



*Maricaus
ir Renatos*
kaina už laimę būti dviese

TELE
LOTO

KALEDINIAI LOŠIMAI

gruodžio 7, 14, 21, 28 d. ir sausio 4 d.

50 automobilių

5000 šventinių prizų

Čekis butui

300 000 Lt!

Bilietai visuose loterijos terminaluose, parduotuvių kasose ir internetu www.perlas.lt.

Baibai Skurstenei-Serdiukei vairavimas - darbas



■ Ko dainininkė Baiba Skurstene-Serdiukė vairuodama niekada nedaro?

18 p.



Briuselis levo Gervinskaitės akimis

■ „Mis Lietuva 2011“ Ieva Gervinskaitė įsitikinusi - nebūtina turėti daug pinigų ir laiko, kad galėtum keliauti ir bent trumpam atsipalaiduoti. 42 p.

Milita Daikerytė - užaugusi ant podiumo

■ Nors jai dar tik 17 metų, Milita jau gali pasigirti tokiais epitetais kaip atlikėja, vi-zažistė, TV projektų dalyvė. 68 p.



ŠIAME NUMERYJE

- 4-9 **INTERVIU**
Marius ir Renata Jampolskiai
- 10-11 **VEIDAI**
Toma Vaškevičiūtė, Dileta Meškaitė
- 12-14 **STILIUS**
Aleksandro Pogrebnojaus kolekcija
- 16-17 **SKONIS**
- 20-21 **VERSLO ŽMONĖS**
Liucina Rimgailė, Justas Pikelis
- 22-23 **APDOVANOJIMAI**
Britų mados apdovanojimai
- 24-25 **ĮVAIZDIS**
Atlikėja Rita Ora
- 27-29 **GROŽIO PALETĖ**
Kaip naudoti skaitalus
- 30-31 **SAVIJAUTOS KODAS**
- 32-33 **SVEIKA GYVENSENA**
Sportas kitaip
- 34-35 **PSICHOLOGIJOS KODAS**
Ką žinai apie emocijų intelektą?
- 36 **SKONIO KODAS**
- 39-41 **ĮDOMYBĖS**
- 44-45 **INTERNETAS**
- 46 **SCENA**
- 48-49 **GIDAS**
Ką veikti savaitgalį?
- 50 **DATOS**
Kim Beisindžer
- 51-69 **ETERIO ŽMONĖS, TV PROGRAMA**
Tadas Rimgaila
- 70 **KINAS SU ŽVAIGŽDE**
- 71-75 **„LAISVALAIKIO“ GIDAS**
Kinas, teatras, koncertai
- 76-79 **„LAISVALAIKIO“ KLUBAS**
- 80-81 **HOROSKOPAS, KRYŽIAŽODIS, 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

DIZAINERĖS

Liuda MACKEVIČIENĖ
liudam@republika.net

Adelė DAGELIENĖ
adele.dageliene@republika.net
Neringa SERŽANIENĖ
neringa.serzaniene@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

LAISVALAIKIS



Virselyje: Marius ir Renata Jampolskiai
Sukosena: Olga Kupcovicė (BOMOND grožio salonas)
Makiažas: Jelena Klasińska (BOMOND grožio salonas)
Fotografija: Irmantas Sidarevičius
Fotografuota viešbutyje „Narutis“



AŠ IKI PASKUTINĖS AKIMIRKOS NEŽINOJAU, KAIP RENATA ATRODYS SU VESTUVINE SUKNELE. O TADA: ĮSIVAIZDUOKITE KOKIO FILMO PAGRINDINĘ AKTORĘ. ŽIŪRI IR VARVINI SEILĖ. NET SVAJOTI BIJAI, O ČIA - TAVO MOTERIS

M. Jampolskis: santuoka su Renata sugriovė visus mitus apie moteris

Darbuose paskendęs aktorius **MARIUS JAMPOLSKIS** (36) prisipažįsta - tos retos akimirkos, kai, užgesus scenos žibintams, atidavus visas jėgas teatro žiūrovams ir po ilgos darbo dienos grįžus namo, jis pagaliau gali apkabinti savo žmoną **RENATA** (29), yra itin brangios. Nors darbo grafikas ir taip intensyvus, jis ėmėsi naujos veiklos - LNK eteryje tapo vienu iš nuotaikingos jaunavedžių varžytuvių šou „Šventę švęsti“ vedėjų. Atvirai apie santuokos džiaugsmus ir vargus sutikę papasakoti Marius ir Renata prisipažįsta: meilė - tai ne tik begalinis džiaugsmas, bet ir juodas darbas. Nepaisant to, abu sutinka - stengtis verta.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

- Mariau, kai tarėmės dėl interviu, supratau, kad jūsų dienotvarkė suplanuota sekundžių tikslumu - spektakliai, kelionės po įvairius Lietuvos miestelius, repeticijos, koncertai, filmavimai. Ar lieka laiko atsikvėpti ir pabūti vienam su kitu?

Marius: Žinote, kartais aš važiuoju kur nors dainuoti, kad ir į Ignaliną, vairuoju kokias dvi tris valandas ir tiesiog bandau įsivaizduoti, ką Renata dabar daro, likusi namuose. Kartais tiesiog sustingstu išsigandęs, kad net neišivaizduoju, ką ji dabar jaučia, ką galvoja. Iš tiesų, kaip jaučiasi moteris viena namuose, kai vyras dirba, kažkur šokinėja ant scenos, dainuoja, laido replikas, kažkur degalinėje suvalgo pašildytą dešrainį, paskui vėl šokinėja ant scenos, vėl laido replikas, tada vėl kažkokioje užkegėlyje geria kavą, tariasi dėl naujų koncertų, o ji ten - namie. Kiekvieną sekundę vis įkvepia ir iškvepia kažką naujo. Ir aš tame nedalyvauju. Aš ištisomis dienomis nedalyvauju savo moters gyvenime. Tikriausiai tai pati didžiausia bausmė vyrui ir žmonai, kai visuomenėje jie atrodo kaip laimingųjų porėlė. Kartais aš atrodau sau toks negrabus, abejingas ir nuolat pavargęs, kad manęs ir neįmanoma įsileisti į subtilų moters pasaulį. Tikriausiai vyrui niekada neužteks pinigų nupirkti toms gėlėms, kurios padengtų visas skriaudas, kurias išgyvena žmona. Taip. Mes labai branginame tas akimirkas, kai esame kartu. O visa kita tegul liks tarp mūsų. Nors, žinoma, smalsuoliams galiu pridėti, kad esu geras kulinaras ir moku skaniai pagaminti plovą.

AŠ IŠTISOMIS DIENOMIS NEDALYVAUJU SAVO MOTERS GYVENIME

- Ką tomis retomis ir, įtariu, brangiomis akimirkomis veikiate, kai liekate dviese?

Marius: Viename iš savo spektaklių sakau tokius žodžius: „Moters gyvenimas yra pilnas ritualų.“ Šie žodžiai tinka mums. Turėdami tiek mažai laiko pabūti kartu, mes tiesiog nesitardami tą laiką nutariame būti. Tas buvimas susideda iš smulkių dalykų. Man patinka, kai ji manęs klausia: „Kaip tu miegojai?“ Dažniausiai aš jai sakau: „Ne-kaip.“ Tada ji man atsako: „Gerai, dar pagu-

Šukuosena: **Olga Krupičiovič** (BOMOND grožio salonas)
Makiažas: **Jelena Klasińskaja** (BOMOND grožio salonas)

Fotografuota: **viešbutyje „Narutis“**
Fotografijos: **Irmantas Sidarevičius**

lėk. „Ir aš dar guliu. Taip būna tikriausiai tik vaikystėje, kai tu žinai, kad nereikia eiti į mokyklą, ir iš virtuvės pakvimpa kas nors skanaus. Tada ji man šūkteli: „Jau kava!“ Ir aš tik dabar pagavau save, kad į virtuvę ateinu apniukusiu veidu, atseit: aš toks reikšmingas, nes pavargęs, nes daug uždirbu. Nešamonė! Aš paprasčiausiai noriu, kad mane dar labiau mylėtų. Todėl leidžiu, kad manimi rūpintųsi. Tokia jau ta vyro prigimtis. Tada mes geriame kavą, kalbamės, kur dabar norėtume būti. Ji man pasakoja. Taip iš smulksmenų susideda mūsų realybė. Tada man ky-la noras kažką pagaminti, o, pasirodo, produktų nėra. Mes važiuojame į parduotuvę, vėl tariamės. Pagaliau gaminu. Taip į namus iš lėto ateina vakaras. Žinoma, tai tik vienas iš galimų scenarijų. Visai būna, kai būni kartu.

KARTAIS AŠ ATRODAU SAU TOKS NEGRABUS, ABEJINGAS IR NUOLAT PAVARGĘS, KAD MANĖS IR NEJMANOMA ĮSILEISTI Į SUBTILŲ MOTERS PASAULĮ

- Ar dabar toks etapas, kupinas darbų, ar tiesiog tai jūsų gyvenimo būdas?

Marius: Net ir nežinau, ar toks etapas formuoja gyvenimo būdą, ar gyvenimo būdas formuoja tokius etapus - kupinus darbų. Ar dirbti daug yra bloga charakterio savybė, ar kažkas žiauriai negerai šitame mūsų pasaulyje, kad mes dirbame tam, kad „kada nors“ dirbti reikėtų mažiau? Kodėl, norint būti laimingiems dviese, reikia taip brangiai sumokėti? Kartais, kai važiuoju iš kokios komandiruotės, galvoju, kad ir tą Renatą papasakosiu, ir šitą, ir dar apie tą, o kai sugrįžtu, ji manęs klausia: „Kaip tau sekėsi?“ Ir aš sakau: „Neblogai.“ Kažkas čia ne taip. Kaip tos moterys mus ir pakenčia?

- Mariu, LNK eteryje stojote prie naujos, nuotaikingos laidos „Šventę švęsti“ vairo. Jau buvo keletas filmavimų. Ko laidoje gali tikėtis žiūrovai?

Marius: Jeigu būtų mano valia, kurčiau žmonėms vien tik džiugią, labai padorią, šeimynišką, vadinasi, subtiliai šiltą nuotaiką. Man labai patinka, kai žmonės juokiasi, kai jie nori būti geri, nori vienas kitam sakyti gražius žodžius, kai vyrai nori būti geri savo moterims, o žmonos nori būti ištikimos savo vyrams. Ši laida turi aluzijų į tai. Kad

TIKRIAUSIAI VYRUI NIEKADA NEUŽTEKS PINIGŲ NUPIRKTI TOMS GĖLĖMS, KURIOS PADENGTŲ VISAS SKRIAUDAS, KURIAS IŠGYVENA ŽMONA



Tik vedęs Renatą, Marius suprato, kad moteris šeimoje - vyro gyvenimo esmė ir sėkmė

gali nebūti vulgarus - jau šios laidos laimėjimas. Juokas, gera nuotaika - tai svarbiausi akcentai, verčiantys mane stengtis dėl to, ką darau.

