprastas dalykas kaip pilna pašto dėžutė išduoda apie tuščius namus, tad ją kaimynai arba artimieji turėtų ištuštinti. Pačiuose namuose, be abejo, vertingų daiktų nereikėtų palikti ant palangių ir kitose akivaizdžiai matomose vietose. Taip



pat namie nelaikykite didelio kiekio grynųjų. Vagys dažniausiai žino įvairias slaptavietes, kur gali būti laikomi pinigai ar papuošalai, todėl pirmiausia ieško būtent jų.

Net ir seife vertybės nebus saugios, nes jei tik bus galimybė - ilgapirščiai išsineš visą seifą“, - perspėja G. Matiukas.

„Laisvalaikio“ inf.

Gausiai prakaituojate? Kalta ir mityba

Vasara daugeliui siejasi ne vien su malonia šiluma, bet ir su varginančiu karščiu bei srūvančiu prakaitu. Tačiau jis ne visuomet yra vien karščio pasekmė. Alkoholio ir kofeino vartojimas, rūkymas, netinkama mityba ar nusilpusi imuninė sistema - veiksniai, galintys lemti prakaitavimą.

„Eurovaistinės“ farmacinių kė Laura Vanagaitė teigia, kad su prakaitu prarandami būtini elektrolitai - kalis, kalcis, fosforas ir pieno rūgštis, tad vasarą reikėtų organizmą stiprinti įvairiais mineralais ir mikroelementais, kurie, jei gausiai prakaituojate, padeda atkurti skysčių balansą.

„Išvargęs kūnas ir vis dažniau išsiskiriantis prakaitas taip pat reiškia, kad organizme nepakankamai B grupės vitaminų. Be šio vitamino kūnas negali efektyviai pasisavinti maistinių medžiagų ir greitai pašalinti toksinų, dėl to ir prakaituojame.“

Prakaitavimą sumažinti padeda ir vitaminai A, E, D. Gausiai prakaituojant svarbūs yra antioksidantai, todėl patariama vartoti cinko, jodo, seleno, riebiųjų omega-3 rūgščių ir vitamino C.

Penki naudingiausi užkandžiai keliaujant vasarą



Poilsį prie jūros ar gamtoje kartais gali apkrantinti apsinuodijimas. Kaip išlikti sveikiems kelionių metu ir kokie užkandžiai labiausiai tinka, pataria Lietuvos dietologų draugijos prezidentė, medicinos mokslų daktarė Rūta Petereit.

Džiovininti vaisiai ir uogos gali suteikti energijos. Datulės, abrikosai, slyvos, razinos, vyšnios naudingos dėl juose esančių antioksidantų, mineralų, natūralaus cukraus, vitamino E, kuris apsaugo ląsteles nuo laisvųjų radikalų sukeliamos žalos. Verta nepamiršti ir džiovintų uogų. Ožerškio uogose gausu vitamino A, C, geležies, cinko, vario ir antioksidantų. Jose esantys baltymai ir skaidulos padeda ilgiau jaustis sotiesiems. Džiovinotos spanguolės taip pat labai vertinamos dėl jose esančio didelio vitamino C kiekio,



Be karščio, prakaitavimą skatina ir netinkama mityba ar nusilpęs imunitetas

Kaip dėl aliuminio?

Labai svarbi ir asmeninė higiena. „Jeigu norite stipraus poveikio, reikėtų atkreipti dėmesį į priemonės sudėtį ir medžiagų kieki. Pagrindinė į sudėtį įeinanti medžiaga yra aliuminis. Kuo jo daugiau, tuo priemonė stipresnė. Tačiau turintiems jautrią odą priemonių su aliuminiu naudoti nepatariama“, - pabrėžia vaistininkė.

Per didelis aliuminio kiekis gali sukelti alerginę reakciją,

KARŠTĄ DIENĄ REIKĖTŲ VENGTI RIEBIŲ IR SUNKIAI VIRŠKINAMŲ PRODUKTŲ, VALGYTI DAUGIAU ANGLIAVANDENIŲ TURINČIO MAISTO

tad jautrią ir alergišką odą turintiems žmonėms rekomenduojama naudoti bekvapės, natūralios, kuo švelnesnės priemonės.

„Sustabdyti kojų ir rankų prakaitavimą gali padėti ir įvairios vonelės. Tiek kojas, tiek rankas galite mirkyti vėsiam vandenyje su valgomąja ar jūros druska. Naudinga įlašinti mėtų, arbatmedžio ar alavijo aliejaus.“

Subalansuota mityba

Nesubalansuota mityba šilčiau sezonu taip pat gali būti viena iš padidėjusio prakaitavimo priežasčių.

„Karštą dieną reikėtų vengti

riebių ir sunkiai virškinamų produktų, valgyti daugiau angliavandenių turinčio maisto. Racioną galite papildyti ir daržovėmis, vaisiais bei žuvimi. Taip pat rekomenduojama nevalgyti aštraus maisto, nes jis suteikia prakaitui nemalonų kvapą“, - pataria L. Vanagaitė.

Siekiant išvengti padidėjusio prakaitavimo, reikėtų saikingai vartoti kofeino turinčių gėrimų. Geriau rinktis daugiau žaliosios arbatos arba atsigaiivinti paprastu vandeniu.

Dėl per mažo fizinio aktyvumo paauglių organizmas pradeda stagnuoti

Pasibaigus mokslo metams, tėvai ieško sprendimų, kokia veikla užimti vaikus. Anot sporto medicinos gydytojo Kęstučio Linkaus, sveikam vaikų organizmo vystymuisi būtinas judėjimas. Kitu atveju - jų organizmo vystymasis sutrinka arba tai vyksta gerokai lėčiau, nei turėtų.

Vaikų brendimo laikotarpiu formuojasi jungiamasis audinys, kuris yra labai svarbus judėjimo-atramos sistemos komponentas, tad fizinis krūvis padeda suformuoti tvirtą raumenyną, raiščius, sąnarius, stuburo struktūras ir pan. Treniruojama ši audinių grupė amortizuoja didesnius fizinius krūvius ir suteikia galimybę išvengti traumų ar lėtinių skausmų vyresniame amžiuje.

„Prasidėjus brendimo laikotarpiui, tėvai turėtų pasirūpinti vaiko sportine veikla, skatinti jį judėti ne tik siekiant stimuliuoti judėjimo-atramos sistemos sveiką formavimąsi, bet ir dėl širdies veiklos, kvėpavimo sistemos ar imuninės sistemos stiprinimo bei asmeninių savybių ugdymo“, - pasakoja K. Linkus.

Viesiems vaikams, paaugliams, esant galimybei, reikėtų rinktis sportą lauke. „Jiems reikėtų bent 6-7 val. per dieną praleisti aktyviai. Esant valandai intensyvaus krūvio lauke per dieną vaikas augs sveikas ir stiprus. Daug sėdint ar nejudraus vaiko organizmo vystymasis sutrinka - nestiprėja raumenynas, krypta stuburas, nevystoma širdies ir kraujagyslių sistema, gali net nusilpti imunitetas. Taip organizmas negauna impulso tobulėti. Atsikius aktyvios veiklos ir buvimo lauke, organizmo vystymasis atsiduria stagnacijos būsenoje. Tai gali nulemti rimtus sveikatos sutrikimus, kurių pasekmės pasireišk aiteityje.“

Vienas iš sveikatai palankių lauko užsiėmimų paaugliams, pasak gydytojo, yra irklavimas. Irkluoti galima pradėti nuo 12 metų, kai prasideda brendimas, nes maždaug tokiu metu ima vystytis irklavimui reikalingos raumenų savybės: jėga ir jėgos ištermė. Irkluojant fizinis krūvis tenka visoms kūno dalims: pečių juostai, nugarai, kojoms. Treniruojami praktiškai visi raumenys, todėl kūno sudėjimas tampa sveikas bei sportiškas.