- Ar patys labiau mėgstate triukšmingas šventes, ar dažniau svarbias datas minite tik su artimaisiais?

Marius: Negaliu atsakyti vienareikšmiškai. Viskam savas laikas. Štai per mūsų vestuves buvo daug žmonių, o kartais mes sėdime dviese, šalia mūsų šunys Luna ir Džekas. Jei norime - būna ir žvakų.

- Laidoje sutuoktinių laukia ne vienos varžybos. O ar jūs tarpusavyje namuose varžotės - kas geriau iškeps kiaušiniene, kas išplaus indus, kas originalesnę dovaną įteiks, kas gražesnę komplimentą pasakys?

Marius: Vienareikšmiškai visus šiuos dalykus šimtąkart už mane geriau daro Renata. Išskyrus, žinoma, plovą, dar - žuvienę, ukrai-

AR DIRBTI DAUG YRA BLOGA CHARAKTERIO SAVYBĖ, AR KAŽKAS ŽIAURIAI NEGERAI ŠITAME MŪSŲ PASAULYJE, KAD MES DIRBAME TAM, KAD „KADA NORS“ DIRBTI REIKĖTŲ MAŽIAU?

nietiškus barščius, šašlyką, keptą erškėtą, paeliją su jūrų gėrybėmis, makaronus su tunų, morkų ir svogūnų užpilu, bulvių plokštainį. Mėgstu gulėti lovoje ir draugams pasakoti, kaip gaminu valgyti.

- Kaip dalijatės buitines darbus?

Marius: Dieve, aš net nematau, kada ji juos padaro. Ji iš tų moterų, kurios buitines darbus nepainioja su poezija. O buitines darbai - čia kaip? Šiandien aš plausiu indus ar šandien mano eilė išsiurbti šuns kilimėlį? Žinote, šandienės technikos galimybės tokios, kad buitis ne taip vargina.

- Turite du šunis. Kokių išdaigų jie prikrečia?

Marius: Taip. Šunys du - Luna ir Džekas. Apie tas išdaigas jau kalbėjome šimtus kartų. Bet aš vis susimąstau, kas vyksta su mūsų, žmonių, gyvenimu, kad mums mielesnis vis dažniau tampa ne žmogus, o gyvūnas. Gal mes jau nebeturime jėgų susikaupti ties kitu žmogumi? O su šunimi paprasčiausiai patogiu. Tu žiūri į šuns akis, jis vizgina uodegą - ir tu gerai jautiesi. Ir tada atslenka žudikiška mintis: „Na, je, juk tas šuo - kaip žmogus! Jis mane geriau supranta, o kaip dar jaučia - gerbia, jaučiasi

Aktorius Marius Jampolskis džiaugiasi tapęs vienu iš LNK laidos „Šventę švęsti“ vedėju

dėkingas!“ Šitaip randame pasiteisinimą sau, kad nesistiebiame iki žmogaus, o paprasčiausiai nusileidžiame iki keturkojų lygio. Jokių problemų, tiesiog šokoladas, ar ne?!

- Ar kasdienė rutina nevargina?

Marius: Aš kiekvieną dieną būnu tarp žmonių. Vargina tas laikas, kol iki jų eini ir kai nuo jų nueini - bejėgis ir išsunktas. Bet tos akimirkos, kai esu su savo žiūrovais, man su rutina neturi nieko bendra. Man visada svarbus santykis su žiūrovu - tai mano principas. Stovėdamas bet kokioje scenoje, aš jaučiu, kad žiūrovas - gyvybė, o ten, kur gyvybė, neįmanoma rutina.

NEVEDĖS VYRAS ATIMA IŠ SAVĖS GALIMYBĘ VYŠTYTIS. KAM REIKALINGAS TOKS INFANTILAS - BE PAREIGŲ, BE ATSAKOMYBĖS, BE GALIMYBĖS SUSIBARTI IR SUSITAIKYTI

- Renata, ar Marius labai skiriasi scenoje ir namuose?

Renata: Labai skiriasi. Vienur jis aktorius, lyg kitas žmogus, namuose - mano artimas, mylimas, mano vyras. Tėvams jis vaikas, o savo sūnui Dovydui - tėtis. Visus tuos jo vaidmenis, kaip čia tiksliau pasakius, turėjau atskirti, prisijaukinti, priprasti.

- Kokios vienas kito savybės jus labiausiai žavi?

Abu: Mūsų noras ir pastangos būti kartu.

- Išduokite bent po vieną smulkmeną, o kokie vienas kito įpročiai erzina?

Abu: Nė už ką!

- Nuo jūsų vestuvių praėjo jau daugiau nei metai. Kas dabar, prisiminus tą svarbią dieną, kelia didžiausią šypsena?

Marius: Aš iki paskutinės akimirkos nežinojau, kaip Renata atrodys su vestuvine suknele. Tai buvo paslaptis. O tada: įsivaizduokite kokio filmo pagrindinę aktorę. Žiūri ir varvini seilę. Net svajoti bijai, o čia - tavo moteris. Vienu metu aš išgyvenau didžiulį norą ją griebti ir neštis kuo greičiau, aš taip didžiavausi! Toks jausmas - lyg būtų koks pirmas pasimatymas tavo gyvenime su gražiausia pasaulyje mergaite. Kai būnu žiauriai pervargęs, šitas jos vaizdas mane gelbėja.

- Mariau, tai jūsų antroji santuoka...

- Taip, todėl į viską žiūri daug racionaliau. Tu jau mažiau galvoji apie save ir stengiesi, kad kuo geriau būtų jai. Vestuvių dieną tikria-

Renata prisipažįsta: Marius scenoje ir namuose - lyg du skirtingi žmonės



siai būčiau bet ką padaręs, kad tik jinai būtų laiminga. Visą pasiruošimo vestuvėms laiką nejučiomis ją stebėdavau, kaip atsakingai ji viskuo rūpinosi, smulkiausiomis detalėmis, net kvietimams skyrė tiek laiko, kas man atrodė gal net ir visai nesvarbu. Visą ją persvarstė, nuolat tarėsi su manimi, o aš jai kar-tojau: „Tu geriau žinai!“ Taip. Tai iš tiesų dabar mums kelia šypsena, nes mums paprasčiausiai gera. Žinote, mano žmona Renata turi nuostabią savybę: ji nemėgsta pliurpti. Bet jeigu jinai kalba, vadinasi, aš turiu klausyti.

- Kokių tradicijų laikėtės per vestuves?

Abu: Mes nesilaikėme tradicijų. Šventė virto didžiuliu koncertu.

- Ką dabar tą dieną darytumėte kitaip?

Abu: Absoliučiai nieko nekeistume.

MANO ŽMONA RENATA TURI NUOSTABIĄ SAVYBĘ: JI NEMĖGSTA PLIURPTI. BET JEIGU JINAI KALBA, VADINASI, AŠ TURIU KLAUSYTI

- Kokie mitai apie gyvenimą santuokoje per šiuos metus pasitvirtino, o kokie sugriuvo?

Marius: Vienas iš mitų, kad vyras yra šeimos galva. Nors šitas mitas negriuvo, aš manau, kad moteris yra šeimos stuburas, be kurio galva niekam nereikalinga. Kai vedžiau Renatą, mano visi mitai apie moteris sugriuvo. Aš supratau, kad moteris šeimoje - vyro gyvenimo esmė ir sėkmė. Kitas mitas, kad nevedusiam vyrui geriau nei vedusiam. Nevedęs vyras - tai vantos lapas ant užpakalio, surūdijusi teftelių dėžutė, atleiskite, buvę likimo draugai. Nevedęs vyras atima iš savęs galimybę vystytis. Kam reikalingas toks infantilas - be pareigų, be atsakomybės, be galimybės susibarti ir susitaisyti? Vyras, neaugantis vaikų, - didžiulė problema visuomenėje. Vyrai - veskite kuo greičiau! Baisu tik iš pradžių!

- Sakoma, kad meilė trunka trejus metus, jūs kartu - jau daugiau nei ketveri. Tai kiek trunka meilė? Ir ką daryti, kad ji truktų kuo ilgiau?

Marius: Nemanau, kad tai meilė, kuri trunka trejus metus. Galbūt įsimylėjimas, galbūt aistra, hormonai. Meilė, kaip ne kartą jau sakiau ir ką labai skaudžiai patyriau savo kailiu, yra juodas darbas. Tu tiesiog turi kalbėtis su savo žmogumi, klausyti, kaip jam sekasi, ką galvoja, kaip jaučiasi, ko nori. Tu skiri jam visą savo dėmesį, visą save - tiek, kiek gali,

kiek pavyksta atsitraukti nuo dėmesio sau. Taip darai kasdien. Tu tiesiog užsibrėži sau tikslą - dabar visą valandą skirsiu tik žmonai, ir kalbėsime tik apie ją. Ramiai, lengvai, nesiginčydami. Tiesiog džiaugsiuosi jos klausydamas. Man tai sunku. Ir aš manau, kad ta pastanga yra meilė.

- Mariau, minėjote, kad antspaudas pase nieko nepakeitė. Ką jums abiem reiškia santuoka?

Marius: Vėl atsakysiu už mus abu, jei Renata leis. Vyrui yra kitaip nei moteriai. Vyras iš tiesų galėtų būti be to antspaudu. Bet jei tu gyveni su moterimi, ji turi gauti visą saugumą, įskaitant ir antspaudą pase. Nemanau, kad moteris, kokia ji bebūtų stipri ir emancipuota, jaučiasi gerai, saugiai be to antspaudu. Vaikine, juk tu žinai, kad aš apie tave kalbu? Ir nesakyk, kad nėra pinigų. Su-prantate, eina laikas, ir su gyvenimu nereikia žaisti. Vyras ir moteris yra ne partneriai, ne sugyventiniai, o vyras ir žmona, jei jie yra atsakingi vienas už kitą. Be to, įsivaizduoki-

te: tau 62-eji, skruostai ir visa kita jau kabo, nuo kiaušinieneš ir dešros tau jau dvylika-pirštės opa, lapkritis, artritas, tau eilinė depresija - viskis ir masturbacija nebeįpaveda. Vienas kaifas, kai nevedęs - ar ne?

- Ką pasakytumėte tiems, kas į santuoką žiūri skeptiškai ir renkasi gyvenimą susimetus?

Marius: Ateis laikas ir jiems. Linkiu to. Tegul jis ateis greičiau nei žvakutė ant vienišo kapo.

- Kaip įsivaizduojate savo gyvenimą po 10 metų?

Marius: Įsivaizduoju savo Renatą - dar gražesnę, švelnesnę, mielesnę. Ji - penkių vaikų mama. Tokių, žinote, jampolskiukų. Šalia mūsų - Lunos ir Džeko anūkų būrelis. Aš pradžiai, rūkau pypkę. Mano mažoji - ant kelių, tampo man ūsus. Aš apsimečiau, kad man nepatinka. Renata gamina balandėlius, o aš visiems skaitau penktąjį Šekspyro sonetą. Dieve, mes būsime tokie laimingi, kaip dabar!



Marius Jampolskis savo ir Renatos ateitį įsivaizduoja su penkiaais jampolskiukais ir pulku šuniukų Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

Retro stiliaus fotosesija vyko Lietuvos teatro, muzikos ir kino muziejuje
Monikos Penkutės nuotr.

Toma Vaškevičiūtė tapo reklamos veidu

Prie būrio žinomų moterų, tapusių reklamos veidais, prisijungė ir žinoma teatro, kino bei televizijos aktorė **TOMA VAŠKEVIČIŪTĖ** (28). Savo багаže turinti dešimtis vaidmenų, ji neseniai pirmą kartą prieš objektyvus debiutavo kaip fotomodelis ir įsamžino lietuvių prekės ženklo „Body Talk“ fotosesijoje.

Panašu, kad garsi aktorė niekuo nenusileidžia profesionaliems modeliams - prekės ženklo „Body Talk“ įkūrėjos Rasa Daunoravičienė ir Veta Asipavičė labai džiaugėsi rezultatu. „Savo naujausios rudens/žiemos kolekcijos fotosesijai ieškojome įdomios, talentingos ir įkvepiančios moters. „Auksinio scenos kryžiaus“ laureatė Toma būtent tokia ir yra - mus sužavėjo jos moteriškumas ir asmenybės paslaptinumumas. Džiaugiamės galėjusios su ja susipažinti artimiau“, - sakė dizainerės.

Simboliška, vienai dienai modeliu tapusi garsi aktorė persikėlė į improvizuotą retro filmavimo aikštelę su daugybe senoviškų kino kamerų, įsikūrusią Lietuvos teatro, muzikos ir kino muziejuje.



Prekės ženklo „Body Talk“ įkūrėjos Rasa Daunoravičienė ir Veta Asipavičė

Parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ

10 faktų, kurių nežinojote apie Diletą Meškaitę

TV3 televizijos laidų vedėja ir grupės „4 Roses“ narė **DILETA MEŠKAITĖ** (23) - viena tų merginų, kurios kasdien trykšta energija, gyvena linksmai ir galėtų papasakoti begalę smagiausių istorijų. Taigi šį kartą „Laisvalaikis“ pasidomėjo, apie ką svajojo, ką patyrė ir kaip iš pasimatymų bėgo Dileta.

- Pozityvaus žmogaus bruožas kiekvienoje situacijoje, net ir sunkioje, išvelgti ką nors gero. Tą ir padarė Dileta, nusipjovusi nykštį. „Kažkada sugebėjau nusipjauti nykštį per sąnarį. Taip taip - nusipjauti... Bet dar keisčiau, kad tą padariau bandydama atidaryti kačių ėdalo konservų dėžutę! Deja, pirštas mano nebesilanksto, tad man viskas visada „liuks“ (liukso ženklas)“, - juokėsi Dileta.
- Dileta yra kairiarankė, jos ūgis 177 cm, o batų dydis 39. Dainininkės spintoje daugiausia smėlio spalvos drabužių, o mylimiausias aksesuaras - akiniai nuo saulės. Jų turi daugybę ir sako, kad pro optikos saloną ramiai praeiti negali.
- Mokykloje Diletai labiausiai patiko dailės pamokos, tą žinodami jos draugai ir bendraklasiai prašydavo atsiskaitomuosius darbus nupiešti už juos. O labiausiai nepatiko chemija, mat ši jai visada buvo tamsus miškas.
- Kad ir kokie reikalai lauktų, Dileta visuomet keiasi bent valanda anksčiau, kad tą ryto valandą galėtų ramiai gerti kavą ir peržvelgti naujienas. Tai yra jos tradicija.
- Blogiausiu savo įpročiu Dileta įvardija lūpų kramtymą: „Kai nervinuosi ar jaudinuosi - kramtau lūpas. Niekai nepavyksta su šiuo įpročiu susidoroti.“
- Diletai yra tekę bėgti iš nevykusio pasimatymo. „Kartą, susitikusi su vaikinų, supratau, kad tikrai nerasime bendros kalbos, atsiprašiau į tualetą ir tiesiog pabėgau iš susitikimo vietos. Deja, kitą savaitę sutikau tą žmogų parduotuvės eilėje ir raudonavau sukdamą akis į šoną“, - pasakojo Dileta.
- Kur yra vorai, ten nėra Diletos. Tai didžiausia merginos fobija.
- Kai Dileta miega, dar nereiškia, kad ji nebendruoja. „Kalbu per miegus. Esu tokių istorijų girdėjusi apie save, kad net pati negalėjau patikėti, bet, pasirodo, sugebu ir į klausimus atsakinėti miegodama. Viena istorija labai prajuokino, draugai pasakojo, kad per miegus liečiau kažkam eiti skusti bulvių kugeliui“, - atviravo D.Meškaitė.
- Dileta tiki senelių išmintimi - prietarais. Juodai katei perbėgus kelią, tris kartus nusispjauna per kairį petį, o eidama su kuo nors poroje visuomet apeina stulpus, kad neišskirtų, mat tikima, kad taip galima susipykti.
- Labiausiai Diletai patinkantis metų laikas - vasara. Pasak dainininkės, šis metų laikas galėtų tęstis 11 mėnesių ir 2 savaites, nes ji labai mėgsta tas dvi šventines žiemos savaites, sniegą, išpuoštas gatves, linksmus ir laimingus žmones, laukiančius Kalėdų.

Lauros Matkutės nuotr.

Parengė Ringailė STULPINAITĖ

Abrakadabra - Aleksandras Pogrebnovus



„Abracadabra“ yra pirmoji autorinė dizainerio Aleksandro Pogrebnovaus (centre) kolekcija



Pavasario-vasaros kolekcijoje vyrauja Viduramžių ir Renesanso epochų motyvai

Žiemos išvakarėse – žvabų sekmadienio vakarą – dizaineris **ALEKSANDRAS POGREBNOJUS** (46), „Menų spaustuvėje“, Vilniuje, pristatė savo pirmąją autorinę ir naująją 2015 m. pavasario-vasaros kolekciją „Abracadabra“. Modeliai atspindėjo Viduramžių ir Renesanso epochos dvelksmą – įvairiapalviai marškinėliai bei suknelės buvo išpuoštos žinomų to meto dailininkų darbų. Iš viso kolekcijoje – 40 modelių tiek vyrams, tiek moterims. Jų pažiūrėti atvyko ir būrys žinomų pramogų pasaulio atstovų. Nors tai pirmoji savarankiška A.Pogrebnovaus kolekcija, kūrybinį bendradarbiavimą su dizainere Vida Simanavičiūte kūrėjas ketina sėkmingai tęsti ir toliau.

Agnės VAITASIŪTĖS-KEIZIKIENĖS ir Irmanto SIDAREVIČIAUS fotoreportažas



Menininkė Monika Dirsyte



Stilistė Lina Žvirblytė su draugu



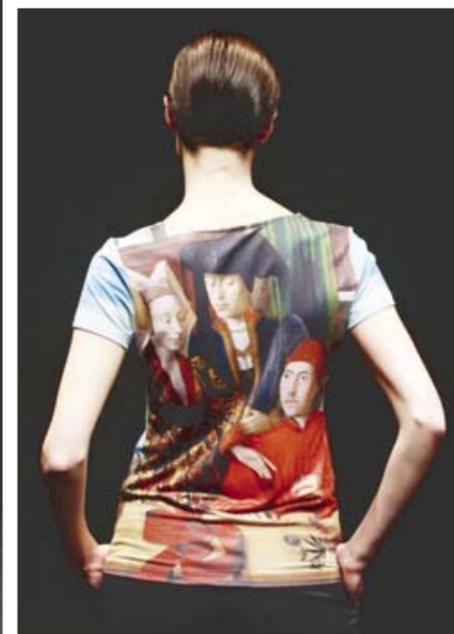
Dainininkė leva Stasiulevičiūtė



Dainininkė Šorena Džanišvili (dešinėje) su drauge



Kolekciją demonstravo ir A.Pogrebnojaus žmona Monika Račiūnaitė-Pogrebnojė



Futbolininkas Deividas Česnauskis su žmona Vaida



Aktorė Karina Stungytė



Televizijos laidų vedėja Gintarė Gurevičiūtė su draugu

Jogle
Švarumo centras

Sausas drabužių valymas, skalbimas, lyginimas

Odinių ir kailinių gaminių valymas ir impregnavimas

VIP paslauga

Kilimų, žaliuzių valymas

Plunksnų ir pūkų valymas, impilų keitimas

Avalynės valymas

Gaminių paėmimas iš kliento ir pristatymas

Gaminių minkštinimas ir sendinimas, enziminis skalbimas

Skubus drabužių valymas

Drabužių taisymas

jogle.lt



Televizijos laidų vedėja Laura Imbrasienė meduolius margino su vyresniu Zygio Stakėno sūnumi



LNK laidų vedėjas Žygis Stakenas pramogavo su jaunėliu sūnumi



Paminėti „Spalvoto meduolio dienos“ kartu su aštuonių mėnesių sūneliu atvyko ir leva bei Rolandas Mackevičiai

Spalvoto meduolio dieną

įžymybės demonstravo savo kūrybinius sugebėjimus



Meduolius kepė LNK žinių vedėjos Asta Žukaitė-Nalivaikienė ir Agnė Zacharevičienė

Praėjusio penktadienio popietę viename Vilniaus prekybos centre žinomi Lietuvos žmonės turėjo galimybę nusikelti į vaikystę. Pasiraitojusios rankoves LNK žvaigždės su savo atžalomis, minėdamos „Spalvoto meduolio dieną“, džiaugsmingai ėmėsi darbo – įvairiais glajais spalvino meduolius ir puošė juos kalėdiniais pabarstukais. Panašu, kad daugiau džiaugsmo tokia šventinė veikla teikė suaugusiesiems negu jų vaikams. Pamiršę laiką ir susirinkusių fotografų blykstes eterio žvaigždės stačia galva pasinėrė į kūrybines „kančias“ – kočiojo teslą, spaudė sausainius ir šovė juos į krosnį. Savo iškeptus ir nuspalvintus meduolius žinomi žmonės padovanojo vaikų globos namuose augantiems vaikams.