Lietuvos irklavimo federacijos prezidentas Dainius Pavilonis atkreipia dėmesį, jog tai sunkus sportas ne tik fiziškai, bet ir emociškai. Grūdinamas charakteris, ugdoma ištermė, lavinamas strateginis mąstymas, gebėjimas susikcentruoti ir, žinoma, dirbti komandiškai.

„Laisvalaikio“ inf.

Slenka plaukai? Kada metas susirūpinti

Kai po galvos plovimo vonioje pastebimai padaugėja išslinkusių plaukų, reikėtų atkreipti į tai dėmesį. Svarbu kuo anksčiau pastebėti ir nustatyti plaukų slinkimo priežastį, nes laiku pradėtas gydymas gali sustabdyti nepageidaujamą slinkimą ir paskatinti jų ataugimą. Tik kaip atskirti, kada plaukų slinkimas normalus, o kada - ligos požymis?

Plaukų retėjimo problema pasireiškia tiek vyrams, tiek moterims, nepriklausomai nuo amžiaus, teigia Vilniaus „Kardioliotos“ klinikų Dermatologijos ir estetinės chirurgijos centro gydytoja dermatovenerologė-trichologė Jauė Stumbrienė. Plaukai retėja tuomet, kai, sutrikus jų natūraliam augimo ciklui, vis daugiau jų iškrenta ne tik savo ramybės, bet ir augimo fazėje. Normalu, jeigu per dieną išslenka 50-150 plaukų, kitu atveju reikėtų kreiptis į gydytoją.

„Plaukas augdamas pereina augimo, tarpinę ir ramybės fazes, pastarosios pabaigoje plaukas išslenka. Įprastai savo augimo stadijoje yra 85-90 proc. visų galvos plaukų ir tik 10-15 proc. yra ramybės fazėje. Pastebėjus gausų jų slinkimą ir laiku išsiaiškinus priežastis, problema dažnai galima išspręsti. Kai kurių ligų atvejais pažeisti plaukų folikulai neat-sinaujina ir išslinkę plaukai neatauga. Todėl delsti nereikėtų.“

Plaukų slinkimą veikia stresas

Plaukų slinkimo priežastys - įvairios. Tarp jų ne tik natūralūs fiziologiniai procesai po gimdymo,



Plaukų sveikata priklauso nuo genetikos ir gyvenimo būdo

sezoniniai pokyčiai, nevisavertė mityba, bet ir vartojami medikamentai. Sergant kai kuriomis ligomis, UV spinduliai gali provokuoti plaukų slinkimą. Šiuolaikiniame pasaulyje plaukų slinkimą stipriai veikia ir dažnai patiriamas stresas.

„Yrai dažniausia kencia nuo androgenetinio plikimo, kurį lemia hormoniniai ir genetiniai faktoriai. Tačiau šis plaukų slinkimo tipas gali pasireikšti ir moterims. Kita dažna forma - židininis nuplikimas. Tai autoimuninė, genetinių faktorių nulemta liga. Autoimunines reakcijas ga-

NORMALU, JEIGU PER DIENĄ IŠSLENKA 50-150 PLAUKŲ, KITU ATVEJU REIKĖTŲ KREIPTIS Į GYDYTOJĄ

gos“, - dažniausius atvejus aptaria specialistė.

Gali pasireikšti įvairiame amžiuje

Vyrams androgenetinio plikimo požymiai dažnai pasireiškia jau paauglystėje, po brendimo gali kiek suintensyvėti, tačiau dažniausia tai įvyksta vyresniame amžiuje. Tuo tarpu židininis nuplikimas gali pasireikšti bet kuriuo gyvenimo laikotarpiu.

„Svarbu pastebėjus plaukų slinkimą laiku kreiptis į gydytoją specialistą, kuris nustatęs prie-

žastį galės paskirti tinkamiausią gydymą. Gydymas priklausomai nuo ligos, jos aktyvumo gali būti medikamentinis. Kai kuriais atvejais skiriamas gydymas injekuojamais vaistais, mezoterapija ar trombocitais praturtintos plazmos injekcijomis. Sergant androgenetine slinkimo forma, esant pažengusiai ligos formai, gali būti atliekama plaukų transplantacija“, - sprendimo būdus vardija specialistė.

Plaukų traukimo testas

Jei nesate tikri, ar jau reikėtų susirūpinti, gydytoja rekomenduoja atlikti kasdienėje gydytojo trichologo praktikoje naudojamą plaukų traukimo testą. Suėmę nedidelį kuokštelį plaukų traukite plaukų augimo kryptimi. Ištrauktų plaukų kiekis leidžia įvertinti plaukų slinkimo aktyvumą. Jeigu pastebėjote, kad kiekis ištis neįprastas - rekomenduojama nedelsiant pasitikrinti pas specialistus.

Svarbi mityba

Plaukų sveikatai bei išvaizdai pagerinti reikalinga ir visavertė mityba. Tarp reikalingiausių maistinių medžiagų ir vitaminų plaukams yra: vitaminas A (lapinės daržovės, morkos, saldžiosios bulvės, kopūstai), B grupės vitaminai (mėsa, riešutai, žuvis, grūdinės kultūros, jūros gėrybės, lapinės daržovės), vitaminas C (citrusiniai vaisiai, uogos), vitaminas D (grybai, riebi žuvis), geležis (raudona mėsa, špinatai, lęšiai, kiaušiniai), cinkas (jautiena, lęšiai, moliūgų sėklos, špinatai), baltymai (pieno produktai, mėsa, kiaušiniai, riešutai).

„Laisvalaikio“ inf.

VEIDO PROCEDŪRA „INTENSIVUS STANGRUMAS“
GILIAI VALANTIS ALIEJUS / DETOKSIKUOJANTIS ŠVEITIMAS / STANGRINANTI KAUKĖ SU SPIRULINA / MODELIUOJANTIS MASAŽAS/ ŠVYTĖJIMO SUTEIKIANTI APSAUGA
TRUKMĖ: 1 VAL. 45 EUR. 55-EUR

DETOKSIKUOJANTI VEIDO PROCEDŪRA VYRAMS
DETOKSIKUOJANTIS ŠVEITIMAS / GAIVINANTI ENERGIZUOJANTI KAUKĖ / VEIDO IR GALVOS MASAŽAS / SENĖJIMĄ LĖTINANTI APSAUGA
TRUKMĖ: 45 MIN. KAINA: 35 EUR. 45-EUR

RYTŲ MASAŽO NAMAI

VEIDO PROCEDŪRA „VANDENYNŲ PASIAPTYS“
GILIAI VALANTIS ALIEJUS / ŠVEITIMAS „JŪROS GRŪDAI“ / ENERGIZUOJANTI VITAMINŲ KAUKĖ / MASAŽAS SU PRABANGIŲ ALIEJŲ ELIKSYRU
TRUKMĖ: 1 VAL. KAINA: 45 EUR. 55-EUR

VEIDO PROCEDŪRA „GILUS DRĖKINIMAS“
ŠILKINIS VALYMAS / SKAISTUMO SUTEIKIANTIS ŠVEITIMAS / DRĖGMĖ ATSTATANTI KAUKĖ / MASAŽAS SU DRĖKINANČIU KREMU
TRUKMĖ: 45 MIN. KAINA: 35 EUR. 45-EUR

-10% nuolaida visoms procedūroms

Alternatyvios muzikos festivalis



Liepos 12-15 d. Anykščiuose vyksiantis jau dešimtas festivalis „Devilstone“ lankytojams siūlo keturias muzikos scenas ir menų zoną. Kasmet festivalio erdvę papuošia jungtinė menininkų darbų paroda, kurios provokuojanti estetika atliepia festivalio dvasią. Parodos epcentre vyksta atviros dirbtuvės, piešimo ant kūno sesijos, šokio spektakliai ir ekstremalus performansai, kuriamos instaliacijos. Menų iniciatyvos žengia ir į miesto erdves.

Vienas svarbiausių meninių festivalio akcentų šiais metais - žymaus ispanų menininko, komiksų meistro ir iliustratoriaus Džoano Korneloso (Joan Cornellà) paroda, kuri bus atidaryta Anykščių viešjoje bibliotekoje liepos 13 d. ir nemokamai veiks iki rugpjūčio 13 d. Be vizualaus turinio - jungtinės „Masinės Hipnozės“ parodos ir festivalio metu kuriamų instaliacijų - menų scena pateiks šiuolaikinio šokio spektaklių ir ekstremalių kūno performansų. Į festivalį grįžta „Skintense“ komanda. Tomas Garšva dar kartą ruošiasi

drąsiems ir smalsiems pademonstruoti ekstremalius pojūčius suteikiantis žmogaus kūno galimybių ribas.

„Masinė Hipnozė“ - dideliais prožektoriais neapšviesta scena, kurioje per artistišumą, kūrybiškumą ir drąsą išreiškiamos drąsios žinutės.

Vienas iš vakarų bus dedikuotas šiuo metu populiarėjančiai slemo kultūrai. Eiles kuriantys festivalio lankytojai bus kviečiami į improvizuotą slemo vakarėlį kamerinėje aplinkoje pasidalyti savo kūryba.

Klaipėdos dramos teatras keliauja gastrolių į Kiniją



Klaipėdos dramos teatras rugšėjo mėnesį išvyksta į gastroles Kinijoje. Šanchajaus didžiajame teatre klaipėdiečiai parodys vieną ryškiausių šių metų Teatro premjerų - Eimunto Nekrošiaus režisuotą spektaklį pagal Sauliaus Šaltenio romaną „Kalės vaikai“.

Šiuo metu Šanchajaus didžiajame teatre baigiami šešerius metus trukusios rekonstrukcijos darbai. Naująjį sezoną teatras pradės specialia programa, į kurią sukvies teatralus iš visos Kinijos. Klaipėdiečių spektaklis taps vienu pirmųjų atnaujintame teatre. Didysis teatras Šanchajuje - vienas iš svarbiausių visoje Kinijoje. Teatras įkurtas 1930 m. Po šešerius metus trukusios rekonstrukcijos, teatrui grąžinta originali, 1930 m. egzistavusi, išvaizda, modernizuota scena ir žiūrovų salės įranga.

Gastrolių į Šanchajų keliaus

25 asmenys: aktoriai, techninė komanda, grimojuotoja, vadybininkė, kostiumų dailininkė, teatro direktorius, meno vadovas.

Kinai, kviesdamiesi teatrus iš Vakarų, yra racionalūs - įprastai jie stengiasi kuo daugiau sutaupyti, tačiau šįsyk ne tik sumokės teatrui honorarą, bet ir padengs visas trupės kelionės ir apgyvendinimo išlaidas. Spektaklio dekoracijos į Kiniją bus gabamos traukiniu. „Kinija yra specifinė valstybė, turi ypatingų reikalavimų - savotišką požiūrį į tatiuruotą kūną scenoje, vengia politinių temų. Tačiau kinų teatralai puikiai žino Eimuntą Nekrošių, Oskarą Koršunovą. OKT organizuoja milžiniškus turtus po Kiniją, „Žuvėdra“ ar „Hamiltonas“ ten jau parodyti po keliasdešimt kartų ir vis dar pritraukia pilnutėles sales. Nors Kinijos teatras yra visai kitoks nei mūsų, tačiau kinai labai domisi europiniu, taip pat ir Lietuvos, teatru“, - pasakojo Teatro vadovas Tomas Juočys.

Klaipėdos dramos teatro inf.



Šimtmečio dainų šventė

Lietuvos šimtmečio dainų šventė liepos 6 d. vainikuos Dainų dieną „Vienybė težydi“, į vieną milžinišką chorą Vingio parke sukviesianti per 12 tūkstančių dainininkų.

Dainų šventė skiriama Lietuvos nepriklausomos valstybės atkūrimo šimtmečiui paminėti, tad jos idėjų pagrindu tapo „Tautiška giesmė“, davusi vardą ir Dainų dienai. Vingio parke skambės gražiausi visų laikų kūriniai, kuriuos atliks suaugusiųjų, studentų, moterų, vyrų, merginų, berniukų, jaunuolių bei moksleivių chorai. Programoje dalyvaus pučiamųjų instrumentų orkestrai, Artūro Anusausko instrumentinė grupė, Lietuvos kariuomenės orkestras ir solistai: Andrius Mamontovas,

Saulius Petreikis, Linas Adomaitis, Povilas Meškėla, Lina Dambrauskaitė, Rasa Serra, Marius Polikaitis. Renginio kulminacija taps visų - Lietuvoje ir pasaulyje gyvenančių lietuvių - drauge giedama „Tautiška giesmė“.

„Dainų dienos programoje bus kuriama stipri emocija, kai dainos galia pakelia, užvaldo ir suvienija tūkstančius. Kartu kviesime dainuoti visus susirinkusius, pajusti vienybę ir pasididžiavimą savo tauta“, - pasakojo Dainų dienos meno vadovas, dirigentas Artūras Dambrauskas.

Programą sudarys keturios dalys: „Lietuva, tėvyne mūsų, tu didvyrių žeme“, „Ir šviesa, ir tiesa mūsų žingsnius telydi“, „Tegul tavo vaikai eina vien takais dorybės“, „Vardan tos Lietuvos vieny-

bė težydi“. Koncertą ves aktorius Giedrius Arbačiauskas ir žurnalistė, televizijos laidų vedėja Eglė Daugėlaitė-Kryževičienė.

Keturias valandas trukusiančiame renginyje skambės daugiau nei 30 kūrinių - lietuvių klasikos ir naujų.

Lietuviškų dainų skambesio sužavėti pirmą kartą į šventę atvyksta ir du užsienio chorai - vyrų chorų draugija „Jordankai“ iš Japonijos ir moterų choras „vocal orange“ iš Austrijos. Choristai Dainų dienos repertuaro kūrinius išmoko ir atliks lietuvių kalba.

Dainų dienoje dainuos ir 22 užsienio lietuvių chorai - 650 chodristų - iš Australijos, Austrijos, Didžiosios Britanijos, JAV, Kanados, Latvijos, Lenkijos, Rusijos, Ukrainos ir Vokietijos.

„Midsummer Vilnius“ festivalyje - „Freaks on Floor“

Greitai prasidėsiančiame „Midsummer Vilnius“ festivalyje grupė „Freaks on Floor“ surengs išskirtinį koncertą „Roko mišios“. Liepos 18 d. grupė pirmą kartą drauge su styginių instrumentų grupe koncertuos Valdovų rūmų kieme ir pristatys singlus iš rudėnį pasirodysiančio savo albumo.