Agnės VAITASIŪTĖS-KEIZIKIENĖS ir Irmanto SIDAREVIČIAUS fotoreportažas



Savo kūrybiškumą demonstravo „Radiastas“ Jonas Nainys...



...ir Gintarė Gurevičiūtė



Renginio nepraleido ir netrukus gimdysianti Indrė Skučienė su vyru Pauliumi

MEDUOLIŲ RECEPTAS

■ 150 g cukraus	■ 1/2 šaukšto maltų gvazdikėlių
■ 75 ml auksaspalvio sirupo	■ 1/2 šaukšto sodos
■ 150 g sviesto arba margarino	■ 400 ml miltų
■ 2 nedidelių kiaušinių	■ Glajai:
■ 1/2 šaukšto tarkuotos apelsino žievelės	■ 400 ml cukraus miltelių
■ 1/2 šaukšto tarkuoto imbiero	■ 1 kiaušinio baltymas
	■ 2-3 lašeliai acto

Užvirkite cukrų ir auksaspalvį sirupą. Į gautą masę įdėkite sviestą arba margariną, leiskite jam ištirpti, išmaišykite. Palikite mišinį atvėsti. Į jį įmaišykite plaktus kiaušinius, prieskonius, sodą ir miltus. Apibarstykite teslą trupučiu miltų ir palikite šaltoje vietoje kelias valandas arba per naktį. Išminkykite teslą ir padalykite ją dalimis. Iškočiokite 2-3 mm lakštus, formelėmis išspauskite sausainius. Kepkite iki 175° C įkaitintoje orkaitėje 8-10 min. Palikite atvėsti. Sudėkite visas glajaus sudedamąsias dalis į dubenį ir plakite elektriniu plaktuvu, kol masė taps vientisa ir standi. Glajumi dekoruokite meduolius.





Baiba Skurstene-Serdiukė sako, jog jai labiausiai patinka važinėti ten, kur nėra intensyvaus eismo, tuomet moteris gali atsipalaiduoti.
Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

Baiba Skurstene-Serdiukė: Vairavimas man labiau darbas nei malonumas

- Kokius reikalavimus keliate besirinkdama naują automobilį?

- Vienas aktualiausių dalykų, kad automobilis būtų su automatine pavarų dėže, ne mažiau svarbu, kad automobilis, kaip minėjau, būtų aukštas. Labiausiai patinka juodos spalvos automobiliai, klasika visuomet žavi. Tiesa, į automobilio ekonomišumą taip pat atsižvelgiu, nesinorėtų didelio litražo variklio, nes reikėtų stoti kiekvienoje degalinėje pripildyti degalų. O tada jau žiūriu į komfortą, automobilio dizainą.

- Ko vairuodama niekuomet nesirytumėte daryti?

- Jeigu vairuodama ir kalbu telefonu, tai tik su laisvų rankų įranga, nors ir tai jau skaido dėmesį. Apskritai stengiuosi vairuodama neužsiimti jokia pašaline veikla.

- Rodikliai, pagal kuriuos nusprendžiate, kad prieš jus važiuoja prastas vairuotojas?

- Vairuotojai man įtarimų kelia tuomet, kai kelyje elgiasi neadekvačiai, rodo posūkius į kitą pusę, nei suka, per daug laviruoja tarp juostų, tarsi nežinodami, kur jie važiuoja. Tiesą sakant, nervina ir tie, kurie važiuoja gerokai lėčiau nei leistinas greitis arba, atvirkščiai, vaidina kelių erelius. Nuo tokių stengiuosi laikyti kuo didesnę atstumą.

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

- Manau, kad tiek vyrai, tiek moterys gali važiuoti ir labai gerai, ir prastai. Galbūt moterys kartais būna lėtesnės, tačiau tai nereiškia, kad būtinai prastos vairuotojos. Gal kartais jos būna labiau išsiblaškusios.

**MANE GERIAUSIAI
APIBŪDINTŲ
FRAZĖ „ATSARGI
VAIRUOTOJA“**

- Toliausia kelionė automobiliu?

- Toliausiai man yra tekę važiuoti iki Rygos ir atgal.

- Jūsų automobilyje visuomet privalo būti kas?..

- Geras klausimas. (*Šypsosi.*) Nežinau, aš neturiu tokių dalykų. Kad automobilis maloniai kvepėtų, man patinka turėti tą kabinamąjį automobilinį kvapuką, be to, automobilis turi būti švarus. Šiuo metu dalinuosi automobiliu su vyru, tad nematau net ir reikalo atsikrauti visokiais niekučiais.

- Jūs ne iš tų moterų, kurios į automobilį susikrauna pusę namų?

- Tikrai ne, geriausiai atveju pasiimu batų. Nes aš negaliu vairuoti su aukštakulniais. Kad ir kur važiuočiau, vairuoju su žemais plonapadžiais batukais, kad gerai jausčiau automobilį, pedalus. O aukštakulnius apsiaunu atvažiavusi į vietą. Nesuprantu, kaip kitos moterys gali vairuoti su aukštakulniais, man tai yra kosmosas, juk koja kabo ore, kažkaip nestabiliai atrodo. Vieną kartą pabandžiau, nepatiko, nusiaviau aukštakulnius prie pirmo šviesoforo. (*Juokiasi.*)

DOSJĖ

- Šiuo metu vairuoja: „KIA Sorento“
- Svajonių automobilis: galingas džipas
- Greičio rekordas: bijau greičio, tad rekordų nesiekiau
- Eismo įvykių skaičius: 0
- Vairavimo stažas: 4 metai

Dainininkė **BAIBA SKURSTENE-SERDIUKĖ** (30) gali būti drąsiai vadinama viena atsakingiausių vairuotojų Lietuvos keliuose. Moteris mano, kad automobilio vairas nėra žaistas, o kelyje visi privalo būti atidūs ir atsakingi. Didelis greitis ir adrenalinas Baibai yra svetimas dalykas, tad ralyje artimiausiu laiku jos turbūt nepamatysime.

Ringailė STULPINAITĖ

- Ar turite svajonių automobilį?

- Mano svajonių automobilis turėtų būti galingas aukštas džipas. Kad galėčiau sėdėti lyg traktoriuje ir viską iš aukštai matyti. (*Šypsosi.*) Tačiau konkrečios markės išskirti negalėčiau, tai tikriausiai nėra labai svarbu. Tiesiog aukšti automobiliai man atrodo saugesni.

- Ekstremaliausia situacija vairuojant?

- O taip, buvo tokia ekstremali situacija, kai spaudžiau greičio pedalą iki dugno, o automobilis vos judėjo apie 40 km/h greičiu. Visa tai vyko judrioje gatvėje, kur buvo labai didelis eismas ir aš bijojau bent minimaliai atleisti greičio pedalą, nes būčiau visai sustojusi. Nežinau, kas ten sugedo, bet buvo baisu.

- Esate greičio mėgėja ar rami vairuotoja?

- Mane geriausiai apibūdintų frazė „atsargi vairuotoja“. Niekuomet nerizikuoju važinėti greitai, man tikrai nereikia avarių,

ekstremalių, pavojingų situacijų. Juk kelyje esu ne viena, reikia saugoti visų gyvybes, ne tik savo. O jeigu ne tu, tai kitas žmogus kelyje gali kokią nors klaidą padaryti. Aš net nesiryžčiau dalyvauti kokiame nors ralyje ar kitose automobilių lenktynėse, adrenalinas man yra svetimas dalykas. Jeigu pati būnu keleivė, o vairuotojas greičiau važiuoja, instinktyviai spaudžiu stabdžio pedalą, nes didelis greitis man yra baisus. Aš manau, kad net per daug stengiuosi laikytis kelių eismo taisyklių. Pamenu, kartą draugė paprašė ją parvežti vakare namo, o ji gyvena senamiestyje. Toje gatvėje, kur ji gyvena, vienpusis ir dar ribojamas eismas, ir tiems, kurie ten negyvena, po dešimtos valandos vakaro važiuoti negalima. Ir ką jūs manote? Aš jos neparvežiau. (*Šypsosi.*)

- Kur ir kada važiuoti smagiausia?

- Kadangi nemėgstu labai judraus eismo ir įtampos vairuojant, labiausiai man patinka važiuoti ten, kur automobilių mažai arba visai nėra. Tada galiu atsipalaiduoti. Bet kuriuo atveju aš vairuodama daugiau nieko nematau, tik kelią. Vairavimas man yra labiau darbas nei malonumas.



Baiba Skurstene-Serdiukė tikina nesuprantanti, kaip moterys gali vairuoti automobilį avėdamos aukštakulnius. Tai, pasak jos, labai nepatogu ir kartais gali būti net pavojinga.

Ką žinoti, kad verslas

Verslumą skatinančių renginių „Verslas veža“ banga šįmet nuvilnijo kone per visą Lietuvą - nuo Biržų iki Ignalinos, Alytaus ir didžiųjų miestų. Jaunimas, besidomintis verslo pradmenimis ir niuansais, noriai lankėsi renginiuose ar transliacijas stebėjo internetu. Net 16 renginių ciklą praėjusią savaitę vainikavo baigiamoji konferencija sostinėje. Čia savo patirtimi dalijosi verslo grandai, sėkmės istorijas pasakojo ir žinomi žmonės.

Gera verslo idėja - mitas?

Jaunas verslininkas, anksčiau gerai žinomas diskžokėjas **JUSTAS PIKELIS** (24) mažiau nei prieš metus pristatė analogų neturintį projektą „Stebink.lt“ - internetinę parduotuvę, prekiaujančią žinomų žmonių sveikinimais. „Verslas veža“ renginyje dalyvavęs jaunuolis pasidalijo naujiena, kad susidomėjimo sulaukęs verslas neseniai parduotas didelei korporacijai, o jo galvoje jau verda naujos idėjos. Kaip sukurti gerą idėją, jis pasakojo ir renginyje susirinkusiam jaunimui:

■ *Tobulų verslo idėjų nėra, o mitą, kad jos gali būti vertos milijonų, sukūrė žiniasklaida. Iš tiesų idėja yra nieko verta ir lemia tik maždaug 10 proc. verslo sėkmės. Prieš metus sulaukiau dviejų labai panašių skambučių. Skambino du mano draugai, norėję išgirsti nuomonę apie savo sugalvotas verslo idėjas. Kai išgirdau pirmojo jų idėją, pasakiau, kad ji tiesiog puiki. Pabendrau su kitu pasiūliu gerai pagalvoti, ar jis nori imtis veiklos, nes jo*

pasiūlymas buvo blogiausia mano girdėta verslo idėja. Praėjus metams situacija tokia: pažįstamas, kurio verslo idėja buvo gera, turi merdintį verslą ir 100 tūkst. eurų skolų, o pažįstamas, kurio verslo idėja ir man, ir daugumai verslo konsultantų pasirodė nevykusi, yra sėkminga ir jau davė 300 tūkst. eurų pelno. Iš tiesų viskas paprasta - verslo sėkmę lemia ne idėja, o jos įgyvendinimo būdai ir prie to dirbanti komanda.