„Labai laukiame koncerto ir dėliojame planus, taip pat ruošiamės staigmenas festivalio klausytojams. Su styginių instrumentų grupe jau kelis kartus koncertavome Šv. Kotrynos bažnyčioje, tačiau, be abejonės, pasirodymas Valdovų rūmuose bus nauja patirtis. Šios vietos atmosfera mūsų muzikai turėtų suteikti visiškai kitokį skambesį“, - pasakojo grupės vokalistas ir gitaristas Justinas Jarutis.

„Roko mišiose“ grupės „Freaks on Floor“ muzika suskambės kitaip. Prie atlikėjų prisijungs styginių instrumentų grupė bei muzikantai Tadas Žukauskas, Gintas Bagdonas ir kt.

Atlikėjai teigia, kad išeiti iš savo komforto zonos visada in-



triguoja, nes kiekvieną kartą sužinai ir atrandi kažką naujo. Pasirošimas koncertui su styginių kolektyvu yra labai įdomus, tačiau tuo pačiu ir sunkus darbas, juk kiekvienam kūriniui reikia atrasti geriausią skambančią aranžuotę, suderinti grupės atliekamą roką su klasikinės muzikos skambesiu.

„Freaks on Floor“ savo muzika festivalio lankytojus kvies sustoti bei sutelkti dėmesį. „Tikimės, kad žmonės ateis nusiteikę klausyti, įsijausti ir dainuoti

Puslapį parengė Dalia DAŠKEVIČIŪTĖ

„Nuostabieji Lūzeriai. Kita Planeta“ tęsia turą per kino festivalius

Neseniai vykusiuose „Sidabrinės gervės“ apdovanojimuose naujausias Arūno Matelio filmas buvo pripažintas geriausiu dokumentiniu filmu. „Nuostabieji Lūzeriai. Kita Planeta“ taip pat laimėjo geriausio kompozitoriaus apdovanojimą bei publikos simpatijų prizą.

Spalio mėnesį pasirodęs filmas vis dar tęsia kelionę po prestižinius kino festivalius visame pasaulyje. Birželio 28 dieną filmas buvo parodytas tarptautiniame Parnu filmų festivalyje, o Birželio 29 dieną - Lagovo filmų

festivalyje. Seanse apsilankė ir pats filmo režisierius. Šis festivalis, vykstantis 47-ąjį kartą, ilgai buvo lietuvių režisierių langas į Vakarų Europos kino rinką.

Liepos pradžioje „Nuostabieji Lūzeriai. Kita Planeta“ keliaus į Aziją, Kazachstaną. Filmas bus rodomas „EurAsia“ tarptautiniame filmų festivalyje. Filmas, dalyvavęs šiame festivalyje, gali pretenduoti į Europos Filmų akademijos apdovanojimą. „Nuostabieji Lūzeriai. Kita Planeta“ dalyvaus dokumentinių filmų konkursinėje programoje „Objektyvas“.

Ateityje filmo laukia premjera Jungtinėse Amerikos Valstijose bei Azijos šalyse.



Kino klube - švediška klasika ir išskirtiniai moterų režisierių darbai



Po trumpos pertraukos sugrįžęs Tarptautinio Kauno kino festivalio (TKKF) kino klubas birželio 29 d. startavo atsinaujinusioje Kauno kultūros centro „Tautos namai“ salėje. Pirmasis kino entuziastų susitikimas prasidėjo dokumentinio filmo „Sibrovus pas Bergmaną“ peržiūra.

Kino klubas - rudėnį jau vienuoliktą kartą įvyksiančio Tarptautinio Kauno kino festivalio dalis ir būdas visomis jauslėmis patirti ir analizuoti kiną, kelti klausimus ir atrasti atsakymus.

Festivalio direktorė Eglė Marčiulaitytė pastebi, kad per tą laiką pastebimai išaugo nekomercinio kino rodymo poreikis, edukacijos plėtos bei lojalios kino auditorijos auginimo svarba.

TKKF kino klubo programoje planuojamos dar šešios-septynios įvairaus žanro filmų peržiūros ir diskusijos, kuriose dėmesys bus skiriamas kiną kuriančioms režisierėms moterims. Žiūrovams žadami išskirtiniai kino seansai: prestižiniais kino prizais apdovnotas rež. Anos Odel (Anna Odell) filmas „Susitikimas“ (2013), praversiantis dalyvavusiems ar planuojantiems apsilankyti susitikime su bendraklasiais iš vidurinės mokyklos, taip pat egzistencinės moteriškumo temas nagrinėjantis Amerikos nepriklausomo kino filmas „Wanda“ (rež. Barbara Loden, 1970), Palestina alsuojanti jaudinanti šeimos drama „Pareiga“ (rež. Annamari Jacir (Annamarie Jacir), 2017) ir kt.

Marijampolėje - nemokami garsių lietuviškų filmų seansai

Kiekvieną vasaros trečiadienį festivalio „Kino pavasaris“ projektas „Kino karavanas“ lankysis šių metų šalies kultūros sostinėje Marijampolėje.

Suplanuota 10 nemokamų seansų, kurių metu bus rodomi lietuvių kino istorijai reikšmingi filmai. Marijampolės repertuare žiūrovai ras tokias legendines juostas kaip „Velnio nuotaka“, „Skrydis per Atlantą“, žiūrovų pamėgtą „Nematomą frontą“ ir tik šiemet pristatytą „Sengirę“.

Neseniai įvykusiame pirmajame šio sezono seanse po atviru dangumi, į kurį susirinko apie 300 žmonių, buvo rodoma režisieriaus Algirdo Aramino 1971 m. drama „Maža išpažintis“.

Kaip kultūros sostinė, švęsanti Lietuvos valstybės atkūrimo šimtmetį, pristatome įvairiausių menų - nuo mėgėjiškų veiklų iki profesionalių kuriamo teatro, kino, muzikos ir pan. Vasara yra puikus metas įveikinti sutvarkytus miesto parkus. Vienas jų - Poezijos, kuriame ir organizuojame visus 10 lietuvių filmų seansų. Kiekvieną trečiadienį paskyreme vasaros kinui, kurio programoje - visai šeimai tinkami filmai - nuo seniausių, kuriuos prisimena vyresnioji karta, iki pačių naujausių juostų. Siekiame jaunąją kartą supažindinti su praeitimi, o skirtingas kartas jungiančioms šeimoms suteikti galimybę drauge patirti kino dabartį, - kalbėjo idėjos autorė, Marijampolės savivaldybės administracijos kultūros skyriaus specialistė Jūratė Zakaravičienė.

Puslapį parengė Dalia DAŠKEVIČIŪTĖ

07.07

OVIDIJUS VYŠNIAUSKAS

„SAULĖ LEIDŽIAS“

07.14

Grupė EL FUEGO

„SU MEILE APIE MEILĘ“

07.21

J. MILIUS, Č. GABALIS ir F. ZAKREVSKIS

„GERIAUSIOS BALADĖS“

07.28

Žvaigždžių duetas LAISVA ir RADŽI

„TAVO AKYS“

08.04

LARISA KALPOKAITĖ

ROMANSŲ IR DAINŲ VAKARAS

Bilietus platina

Valandą prieš koncertą bilietai parduodami renginio vietoje (Senoji Smiltynės perkėla)

Informacija tel. +370 670 41252

El. paštu info@promoplus.lt

www.muzikuojantiskeltas.lt

VIENTELIAI BEI ĮSIMINTINIAUSI KONCERTAI ANT VANDENS!