■ *Svarbu imtis veiklos, kuri patinka, nes darbas, atliekamas be užsidegimo, aukštų rezultatų neduos, bet tik aistra darbei sėkmės taip pat nepasieksi. Geriausia suderinti tai, ką mėgsti, su tuo, ką moki. Tarkim, visuomet norėjau būti krepšininkas, tačiau nesu toks aukštas, kad galėčiau būti profesionalus NBA žaidėjas. Tačiau man puikiai sekasi teisė. Vadinasi, galiu tapti, pavyzdžiui, sporto agentu. Tvarčiau ir teisinius reikalus, ir galėčiau dirbti su sau įdomia sritimi.*

Anot Justo Pikelio, svarbu atrasti aukso vidurį tarp savo pomėgių ir sugebėjimų
Justo Pikelio asmeninio albumo nuotr.

„vežtu“?

Atlikti namų darbus

Savo aistrą desertams ir pomėgį juos gaminti **LIUCINA RIMGAILĖ** (25) iš pradžių pavertė projektu „Liu Patty“, o galiausiai ir nuosava kavinuke. Būsimiems ir pradedantiems verslininkams Liucina papasakojo, kaip pradėti verslą maitinimo sektoriuje. Vis dėlto, ji išskyrė ir keletą svarbių dalykų, kurių neturėtų pamiršti nė vienas svajojantis apie nuosavą veiklą:

■ *Dauguma pradedančių verslininkų koncentruojasi į pardavimų skatinimą ir pelną, tačiau ne kiekvienas suvokia, jog nuosavas verslas - didelė atsakomybė. Vadovas visuomet nėra finansinę atsakomybę, yra atsakingas savo darbuotojams ir valstybinėms institucijoms. Jis, priešingai nei samdomas darbuotojas dirbantis nuo 8 iki 17 valandos išėjęs iš darbo savo atsakomybių nepamiršta. Man nebūnant kavinėje, vis tiek mano mintys dažnai sutelktos*

į tai, kas ten vyksta. Prieš imantis verslo kiekvienas norintis nuosavo verslo turi suvokti, ar ta atsakomybė jam ne per didelė.

■ *Geriausiai į priekį veda užsibrėžtas tikslas. Aš iškėliau sau uždavinį per mėnesį atidaryti kavinę ir savo plano laikiausi nepaisydama kiek laiko, pastangų ir sveikatos iš manęs tai pareikalavo. Savo tikslą pasiekiau. Ir kitiems siūlau vadovautis panašia taktika. (Šypsosi.)*

■ *Besirūpindami savo verslo steigimu gerai atlikite namų darbus. Internete, pavyzdžiui, verslietuva.lt yra pateikta visa reikiama informacija, atmintinės ir savotiškos paruoštukės apie tai, kokių dokumentų, pažymų ir panašiai reikia steigiant verslą. Siūlau ta informaciją pasinaudoti ir išvengti papildomų rūpesčių. Aš namų darbų nepadariau, todėl apsunčiau sau verslo steigimo procesą.*

Liucina Rimgailė įsitikinusi, jog geriausiai į priekį „veža“ užsibrėžti tikslai
Irmanto Sidarevičiaus nuotr.



Nieko apčiuopiamo negaminantys „radistai“ sukūrė vieną žinomiausių šalyje prekės ženklų
Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

Svarbu laužyti stereotipus

Šiandien **JONAS NAINYS** ir **ROLANDAS MACKEVIČIUS** yra visiems gerai žinomi kaip „radistai“. Sujungę aštroką humoro jausmą, meilę šokių muzikai, įkvėpti bičiuliško ir nuoširdaus bendravimo su savo klausytojais, jie tapo bene ryškiausiais XXI amžiaus lietuviškojo radijo eterio herojais. Vyrai teigia, kad pradėję veiklą netikėjo, jog sukurs tokį sėkmingą ir žinomą prekės ženklą, ir dalijasi savo sėkmės istorija:

■ *Prieš 7 metus pradėję bendrą veiklą daug dirbome ir darbo valandų neskaičiavome, tačiau mūsų sėkmę lėmė ir tai, kad drąsiai laužėme stereotipus bei neužstrigome vienoje erdveje. Galėjome likti tik radijo balsais, bet su ZIP FM sugalvojome parodyti ryškias asmenybes. 2007 metais pradėjome kelti vaizdelius į „Youtube“ kanalą, vieni pirmųjų sukūrėme savo paskyrą „Facebook“ tinkle. Tada radijo laidų vedėjai taip nesielgė. Nors nieko apčiuopiamo negaminame, sukūrėme terpę ir mintis, tinkamas mūsų partneriams. Da-*

bar vis daugiau žmonių nori su mumis bendradarbiauti. Kai leidome savo kompaktinę plokštelę, norėjome pasiūlyti nemokamą produktą, viena įmonė sutiko bendradarbiauti ir drauge „iškepėme“ 15 tūkst. kopijų, dalijamų nemokamai.

■ *Dažnai verslininkai atsinaujina, keičia dizainą ar strategiją tik kas kelerius metus. Mes atsinaujiname kiekvieną sezoną. Nors laidos turinys lieka toks pats, sugalvojame skirtingus pristatymo klipus, tematiką ir panašiai, kad mūsų klausytojai išgirstų kažką naujo, nepabodusio. Kiekvienas atnaujinimas turi būti geresnis ir kokybiškesnis, kad matytųsi, jog tikrai judama į priekį.*

■ *Versle svarbi komanda. Iš pradžių subrandinę idėją apie vakarėlius mudu patys juos organizavome, patys linksminome, patys po jų ir tvarkėmės. 2010 metais surengėme vakarėlį Nidoje, kuris, nors ir labai linksmas, buvo ganėtinai primityvus. Norėjome plėstis, bet dviem žmonėms*

tai buvo sudėtinga užduotis. Be geros komandos nieko nebūtume pasiekę, o šiandien galime džiaugtis kasmetiniu „Radistai Village“ festivaliu ir gimtadienio šventėmis Teatro arenoje.

■ *Versle egzistuoja 7 metų lūžis: pirmus metus įmonės veiklos krevės dažniausiai kyla į viršų, verslas populiarėja ir panašiai, po 7 metų arba kyla toliau, arba staigiai krinta, būtent tada reikia gerai apgalvoti veiklos planus ir veikimo strategiją, pagalvoti ir apie atsinaujinimą. Mes 7 metus trūsėme ir daug dirbome, niekas nieko ant lėkštutės neatnešė. Daug pasiekėme, nes nebijojome išeiti iš savo komforto zonos. Jei veiklą pradėsi komforto zonoje, nieko nebus. Pradėję nuo radijo laidos, dabar turime savo muzikos festivalį ir netgi tapome televizijos laidų vedėjais. Su mumis bendradarbiauja kiti žinomi prekės ženklai, didžiausia Baltijos šalyse renginių agentūra, į Lietuvą atžėsi Lady Gaga, Robi Viljamsas (Robbie Williams) ir kitus, o „Radistai“ - vienas žinomiausių prekės ženklų šalyje.*

Parengė Eimantė JURŠENAITĖ

Londonė išdalyti Britų mados apdovanojimai

Didžiosios Britanijos sostinėje Londone pirmadienį per iškilmingą ceremoniją buvo išdalyti „Britų mados apdovanojimai“ („British Fashion Awards“) kylančioms ir jau pripažintoms pasaulyje mados ikonoms. Į vieną prestižiškiausių mados renginių susirinko ne tik mados pasaulio elitas, bet ir kino, scenos žvaigždės.



Metų modeliu pripažinta Kara Delevin (Cara Delevingne)
EPA-Eltos nuotr.



Britų modelis Aleksa Čang (Alexa Chung)



Naomi Kembel (Naomi Campbell)



Mados diktatore vadinama amerikiečių žurnalo „Vogue“ redaktorė Ana Vintur (Anna Wintour) su dukra Bi Šafer (Bee Shaffer)



Britų modelis Suki Voterhaus (Suki Waterhouse)



Viktorija Bekhem (Victoria Beckham) jau įsitvirtino mados industrijos pasaulyje



JAV dizaineris Tomas Fordas (Tom Ford) ir atlikėja Rita Ora (Rita Ora)



Mados ikonos titulas atiteko aktorei Emai Votson (Emma Watson)



JAV atlikėja Rijana (Rihanna) atvyko vilkėdama vien tik švarką



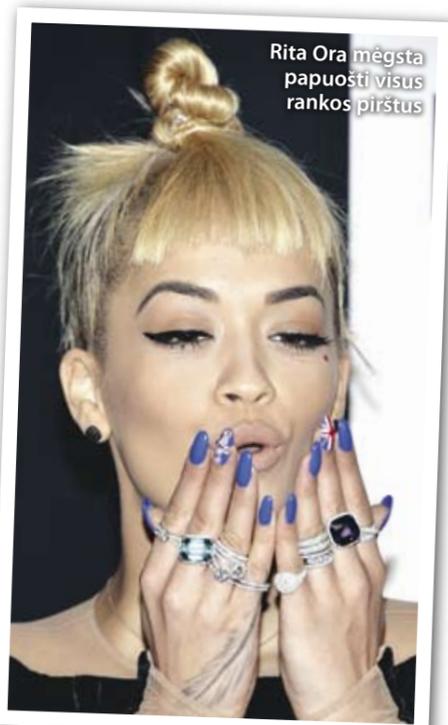
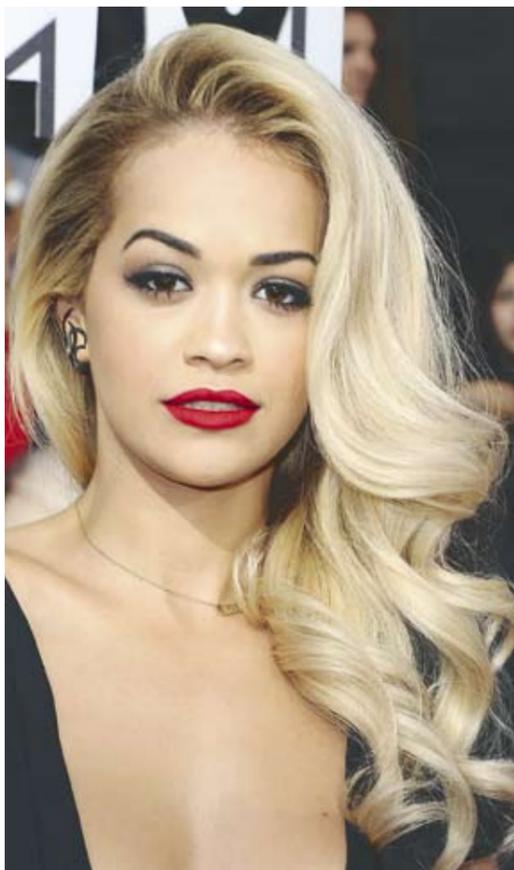
JAV modelis Kendal Džener (Kendal Jenner)

PAGRINDINIAI NUGALĖTOJAI

- **Metų dizaineris, kuriantis moterims**
Turkų kilmės britas Erdemas Moralioglu (Erdem Moralioglu)
- **Metų dizaineris, kuriantis vyrams**
Airis Džonatanas Viljamas Andersonas (Jonathan William Anderson)
- **Metų modelis**
Britų manekenė Kara Delevin (Cara Delevingne)
- **Metų mados ikona**
Britų aktorė Ema Votson (Emma Watson)
- **Metų prekės ženklas**
Viktorijos Bekhem (Victoria Beckham) mados namų ženklas
- **Prizas už geriausius „Raudonojo kilimo“ drabužius**
Aleksandro Makvyno (Alexander McQueen) mados namai
- **Prizas už nuopelnus madai**
Amerikiečių mados žurnalo „Vogue“ vyriausioji redaktorė Ana Vintur (Anna Wintour)

Parengė Jurga DRUNGILAITĖ

Ritos Oros stiliaus eksperimentai



Rita Ora mėgsta papuošti visus rankos pirštus

Britų atlikėja **RITA ORA** (24) gan sparčiai pasiekė populiarumo viršūnę. Ar tam turėjo įtakos ne tik balsas, bet ir išskirtinis įvaizdis - sunku pasakyti. Viena akivaizdu, R.Ora yra iš tų, kurios mėgsta (ir nebijo!) eksperimentuoti drąsiais įvaizdžio pasirinkimais - tad nuolat stebina išskirtiniais drabužių deriniais, aksesuarais ir šukuosenomis. Dar visai neseniai buvusi platinine blondine, vėliau ji perėjo į rusvą spalvą, dar vėliau - nusirėžė geltonas garbanas, o po kiek laiko jas papuošė raudonomis, melsvomis sruogomis. Pastaruoju metu R.Ora įniko sukti kuoduką, kuris net oficialiuose renginiuose vilkint stilingas suknelės sukuria išdykėliškos merginos įvaizdį.



Prie stilingos suknelės - išdykėliškos merginos įvaizdį sukuriantis kuoduukas



Rita Ora neretai stebina ir eklectišku stiliumi
EPA-Eltos nuotr.

Perkantiems
dovanų kuponus už:

300 Lt / 86,89 €
DOVANOJAME DOVANŲ KUPONĄ

45 Lt / 13,03 €

400 Lt / 115,85 €
DOVANOJAME DOVANŲ KUPONĄ

60 Lt / 17,38 €

500 Lt / 144,81 €
DOVANOJAME DOVANŲ KUPONĄ

75 Lt / 21,72 €



East Island SPA centras
Konstitucijos pr. 26, Vilnius
Forum Palace
Tel. +370 52 72 2227
Mob. +370 682 33 222
El.p. forum@eastisland.lt

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

Dovanų kuponus perkant internetu, šventinis pasiūlymas negalioja.

Pasiūlymas galioja su „Laisvalaikio“ kortele

Visiems
Jūsų norams
išpildyti!



Dovanų kortelių ieškokite visose MAXIMOS kasose ir informacijos skyriuose.

MAXIMA

LaisvalaikioDovanos.lt



Daugiau nei 1000 dovanų!

PRAMOGAUKIT DAUGIAU!

UŽ JUS MOKA

„LAISVALAIKIS“

**Vandens pramogos ir SPA „Trasalyje“ (2 asm.)**„Trasalis Trakai Resort & Spa“
Gedimino g. 26, Trakai~~118 Lt~~ ~~34,18 €~~ **75 Lt** **21,72 €****-36%****Ekstremalus šaudymas galinguoju „Winchester“**„GSKA šaudymo klubas“
Mindaugo g. 42, Vilnius~~94 Lt~~ ~~27,22 €~~ **45 Lt** **13,03 €****-39%****Atpalaiduojančių masažų kompleksas**„Matančios rankos“
Gedimino pr. 32-1, Vilnius
Seimyniškių g. 5A, Vilnius~~399 Lt~~ ~~115,86 €~~ **279 Lt** **80,80 €****-30%****Mentalisto Ryčio Rafaelio šou Jūsų šventei**„Baltos pirštinės“
Jūsų pageidaujama vieta Lietuvoje~~750 Lt~~ ~~217,22 €~~ **489 Lt** **141,62 €****-35%****Ekstremalus automobilio traiškymas šarvuočiu**TANKS.LT
23-asis automagistralės Vilnius–Kaunas kilometras
(šalia Karališkosios Senosios kibininės), Vilniaus r.~~1479 Lt~~ ~~428,25 €~~ **995 Lt** **288,15 €****-33%**

Kaip naudoti **skaistalus?**

Nuovargio ir neišsimiegojimo nebūtina slėpti po storu makiažo sluoksniu. Kad veidas atrodytų gyvybingas net ir tada, kai esate pavargusi, o skruostai būtų sveikai rausvi, pakanka savo kosmetinėje susirasti skaistalų. Anot vizažo specialistės **GODOS SKUODYTĖS**, jais lengvai išgaunamas švytinčios odos efektas, o saikingas skaistalų naudojimas brandesnio amžiaus moterį gali netgi pajauninti.

GODA SKUODYTĖ atskleidžia, kaip tinkamai naudotis skaistalais:

- Pasirinkite skaistalus, tinkančius jūsų veido tonui. Persikiniai skaistalai atrodytų kiek natūraliau, o rausvi, ypač ryškiai rožiniai bus labiau matomi.

- Labai kruopščiai paskirstykite skaistalus jų užtepimo kraštuose, kad nesimatytų ryškių perėjimų, juk mūsų tikslas atrodyti natūraliai, kad žmonės galvotų, jog ką tik grįžote iš pasivaikščiojimo parke. Ryškiausia spalva turėtų eiti skruostų viduryje maždaug po akių vyzdžiais ir tada išsisklaidyti į šonus. Niekada nemodeliuokite veido skaistalais, nes jie nėra tam skirti.

- Tepkite skaistalus po truputį, mažais kiekiais, nes daug paprasčiau paryškinti nei taisyti klaidas - per ryškius skruostus. Visgi jeigu netyčia padauginote skaistalų, skruostus švelniai patrinkite vatos paduku arba perbraukite sausa kompaktine ar biria pudra. Skystus skaistalus prigesinsite skysta pudra (geriausia perbraukti per skruostus skystai pudrai skirtu sintetinių plaukelių teptuku su

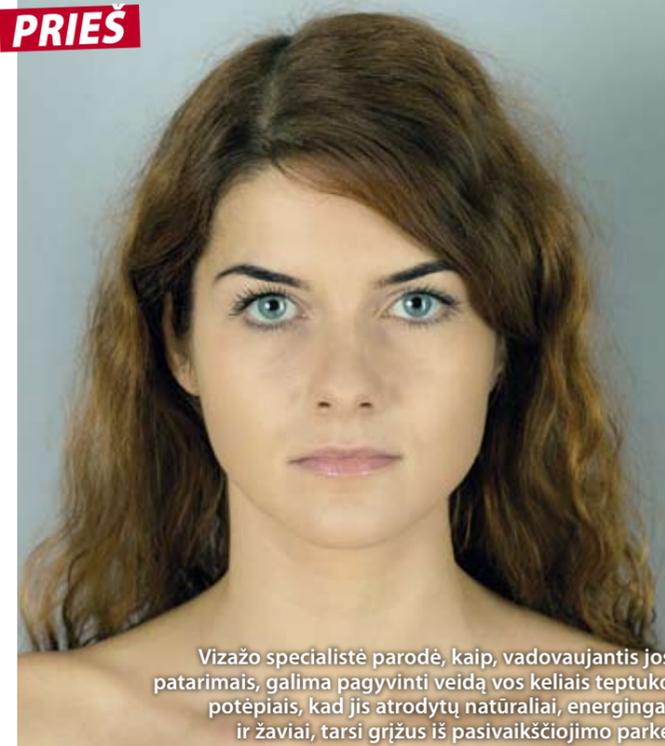
šiek tiek skystos pudros). Niekada netepkite skystos konsistencijos skaistalų ant bria ar kompaktine pudra papudruotos odos.

- Jei jūsų oda riebi, išberta, su didelėmis poromis, venkite skaistalų, kuriuose yra blizgesio, nes blizgesys dar labiau išryškins odos minusus. Tačiau skaistalai su šiek tiek blizgesio labai tiks sausai, vyresnio amžiaus odai ir ją pagyvins. Jeigu jūsų oda riebi, rinkitės sausus skaistalus ir juos tepkite teptuku, venkite kreminių skaistalų (taip pat jų reikėtų atsisakyti, jeigu jūsų poros išsiplėtusios, nes jie dar labiau jas išryškins).