Teatras

VILNIUS

NAUJASIS TEATRAS

30 d. 12. Kamerninėje salėje „Simultana“ – Edukacinė pasaka vaikams „Iš bičių gyvenimo“.

4 d. 19. Repeticijų salėje – Pojūčių spektaklis „Kodėl aš čia?“
Rež. S.Sandarytė.

PALANGA

KULTŪROS CENTRAS „RAMYBĖ“

3 d. 20 – „Užsiimkime meile. Ačiū, su malonumu!“ Rež. A.Lebeliūnas („Kitoks“ teatras).

PANEVŽYS

6 d. 21.30 Skaitakalnio parke – J.Marcinkėvičius. Šokio ir dramos spektaklis „Mindaugas“. Režisierė ir choreografe M.S.Šimulnaitė.

Koncertai

VILNIUS

LIETUVOS NACIONALINĖ FILHARMONIJ

3 d. 20 – Vokaliinių ansamblių koncertas „Dėl žalių žuolių“.

2018 m. Lietuvos šimtmečio dainų šventė „Vardan tos...“

3 d. 18 Šv. Jonų bažnyčioje – 2018 m. Lietuvos šimtmečio dainų šventė „Vardan tos...“ Kanklių koncertas „Skambėkite, kanklės“. Vilniaus mokytojų namų liaudiškos muzikos ansamblis „Kanklėliai“ (vad. D.Čižinskienė). Jėjimas – nemokamas.

3 d. 10.22 Pilių teritorijoje – Bernardinų sode, Katedros aikštėje – Folkloro diena „Didžią žmonių žemė“. Dalyvauja: Vilniaus mokytojų namų folkloro ansambliai: „Reketukas“ (vad. I.Strazdienė), „Tyklė“ (vad. V.Brazaitienė), „Krivulė“ (vad. J.Racevičiūtė), „Vilniaus džiukuliai“ (vad. D.Steponavičienė-Ruglaiveidė), „Srauna“ (vad. A.Rubikienė). Jėjimas – nemokamas.

6 d. 17 Vingio parko estradoje – Dainų diena „Vienybė težydi“. Dalyvauja: Vilniaus mokytojų namų chorai: „Ąžuoliukas“ (vad. V.Miškinis), „Bel Canto“ (vad. E.Kaveckas), „Versmė“ (vad. G.Skapas), „Aidas“ (vad. L.Mačiulienė), „Vytis“ (vad. A.Pikšrys).

LDK VALDOVŲ RŪMŲ MUZIEJUS

6 d. 21.05 Didžiąjame kieme – Pirmosios operos Lietuvoje „Elenos pagrobimas“ koncertinio atlikimo tiesioginė transliacija. Jėjimas – nemokamas.

VU BOTANIKOS SODAS

3 d. 20 – LP (Laura Pergolizzi) koncertas (JAV).

VINGIO PARKAS

1 d. 19 – Roko opera „Eglė“. Vilniaus mokytojų namų mišrus choras „Bel Canto“ (vad. E.Kaveckas).

TRAKAI

UŽTRAKIO DVARAS

30 d. 15 – „Romantiškasis smuikas džiaze“. D.Bidva (smuikas), F.Zakrevskis (fortepijonas), D.Bagurskas (kontrabosas), D.Rudis (mušamieji).

KAUNAS

XVII tarptautinis festivalis „Operetė Kauno pilyje 2018“

5 d. 20 Prie Kauno pilies – Koncertas „Pilies muzika“, skirtas Lietuvos atkūrimo 100-čiui.

10 d. 21 Prie Kauno pilies – J.Karnavičiaus opera „Radvila Perkūnas“. Spektaklis skirtas Lietuvos atkūrimo 100-čiui.

6 d. 21 Raudondvario dvaro menų inkubatorijoje – „Tartu bigbendas“ (Estija). Koncertas skirtas Lietuvos atkūrimo 100-čiui.

KLAIPĖDA

KONCERTŲ SALĖ

5 d. 20 Koncertų salės parko estradoje – Alternatyvus folkloro grupė „Meropė“. J.vokalevičiūtė (vokalas, kanklės), J.Ch.Bonnatous (bansuri fleita, Prancūzija), B.Cools (gitar, efektai, Belgija).

ŠIAULIAI

3 d. 18 Šv. Apaštaltų Petro ir Pauliaus katedroje – Japonų vyrų choras „Jordankai“ (meno vadovas T.Yasumoto). Dir. T.Ueda. Berniukų ir jaunuolių choras „Dagilėlis“ (meno vadovas ir dir. R.Adomaitis).

PALANGA

GINTARO MUZIEJAUS TERASA

3 d. 20 – VI tarptautinio M.K.Čiurlionio muzikos festivalio koncertas. „Duo Flupa“. Vilmantė Kazulytė (fleita) ir Kristina Ivanauskaitė (fortepijonas).
6 d. 20 – VI tarptautinio M.K.Čiurlionio muzikos festivalio atidarymo koncertas. Nacionalinės M.K.Čiurlionio menų mokyklės simfoninis orkestras (dir. M.Staškus). Solistai: P.Andersson (fortepijonas), P.Jankovskytė (smuikas).

KONFERENCIJŲ SALĖ „PALANGOS VĖTRA“

30 d. 19 – Muzikos magijos dienos. Juozas Milašius „Šiuolaikinė džiazo gitara“.
30 d. 19 – Muzikos magijos dienos. Anatolijus Lomonosovas „Šiaurės Indijos ragos“.

MUZIKOS KLUBAS „VANDENIS“

30 d. 20 – Arinos ir grupės „Veto Bank“ koncertas.

JUODKRANTĖ

EVANGELIKŲ LIUTERONŲ BAŽNYČIA

3 d. 20 – Vakaras su Judita Leitaite ir Živilė Survilaitė.

KITI MIESTAI

KONCERTAI KITUOSE MIESTUOSE

30 d. 11 Lazdijų r., Dementiškiuose – Muzikinė literatūrinė popietė. Tautinės muzikos atlikėjai.

30 d. 16.30 Vilniaus r., Guopštų k. – „Greiti ir įsiutę“. Čiurlionio kvartetas.
30 d. 19 Varniai, šv. apaštaltų Petro ir Pauliaus bažnyčioje – R.Tamo (smuikas), V.Gaižauskaitė-Veličkienė (violončelė) L.Gedgaudaitė (vargonai).

1 d. 11 Kėdainiai, Šv. Juozapo bažnyčioje – S.Beatričė (sopranas), M.Beinaris (baritonas), S.Beinarienė (koncertmeisterė).

1 d. 15 Šalčininkų r., Jašiūnų dvare – Festivalis „Muzika Jašiūnų dvare 2018“. Lietuvos kariuomenės orkestras (dir. E.Ališauskas).

1 d. 15 Žagarės dvare – „Flamenko su džiazo prieskoniais“. Trio „Vertical“ (Lenkija), M.Zlotritskis (gitar), J.Persona (perkusija), M.Spera (kontrabosas).

1 d. 19.30 Druskininkų bažnyčioje – Sakralinės muzikos valanda. A.Cičėnaitė (sopranas), D.Gudelevičiūtė (altas), Ž.Survilaitė (vargonai).

PREMJERA



Penki draugai kiekvieną gegužės mėnesį žaidžia gaudynes. Ir taip – jau trisdešimt metų, nuo pirmos klasės. Tą mėnesį visi kiti dalykai – darbas, šeima ir panašiai – jų gyvenime tampa absoliučiai nesvarbūs. Tikslas vienintelis – netikėtai užklupti kurį nors iš likusių keturių, jį paliesiti, surikti „Papuolei!“ ir pabėgti.

Kad ir kaip sunku būtų tuo patikėti, filmo scenarijus paremtas tikrais įvykiais. Vienoje Vašingtono vidurinių mokyklų šį keistą ir iš proto varantį žaidimą

Kinai

VILNIUS

FORUM CINEMAS AKROPOLIS

„Slaptasis agentas Maksas“ (komedija, dubliuota lietuviškai, JAV, V) – 30-5 d. 10.30, 12.30, 14.50, 17 val.
„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 10.40, 15.30, 19.20, 21.40, 23.40 val. (23.40 val. seansas vyks 30 d.).
„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 12.40, 15.20, 18.40, 21.20, 23.50 val. (23.50 val. seansas vyks 30 d.).

„Paveldėtas“ (siaubo trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 12.50, 16.05, 18.10, 21.23, 24.00 val. (23.40 val. seansas vyks 30 d.).
„Tobuli aferistai“ (komedija, JAV) – 4 d. 19.10 val. (COSMO VIP premjera).
„Oušeno 8“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) – 30-5 d. 11.20, 18.50, 21.15, 23.45 val. (23.45 val. seansas vyks 30 d.).

„Naktinė pamaina“ (komedija, Rusija, N-16) – 30-5 d. 16.30, 19.21, 23.30, 23.40, 23.35 val. (23.35 val. seansas vyks 30 d.).
„Juros periodo pasaulis. Kritusi karalystė“ (fantastinis veiksmo f., JAV, N-13) – 30-5 d. 10.10, 15.55, 20.50 val.

„Juros periodo pasaulis. Kritusi karalystė“ (fantastinis veiksmo f., JAV, 3D, N-13) – 30-5 d. 13.18 val.

„Sadko“ (animacinis f., originalo k. su lietuviškais subtitrais, Rusija, N-7) – 30-5 d. 10.50, 12.20, 17.10 val.

„Iš meilės Pabliui“ (biografinė kriminalinė komedija, Ispanija, Bulgarija, N-16) – 30-5 d. 18.20, 21.10 val.

„Deadpool 2“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 19.10, 21.40 val. (4 d. 19.10 val. seansas nevyks).

„Plojus“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Islandija, Belgija, V) – 30-5 d. 10.20, 14.20 val.

„Dvi uodegos“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) – 30-5 d. 11, 15 val.

„Dvi uodegos“ (animacinis f., originalo k., Rusija, V) – 30-5 d. 13.10 val.

„Šakalai“ (siaubo trileris, JAV, N-18) – 30 d. 23.30 val.

„Teris ir užburta aušros karalystė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Danija, V) – 30-5 d. 12.15 val.

„Dvi uodegos“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Islandija, Belgija, V) – 30-5 d. 13.45 val.

„Su meile, Saimonas“ (drama, JAV, N-13) – 1, 3, 5 d. 15.45 val.

„Stebuklas“ (tragikomedija, Lietuva, Bulgarija, Lenkija, N-13) – 30, 2, 4 d. 15.45 val.

„Vasaros akcija vaikams „Vajana“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) – 30-5 d. 13.25 val.

„Sengirė“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 30-5 d. 11.10 val.

KINO TEATRUOSE NUO BIRŽELIO 29 D. KOMEDIJ. JAV, 2018.

REŽISIERIUS: JEFF TOMSIC.

VAIDINA: ED HELMS, JEREMY RENNER, JOHN HAMM, JAKE JOHNSON, HANNIBAL BURESS.

„Tag“

„Papuolei!“

„Tag“

„Tag“

„Tag“

„Tag“

„Tag“

„Tag“

„Tag“

„Tag“

„Tag“

FORUM CINEMAS VINGIS

„Slaptasis agentas Maksas“ (komedija, dubliuota lietuviškai, JAV, V) – 30-5 d. 11.10, 12, 14.20, 16.30 val.
„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 11.20, 13.45, 16.05, 18.45, 21.20 val.
„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.40, 16.20, 19.10, 21.45 val.

„Paveldėtas“ (siaubo trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 12.50, 16.05, 18.10, 21.23, 24.00 val. (23.40 val. seansas vyks 30 d.).
„Tobuli aferistai“ (komedija, JAV) – 4 d. 19.10 val. (COSMO VIP premjera).
„Oušeno 8“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) – 30-5 d. 11.20, 18.50, 21.15, 23.45 val. (23.45 val. seansas vyks 30 d.).

„Naktinė pamaina“ (komedija, Rusija, N-16) – 30-5 d. 16.30, 19.21, 23.30, 23.40, 23.35 val. (23.35 val. seansas vyks 30 d.).
„Juros periodo pasaulis. Kritusi karalystė“ (fantastinis veiksmo f., JAV, N-13) – 30-5 d. 10.10, 15.55, 20.50 val.

„Juros periodo pasaulis. Kritusi karalystė“ (fantastinis veiksmo f., JAV, 3D, N-13) – 30-5 d. 13.18 val.

„Sadko“ (animacinis f., originalo k. su lietuviškais subtitrais, Rusija, N-7) – 30-5 d. 10.50, 12.20, 17.10 val.

„Iš meilės Pabliui“ (biografinė kriminalinė komedija, Ispanija, Bulgarija, N-16) – 30-5 d. 18.20, 21.10 val.

„Deadpool 2“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 19.10, 21.40 val. (4 d. 19.10 val. seansas nevyks).

„Plojus“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Islandija, Belgija, V) – 30-5 d. 10.20, 14.20 val.

„Dvi uodegos“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) – 30-5 d. 11, 15 val.

„Dvi uodegos“ (animacinis f., originalo k., Rusija, V) – 30-5 d. 13.10 val.

„Šakalai“ (siaubo trileris, JAV, N-18) – 30 d. 23.30 val.

„Teris ir užburta aušros karalystė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Danija, V) – 30-5 d. 12.15 val.

„Dvi uodegos“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Islandija, Belgija, V) – 30-5 d. 13.45 val.

„Su meile, Saimonas“ (drama, JAV, N-13) – 1, 3, 5 d. 15.45 val.

„Stebuklas“ (tragikomedija, Lietuva, Bulgarija, Lenkija, N-13) – 30, 2, 4 d. 15.45 val.

„Vasaros akcija vaikams „Vajana“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) – 30-5 d. 13.25 val.

„Sengirė“ (dokumentinis f., Lietuva, V) – 30-5 d. 11.10 val.

MULTIKINO OZAS

„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 10.45, 13.30, 16.15, 19, 21.45 val.

„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 13.15, 15.45, 19.30, 21.45 val.

„Slaptasis agentas Maksas“

(komedija, dubliuota lietuviškai, JAV, V) – 30-3, 5 d. 10.45, 13, 15, 17.15, 18.30 val. 4 d. 11.45, 15, 17.15, 18.30 val.
„Paveldėtas“ (siaubo trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 16.15, 19, 21.45 val.
„Naktinė pamaina“ (komedija, Rusija, N-16) – 30-5 d. 20, 22 val.
„Iš meilės Pabliui“ (biografinė kriminalinė komedija, Ispanija, Bulgarija, N-16) – 30-3, 5 d. 11.45, 16.15, 20.30 val. 4 d. 16.15, 20.30 val.

„Oušeno 8“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) – 30-5 d. 14, 19, 21.30 val.
„Juros periodo pasaulis. Kritusi karalystė“ (fantastinis veiksmo f., JAV, N-13) – 30-5 d. 10.30, 13.15, 16, 18.45, 21.30 val. 30 d. 13.15, 16, 18.45, 21.30 val.