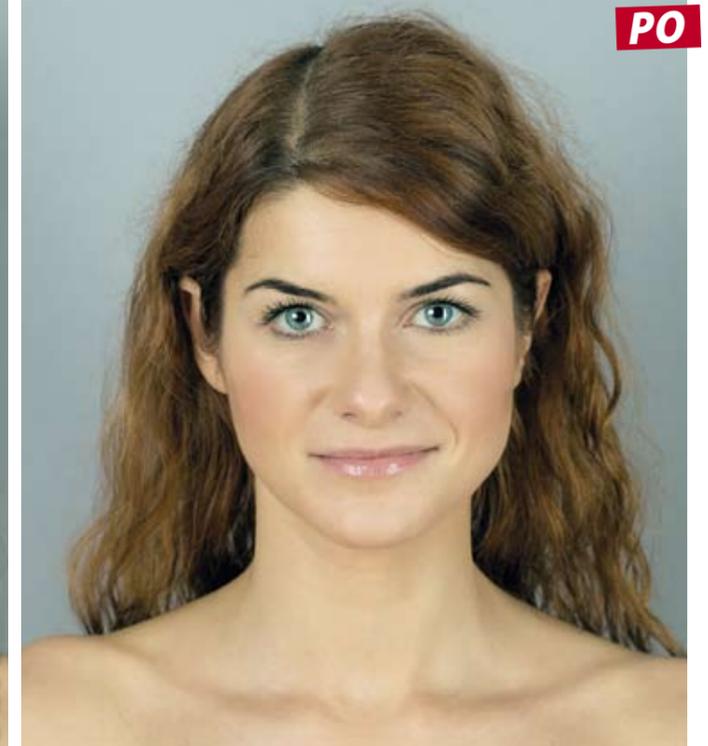
- Jeigu nenaudojate skystos pudros, bet norite veidą padengti skaistalais, rinkitės kreminės konsistencijos priemonę, lengvai paskirstomą pirštais. Jeigu visgi norite sausų skaistalų, prieš tai odą papudruokite bent jau bria pudra - kitu atveju laikui bėgant veidas gali atrodyti dėmėtas. Vasarą patartina rinktis sausus skaistalus. Jei visgi labiau mėgstate skystus, tuomet karštą dieną rinkitės vandeniui atsparius.



Goda Skuodytė
Ryčio Gasparavičiaus nuotr.

PRIEŠ

Vizažo specialistė parodė, kaip, vadovaujantis jos patarimais, galima pagyvinti veidą vos keliais teptuko potėpiais, kad jis atrodytų natūraliai, energingai ir žaviai, tarsi grįžus iš pasivaikščiojimo parke

PO

Parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ

Akcija galioja: 2014 m. gruodžio 5-11 d.Dovanų kuponas galioja 12 mėnesių! Daugiau informacijos www.laisvalaikiodovanos.lt/laisvalaikis

BOTTLERY – NAUJAS MV GĖRIMŲ PARDUOTUVIŲ VARDAS



Su „Laisvalaikio“ kortele
15%
nuolaida gėrimams ir maistui.
(išskyrus akcines prekes ir tabako gaminius)



gėrimų parduotuvė



bottlery

MUS RASITE

- | | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|
| VILNIUJE
J. JASINSKIO G. 16
SUBAČIAUS G. 2 | PC PANDRAMA , Saltoniškių g. 9
PC 609, Gedimino g. 9 | PC AKROPOLIS , Ozo g. 25
PC OZAS, Ozo g. 18 | KAUNE
PC AKROPOLIS,
Karaliaus Mindaugo pr. 49 | KLAIPĖDOJE
PC BANGINIS, Šilutės pl. 35
PC LUIZĖ, Šiaurės pr. 15 | ŠIAULIUOSE
PC AKROPOLIS, Aido g. 8
PANEVĖŽYJE
PC BABILONAS,
Klaipėdos g. 143a |
|---|--|---|--|--|---|

WWW.BOTTLERY.EU
WWW.FACEBOOK.COM/BOTTLERY

Gražiausia mergina Žemėje

Maniloje (Filipinai) vykusiame grožio konkurse „Mis Žemė 2014“ nugalėtojos karūna pasipuošė gražuolė iš Filipinų **DŽEIMĖ HEREL** (Jamie Herrell).



Konkurso „Mis Žemė 2014“ nugalėtoja Džeimė Herel (Jamie Herrell)
EPA-Eltos nuotr.



Keturioliktą kartą renjamame grožio konkurse šiemet susirungė 85 gražiausios pasaulio merginos. Visoms joms teko patirti nemažai išbandymų. Merginoms reikėjo pasirodyti su maudymosi kostiumėliais, demonstruoti puošnią vakarinę suknelę, taip pat teko pademonstruoti savo talentus ir sugebėjimus.

Šiuo konkursu siekiama atkreipti dėmesį į pasaulio aplinkosaugos problemas, žemės turty saugojimą, taip pat skatinti ekoturizmą.



AZIA
SPA

ATPALAIDUOJANTI
IR REGENERUOJANTI
GALVOS TERAPIJA
CHAMPI THAI

KAKLO, GALVOS
IR PLAUKŲ MASAŽAS
ATLIEKAMAS TAJŲ STILIUMI
SU NATŪRALIU KOKOSŲ ALIEJUMI

85^{LT} / **24,62^{EUR}***
Trukmė: 45 min.

*Pasiūlymas taikomas su „Laisvalaikio“ kortele iki 2014 12 15 d.

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



10% nuolaida procedūroms su „Laisvalaikio“ kortele

Kalėdinė „Shanti“ šiluma: o ką jūsų draugai ras po eglute?

Kvepianti arbata, meduoliai su cinamonu, šilti pokalbiai, akimirka su savimi, atpalaiduojantis švelnių rankų prisilietimas - ak, kaip bruzdėjime prieš šventes trūksta tokių akimirku! „Tegu apie „SPA Shanti“ šilumą kalba kitų lūpos. Lūpos tų, kurie mus nuo seno pamėgę, išbandę ir nuolat čia grįžta“, - sako ajurvedos centro „SPA Shanti“ įkūrėja **EGLĖ KAUNECKIENĖ**.

Šurmuliuos „Shanti“ dovanų mugė

Tris ketvirtadienius prieš Kalėdas po darbų, kai per adventą ypač reikia rūpintis savo sielos, kūno švara ir galvoti apie kitus, ajurvedos centras rengia kvepiančius, Indijos spalvomis ir skoniais tviskančius „Shanti Christmas Bazaar“ susitikimus. O **gruodžio 1-31 dienomis šurmuliuos „Shanti Christmas Bazaar“ dovanų mugė**, tad, skubantieji po darbų, būkite tikri, kad spėsite, nes centrai dirbs nuo 10 iki 21 val.

„Šie susitikimai bus lyg atvirų durų dienos. Susitikę su draugais pas mus galėsite išgerti arbatos, pakvietę mamą, pavaišinti ją sausainiais, o gal netgi savo rankomis išrinkti ir į maišelį įdėti kvepiančią dovaną nuo ryškiomis spalvomis raibuliuojančio dovanų stalo. Pabėgę nuo šventinio šurmulio, patariu, išmėginkite nemokamą galvos ir pečių masažą“, - kviečia „Spa Shanti“ plėtros vadovė Gulera Atajeva.

Šiltų pokalbių ir dovanų ketvirtadieniais ajurvedos centro lankytojų, o ir šiaip smalsuolių lauks prisiekę „SPA Shanti“ gerbėjai, sveiką gyvenimo būdą, kūno ir dvasios darną demonstruojantys dizainerė Reda Budvilaitienė („REDA design“ mados studija), profesionalaus grožio meistrė Gintarė Miškinytė-Jančienė (pamokys šventinio makiažo gudrybių), aktorė Aušra Štukytė, viešųjų ryšių specialistė Gabija Vitkevičiūtė, dainininkas Edgaras Lubys, centro įkūrėjai Eglė ir Darius Kauneckai.

Kvies ir „SPA Shanti“ centras Kaune

Kaune įsikūręs „SPA Shanti“ centras savo lankytojams irgi atlapos duris. Centro vadovė Justina Ližaitienė žada jaukų šurmulį su įvaizdžio kūrėja Diana Jalinauskienė, aktore Neringa Nekrašiūtė, ajurvedos centro įkūrėja Egle Kauneckiene ir dainininku Linu Adomaičiu.

„Jūs atneškite mums savo rūpestį, o mes supakuosime jūsų dovanas šeimai, bičiuliams, uošviams, kolegoms ir kitiems Jūsų artimiesiems“, - žada „Shanti“ vadovė E.Kauneckienė. Ji įsitikinusi, kad nuostabiausia dovana gali tapti ne tik iš Indijos atkeliavę kvepiantys smilkalai, ne tik indelis gero aliejaus ar atgaivą, sielos ramybę suteikiantis masažų ciklas, bet ir nuširdus pokalbis prie arbatos puodelio su seniai matytu bičiuliu ar gyvenimo pasikeitimams pasirengusiu nepažįstamuoju.

„Shanti“ karavanas

Tokia dovana gali tapti ir „SPA Shanti“ karavanas Jūsų įmonėje. **Nuo gruodžio 9 iki 22 dienos įmonių kolektyvams jis dovanoja valandos programą „Spa Shanti“ centre arba jų pačių darbo vietoje.** „Atvažiuosime su spalvinga dovanų mugė, masažo meistra, išvalysime nuo darbo įtemptas mintis atlikdami galvos ir kaklo masažą, atvešime jums malonų šurmulį ir gerą nuotaiką. Tai nieko nekainuos, o įmonių vadovams toks šurmulis - puiki neformalaus motyvavimo priemonė“, - įsitikinusi plėtros vadovė G.Atajeva.

„Laisvalaikio“ inf.



Masažas - puiki dovana

CAPITAL
PRISTATO:

KOKS PASAKIŠKAS KIEMASI!

DRAUGIŠKI KAIMYNAI!

SPORTUOKIM KARTU!

BUTŲ KAINOS NUO 3 900 Lt/m² 1 130 €/m²

www.ambercity.lt / +370 670 99 099

AMBER CITY
tavo jaukus miestas

„AMBER CITY“ - TAVO JAUKUS MIESTAS!

DOVANŲ MUGĖ

GRUODŽIO 1-31 D.

3 GRUODŽIO
KETVIRTADIENIUS*

PAJUSK, KĄ DOVANOSI
IŠBANDYK GALVOS IR PEČIŲ MASAŽĄ

NEMOKAMAI

17:30 - 20:00

WWW.AJURVEDA.LT

SHANTI CHRISTMAS BAZAAR
GRUODIS '2014

ĮĖJIMO IR NUOLAIDOS KODAS: SHA25

*MASAŽO PATIRTIMI DALINSIS IR GERIAUSIĄ DOVANĄ IŠSIRINKTI PADĖS:

MADA. GROŽIS. 12 04
REDA design
dizaino studija
GINTARĖ M
šventinis makiažas
Diana Jalinauskienė
Justina Ližaitienė
VILNIUS
KAUNAS

VIEŠIEJI RYŠIAI. 12 11
AKTORIAI.
Aušra Štukytė
Gabija Vitkevičiūtė
Eglė Kauneckienė
Neringa Nekrašiūtė
VILNIUS
KAUNAS

ATLIKĖJAI 12 18
Edgaras Lubys
Živilė Vaškevičiūtė
Darius Kauneckas
Linus Adomaitis
VILNIUS
KAUNAS



Su „laisvalaikio“ kortele
Nemokami galvos ir
pečių masažai,
gruodžio 4, 11, 18 d.
nuo 17:30 - 20:00

Kaip jie sportuoja?