„Dvi uodegos“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) – 30-5 d. 12.15 val.
„Plojus“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Islandija, Belgija, V) – 30-5 d. 10.30, 12.30, 14.30, 16.45, 18 val.

„Teris ir užburta aušros karalystė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Didžioji Britanija, Meksika, V) – 30-5 d. 10, 14 val.

„Slaptasis agentas Maksas“

(komedija, dubliuota lietuviškai, JAV, V) – 30 d. 11 val. (specialus seansas mažiukams).

„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 4 d. 12 val. (specialus seansas mamytėms).

KAUNAS

FORUM CINEMAS

„Sicario 2: Kartelių karai“ (veiksmo kriminalinis trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 11, 11.10, 12.50, 13.30, 16.25, 16.40, 18.50, 21.50, 0.10 val. (11.10, 13.30, 16.40, 0.10 val. seansai vyks 1-5 d.).
„Slaptasis agentas Maksas“ (komedija, dubliuota lietuviškai, JAV, V) – 30-5 d. 10.40, 12.55, 15.10, 15.20, 17.25, 17.30 val. (15.20, 17.30 val. seansai vyks 30 d.; 15.10, 17.25 val. seansai vyks 1-5 d.).
„Papuolei!“ (komedija, JAV, N-16) – 30-5 d. 10.30, 11, 14.50, 15.40, 17.10, 18, 19.40, 22, 0.20 val. (11, 14.50, 17.10, 0.20 val. seansai vyks 30 d.; 10.30, 15.40, 18 val. seansai vyks 1-5 d.).

„Paveldėtas“ (siaubo trileris, JAV, N-16) – 30-5 d. 13.40, 13.50, 15.30, 16.10, 18.20, 19, 21.30, 23.20 val. (13.50, 16.10, 19, 23.20 val. seansai vyks 30 d.; 13.40, 15.30, 18.20 val. seansai vyks 1-5 d.).

„Tobuli aferistai“ (komedija, JAV) – 4 d. 19.15 val. (COSMO VIP premjera).
„Oušeno 8“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) – 30 d. 15.10, 19.10, 21.40 val. 1-5 d. 15.20, 18.35, 21.10 val.

„Laisvalaikio“ klubo partneriai



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

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

APRANGA, AKSESUARAI

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

TEATRAS

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



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

KITOS PRAMOGOS

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

SVEIKATINGUMO PASLAUGOS

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

VIEŠBUČIAI

Viešbutis ir restoranas „Moon Garden Hotel“. Vilnius. 20% nuolaida apgyvendinimui ir 15% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 5) 219 99 49, www.moongardenhotel.com
Sodyba „Terra poilsis“. Molėtų r. Gruodžių k. 15% nuolaida apgyvendinimui ir pirties paslaugoms. Tel. (8 686) 03 233, www.terrapoilsis.lt
Viešbutis „Rinno“. Vilnius. 10% nuolaida apgyvendinimui. Tel. (8 5) 262 2828
Viešbutis „Karolina“. Vilnius. 15% nuolaida viešbučio ir restorano paslaugoms (iš pagrindinio meniu). Tel. (8 5) 245 3939
Viešbutis „Narutis“. Vilnius. 20% nuolaida apgyvendinimui ir 15% nuolaida sąskaitai viešbučio restorane. Tel. (8 5) 212 2894
Viešbutis „Europa City“. Vilnius. 12% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 604) 30 002, (8 670) 90 724, www.saltytour.lt
Viešbutis „Pažaislio parkas“. Kaunas. 20% nuolaida apgyvendinimui. Tel. (8 37) 452 433
Viešbutis „SPA Hotel Belvilis“. Kimeilė, Molėtų r. 10% nuolaida pirčių-baseno komplekso paslaugoms, kitoms papildomoms pramogoms ir paslaugoms bei sąskaitai restorane. Tel. (8 383) 51 098, www.belvilis.lt

KITOS PASLAUGOS

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



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

KITOS PREKĖS

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

KONCERTAI, RENGINIAI

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

MOKYMO KURSAI

„American English School“. 24 Eur nuolaida kalbų kursams Lietuvoje, 44 Eur nuolaida kalbų kursams ir stovykloms užsienyje. Tel. (8 5) 279 1011, (8 610) 30 006, www.ames.lt
„Soros International House“. 24,62 Eur nuolaida kalbų kursams mokytis grupėse Lietuvoje. Tel. (8 5) 272 4879, www.sih.lt
Interjerinių lėlių gamavimo kursai „Senamiesčio lėlės“. Vilnius. 30% nuolaida interjerinių lėlių gamavimo kursams. Tel. (8 687) 61 422, www.puppetstheatre.lt

GROŽIO PASLAUGOS

Masažai, SPA ritualai, aromaterapija „Provanso kvapai“. Vilnius, Klaipėda. 12% nuolaida prekėms ir paslaugoms. Tel. (8 679) 25 055, www.provanskvapai.lt
Estetinės medicinos ir dermatologijos klinika „Grožio pasaulis“. Kaunas. 10% nuolaida kosmetologinėms procedūroms, kūno įvyniojimams ir anticelulitinėms procedūroms presoterapijos aparatu. Tel. (8 659) 68545, www.rav42.lt
Restoranas „Lauro lapas“. Vilnius. 10% nuolaida sąskaitai (išskyrus dienos pietus). Tel. (8 674) 51 045, www.laurolapas.lt
Kinų japonų restoranai „Rytų Azija“. Kaunas. 15% nuolaida sąskaitai (nuolaida negalioja dienos pietums). Tel. (8 646) 66 776
Restoranas-picerija „Pas Tą“. Vilnius. 15% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 605) 55 544, www.pastakrodo.lt
Restoranas „Basilico“. Vilnius. 10% nuolaida sąskaitai (išskyrus dienos pietus). Tel. (8 37) 333 557 (Kaunas), (8 46) 315 111 (Klaipėda), www.mirameda.lt
Medicinos klinika „Mirameda“. Vilnius, Kaunas, Klaipėda. 10% nuolaida visoms medicininio gydymo, grožio bei sveikatinimo paslaugoms. Nuolaidos nesumuojamos. Nuolaida negalioja medicininėms sveikatos patikros programoms. Tel. (8 5) 212 5566 (Vilnius), (8 37) 333 557 (Kaunas), (8 46) 315 111 (Klaipėda), www.mirameda.lt
Grožio namai „Merci Merc“. Šiauliai. 10% nuolaida nuo oficialių kainų paslaugoms ir prekėms. Tel. (8 611) 33 227, www.merci-merci.lt

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

PROGNOZĖ BIRŽELIO 30 - LIEPŲS 4 D.
 GEROS DIENOS: LIEPŲS 3, 4 D.
 BLOGOS DIENOS: BIRŽELIO 30 D. LIEPŲS 2 D.
 Profesionalios astrologės **Lilijos Banaitienės** paslaugos
 Tel. 865698074
 El.p. btime@elnet.lt

Avinas. Dalykite gera aplinkiniams negailėdami vidinės šilumos. Graža bus milžiniška. Nesivėlkite į ginčus. Būkite atidūs tvarkydami finansinius dokumentus. Jeigu norite paaukštinti, galite drąsiai kreiptis į vyresnybę. Daugiau laiko praleiskite gryname ore, stenkitės gerai išsimiegoti, mokėkite derinti darbą ir poilsį.

vėžys. Gali lydėti baimė, nerimas. Vis dėlto imsite atsigauti, išdringumas, sumanumas šiuo metu padės, o ir fortūna bus jūsų pusėje. Pasirūpinkite savo ir artimųjų sveikata, palankus laikas vandens ir SPA procedūroms. Ir neužmirškite, kad tik teigiamos emocijos yra jūsų sveikatos pagrindas.

Svarstyklės. Jūsų asmeniniame gyvenime susikurkite šventę. Gana sudėtingai formosis ryšiai su užsieniu ir tik teisingai pasirinkta kolektyvinio darbo kryptis, idėjinis šio darbo atnaujinimas padės pasirūpinti savimi. Saugokitės traumų, venkite kaloringo maisto, kuris apkrauna virškinamojo trakto darbą.

ožiaragis. Daug ką galite pasiekti ne tik sunkiu kryptingų darbų, bet ir nauju požiūriu į darbą. Venkite žmonių, gyvenančių liūdesio bei nesėkmės vizijoje. Jus žavės gyvas bendravimas. Palankus periodas atlikti vandens grūdinimos, sveikatinimo procedūras, leiskite sau atsipalaiduoti, išmėginkite jogą.

Jautis. Jus kamuos troškimas iš esmės atnaujinti savo gyvenimą, tačiau užmegzti ilgalaikis meilės ryšius dabar nėra palankus periodas, todėl neskubėkite nutraukti senų saitų. Stenkitės neišlaidauti. Profesinėje srityje laukia įvertinimas: jei ieškote darbo, galite gauti seniai svajotą vietą. Daugiau judėkite, tai sustiprins organizmą.

Liūtas. Gana neramus fonas lydės ne tik santykiuose su antrąja puse, bet ir darbe, ypač susijusiame su finansais bei finansinių dokumentų tvarkymu. Neaštrinkite situacijos naujais konfliktais su kolegomis bei giminačiais, ieškote taikos, nuosirdesnio santykio su pasauliu. Rūpinkitės savo sveikata.

Skorpionas. Rezultatai priklausys nuo jūsų, daugiau dėmesio teks skirti smulkios, tačiau būtinoms pareigoms atlikti. Neturinties antros pusės šį savaitę įneš daug romantikos bei netikėtumų, būkite pasirošę. Daugiau laiko skirkite dvasiniam tobulėjimui, pašaukimo suvokimui. Tinkamas metas vandens procedūroms.

vandenis. Asmeninis gyvenimas tekės įprasta vaga. Tinkamas laikas naujos veiklos pradžiai. Gali atsirasti naujas pajamų šaltinis. Nenustebkite, jei pradėsite ruošti naujam virsmui - šiuo metu pokyčiai jums labai reikalingi. Daugiau būkite lauke, gera nuotaika bei teigiamas požiūris į aplinką padės neprarasti emocijų pusiausvyros.

Rytų masažo namai „Azia SPA“. Vilnius. 10% nuolaida procedūroms. Kiekvieną mėnesį spec. pasiūlymai tik su „Laisvalaikio“ kortele. Tel. (8 5) 244 4646, (8 644) 03 000, www.aziaspa.lt
Soliariumas „Nefertiti“. Kaunas. 15% nuolaida soliariumo paslaugoms. Tel. (8 37) 23 74 50
Grožio namai „Sothys“. Vilnius. 15% nuolaida prekėms ir paslaugoms. Tel. (8 620) 15 551, (8 46) 240 340, www.sothis.lt
Ajurvedos centras „Shanti“. Vilnius. 15% nuolaida visoms procedūroms. Tel. (8 606) 75 557, www.ajurveda.lt
Grožio salonas „Gatineau“. Vilnius, Torių g. 19. 15% nuolaida visoms grožio paslaugoms. Tel. (8 5) 261 8364, (8 675) 44 448, www.groziopaslaugos.lt
Moters mokykla. 15% nuolaida užsiėmimams. Tel. (8 5) 247 0700, www.motersmokykla.lt

SPORTAS IR PRAMOGOS

Sostinių golfo klubas. Pipiriskų k., Elektrėnų sav. 25% nuolaida golfo žaidimui, nuomai ir kitoms paslaugoms, 15% maistui. Tel. (8 619) 99 999, www.capitals.lt
Sporto klubas „The Royal Athletic Club“. Vilnius. 10% nuolaida visoms 6 mėnesių narystėms (įskaitant ir el. sąskaitas). Tel. (8 5) 2159384, www.raclub.lt
Savicko sporto klubas. Vilnius. 10% nuolaida visiems kartiniams, dieniniams, pilnas ir pilnas plus abonentams. Tel. (8 616) 14477, www.savickosportoklubas.lt
Sporto klubas „Apelinas“. Klaipėda. 50% nuolaida vienkartiniam apsilankymui, 20% nuolaida abonentui, 15% nuolaida soliariumo abonentui. Tel. (8 46) 259 922, 322 522, www.apelinas.lt
Laisvalaikio centras „7 mūzos“. Vilnius. 10% nuolaida trenuoklių sales bei grupinių sveikatingumo užsiėmimų suaugusiųjų abonentams. Tel. (8 5) 247 0700, www.7muzos.lt
Laisvalaikio centras „7 mūzos“. Vilnius. 15% nuolaida suaugusiųjų grupinių laisvalaikio užsiėmimų (šokių) abonentams. Tel. (8 5) 247 0700, www.7muzos.lt
Irklentės „Suping.lt“. Vilnijuė - 1 Eur nuolaida*. Trakuose, Anykščiuose, Zarasuose - 2 Eur nuolaida*. *Trukmė 2 val.
Smalnininkų kartodromas. Jurbarko r., Smalnininkai. 50% nuolaida mėgėjų turnyrų dalyviui, 30% nuolaida individualiam (2 asm.) pasivažinėjimui, 144,81 Eur nuolaida (1 asm.) vasaros vaikų stovyklai. Tel. (8 620) 86 666, www.rkv-racing.lt
Europos centro golfo klubas. Girijos k., Vilniaus r. 10% nuolaida golfo žaidimui ir įrangos nuomai bei 100% nuolaida trenuoklių zonoje ir lazdu nuomai pirmojo apsilankymo metu. Tel. (8 616) 26 366, www.golfclub.lt
Dažasydyžio sporto klubas „Legionas“. Kaunas. 20% nuolaida dažasydyžio ir šratasydyžio žaidimams (6 asm.). Tel. (8 687) 22 333, www.legionas.lt
„Pramogų pasaulis“. 30% nuolaida dažasydyžio pramogai (iki 3 asmenų). Tel. (8 676) 11 121

LAISVALAIKIS SVEIKINA



TV ir radijo laidų vedėjas Jonas Nainys
 1983 06 30
Dainininkas Eduardas Kaniava
 1937 07 01



Aktorė Toma Vaškevičiūtė
 1986 07 03
Šokėjas, dainininkas Tadas Rimgaila
 1984 07 05

LAISVALAIKIS su RESPUBLIKA
RINKODAROS SKYRIUS
 Tel. (8 5) 212 33 44
PRENUMERATA
 Tel. (8 5) 212 18 05
REDAKTORĖ
 Dalia DAŠKEVIČIUTĖ
 dalia.daskeviciute@respublika.net
ŽURNALISTĖ
 Ringailė STULPINAITĖ-GILDĖ
 ringaile.stulpinaite@respublika.net
REKLAMOS SKYRIUS
 Koordinatorė tel. (8 5) 212 31 00
 reklama@respublika.net
ADRESAS
 A.Smetonos g. 2, LT-01115 Vilnius
 Tel. (8 5) 212 36 26