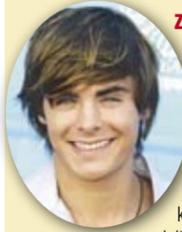
DŽENIFER LOPES (Jennifer Lopez) - „Krav Magos“ treniruotės

„Krav Maga“ - savignygos sistema. Ji populiarėja dėl savo paprastumo, logiško ir realaus požiūrio siekiant užtikrinti asmeninį saugumą. Tai idealus savignygos metodus moterims ir vyrams, vaikams ir senyvo amžiaus žmonėms, neatsižvelgiant į jų fizinį pasiruošimą ir galimybes. „Krav Maga“ sudaro daugybę techninių judesių, tačiau ji turi ir specialų psichologinį skyrių, kuris padeda sustiprinti savo dvasią tiems, kurie praktikuoja „Krav Maga“. Specialūs metodai, kurie yra taikomi mokymuose, naudojami tam, kad atkurtų stresinę būseną, kuri patiriama realioje situacijoje, kai jums tenka kovoti už savo gyvybę. Dž. Lopes šios treniruotės ypač patinka dėl to, kad galima puikiai sustiprinti rankų ir kojų raumenis, sėdmenis.



ANDŽELINA DŽOLI (Angelina Jolie) - kimboksas

Kimboksas - tai Rytų dvikovų ir angliško bokso derinys. Andželina, besiruodama kapų plėšikės Laros Kroft vaidmeniu, ilgą valandą praleidžia sporto salėje, mokydama kimbokso paslapčių ir niuansų. Būtent per šias treniruotes ji mokėsi naudoti ne tik ginklus, bet ir savo kūno jėgą. Moterims ši sporto šaka paprastai patinka tuo, kad lavina išvermę, drąsą, savidiscipliną, pasitikėjimą savimi.



ZAKAS EFRONAS (Zac Efron) - nuo bėgimo iki banglenčių

Aktorius Zakas Efronas mano, kad geriausias treniruotės ir sporto šakos yra tos, kuriomis galima sumažinti svorį, sulvirtinti kūną ir raumenis. Tiesa, jis visiškai nemėgsta prakaituoti sporto salėje. Vietoj to aktorius mieliau važinėja dviračiu, bėgioja, plaukioja banglente, žaidžia futbolą, krepšinį ar kopja į uolas. Trumpai tariant, jam tinka visos aktyvios veiklos, kuriomis galima užsiimti gryname ore, po atviru dangumi.

Sportas kitaip



Kiekvienas norintis ir mėgstantis sportuoti dažnai turi mėgstamas sporto šakas, aktyvias veiklas ir j jas pasineria su malonumu. Visa laimė, kad sporto šakų pasirinkimas tikrai platus ir, rodos, atitinkantis kiekvieno norus. Tačiau kartais norisi sportuoti ne tik dėl to, kad smagu, bet ir pasiekti rezultatų: padailinti kūno formas, numesti svorio ir panašiai. Dėl to į Lietuvą pagaliau atkeliavo naujos kartos treniruotės - „Insanity“. Apie šių treniruotėlių išskirtinumą „Laisvalaikis“ kalbėjosi su grupės „Insanity LT“ ir sporto akademijos GET FIT įkūrėju ir treneriu **IGNU BAKĖJUMI**.

Ringailė STULPINAITĖ

- Esate pirmasis sertifikuotas „Insanity“ treneris Lietuvoje. Kuo jus patraukė šios treniruotės?

- Aš seniau esu žaidęs krepšinį, sportavau su svoriais, bet man tai netiko. Norėjosi dinamikos, staigumo ir tokio sporto, kuris padėtų išryškinti raumenis. Kadai vienas mano bičiulis, kuris yra visokių alternatyvių sporto šakų mėgėjas, man pasiūlė išbandyti „Insanity“. Susiradau mokomąją medžiagą, paieškojau apie tai informacijos ir ką jūs manote? Išbandžiau, nors man vien žiūrint vaizdelius tai at-

rodė labai sunku. Po pirmos treniruotės visiškai šlapias gulėjau ant žemės ir negalėjau pasijudinti. Žmona žiūrėjo išpūtusi akis. (Juokiasi.) Ir būtent tada supratau, kad taip, šios treniruotės yra būtent tai, ko ieškojau begalę metų. Liaudiškai šnekant, pagavau kablį ir pradėjau kalbinti draugus, pažįstamus šias treniruotes daryti kartu su manimi.

- Subūrėte bendraminčius?

- Treniruotėmis susižavėjo ir mano žmona, tačiau neretam jos per sunkios, per daug intensyvios, reikalaujančios daug išvermės ir jėgos. Prisidėjo draugai, draugų draugai. Tas ratas vis



Ignas Bakėjus
„Vee House“ nuotr.

pletėsi, nes „Insanity“ treniruotės tikrai ypatingos ir įtraukia visus pabandžiusius.

- Kas paskatino siekti trenerio sertifikato?

- Pradžioje su draugais treniruodavomės žiūrėdami į ekraną, bet kai atsitraukiau ir pamaciau, kaip pratimus atlieka mano draugai, supratau, kad darome nemažai klaidų. Tai kojos neteisinga pozicija, tai nugara netiesi. O jei jau sportuoti, tai tik taisyklingai, kad būtų išvengta traumų. Beje, „Insanity“ treniruotės tikrai ypatingos, tačiau net ir aktyviai sportuojantys žmonės sako, kad kartais tai per sunku. Tad reikėjo jas adaptuoti, palengvinti. Visai netyčia internete pamačiau reklamą, kad Didžiojoje Britanijoje organizuojami „Insanity“ trenerių rengimo kursai, ir aš tikrai žinojau, kad privalau ten patekti ir gauti trenerio sertifikatą, kad galėčiau mokyti kitus. Taigi, įveikęs visus kursus, tapau treneriu, galinčiu vesti sporto užsiėmimus pagal šią programą.

- Kuo „Insanity“ treniruotės išskirtinės? Kodėl žmonės jomis taip žavisi?

- „Insanity“ - tai, galima sakyti, nauja sporto kultūra tiems, kurie nori, mėgsta, gali pakelti nemenką fizinį krūvį, turi didelę išvermę arba siekia tokią išsiugdyti. „Insanity“ yra aukšto intensyvumo intervalinės treniruotės. Jos geros tuo, kad vienu metu „įdarbinami“ visi kūno raumenys. Vienas didžiausių plusų tas, kad šioms

treniruotėms nereikia specialios įrangos, dirbti galima pasitelkiant tik savo kūno svorį. Treniruotės yra intensyvios ir įprastai trunka apie 30-50 minučių. Visą treniruotės laiką pratimai atliekami beveik be sustojimo ir gana dideliu tempu, atokvėpiui skiriamos trumpos pauzės tarp pratimų. Tie, kurie nori sekti, kaip keičiasi jų kūno formos ir kokių rezultatų pasiekia sportuodami, turėtų žymėtis, kiek, tarkime, atsispaudimų padarė pirmosios treniruotės metu ir kiek pavyksta padaryti toliau nuosekliai sportuojant. Intensyvios treniruotės sparčiai degina riebalus, ryškina raumenis. Daug dėmesio skiriama širdies darbui gerinti, stiprinamas juosmuo, greitai pradeda ryškėti pečių juosta, sėdmenys, atsiranda pilvo preso kontūrai. Tie, kurie nuo pirmų dienų nesnaudžia ir yra pasiryžę per šias treniruotes atiduoti visas jėgas, pastebimai pakeisti kūno formas gali vos per du mėnesius. Jau daugiau kaip 4 mln. žmonių visame pasaulyje išbandė „Insanity“ ir rezultatai juos sužavėjo. „Insanity“ Amerikoje, Anglijoje padarė revoliuciją sporte. „Insanity“ treniruotes pamėgo ir mamos, po gimdymo norinčios atsikratyti nereikalingų kilogramų, sustiprėti fiziškai.

- Ar sportuoti galima ir namuose?

- Žinoma, nes šioms treniruotėms nereikia jokios įrangos. Kaip ir minėjau, daugiausiai dirbama su savo kūno svoriu. Tik gerokai pažengę sportininkai gali pradėti naudoti šokdynes, gumas ar kitas priemones. Tačiau ne visiems to reikia. Tiesa, sportuojant su treneriu, pasiekiami efektyvesnių rezultatų ir daroma mažiau klaidų. Treneris visuomet prieis, pasakys, kas negerai, ką daryti kitaip. Galų gale sertifikuotas treneris, matydamas, kad jums galbūt per sunku, parodys lengvesnius pratimus, pritaikytus pagal jūsų fizinį pasiruošimą ir galimybes, sumažins intensyvumą. Adaptacinis periodas užtrunka 2-3 savaites, kol kūnas pripranta prie krūvio. Mes su kitais „Insanity“ mėgėjais ir treneriais įkūrėme sporto akademiją GET FIT, čia sportuoti gali ateiti visi norintys. Tai aktyvių žmonių bendruomenė, kuri puoselėja sveiką gyvenimą, fizinį aktyvumą, sveiką mitybą, buria aplink save bendraminčius ir rūpinasi jų interesais.

Kaip jie sportuoja?



DŽONAS HAMAS (Jon Hamm) - komandinės sporto šakos

Iš televizijos seriale „Reklamos vilkai“ bene geriausiai atpažįstamas aktorius Džonas Hamas sako, kad jam labiausiai patinka komandinės sporto šakos. Ne tik dėl to, kad visi siekia bendro komandos rezultato, bet ir dėl to, kad aktyviai varžomasi su priešininkais, o tai reiškia, kad veiksmas yra labai intensyvus ir galima sudeginti itin daug kalorijų. Pirmenybę aktorius teikia tenisiui ir beisbolui.



KATERINA ZETA DŽOUNS (Catherine Zeta-Jones) - fechtavimas

Fechtavimas - tai dviejų sportininkų ar varžovų kova naudojant tam tikrą ginklą (špagos, kardas) valdymo techniką. Katerinai Zetai Džounas fechtavimosi pamokos itin praverė filmuojantis kino filme „Zoro kaukė“ su garsiuoju Antonijumi Banderasu (Antonio Banderas). Pati Katerina sako, kad fechtavimas padeda pagerinti koordinaciją ir kūno lankstumą.

„INSANITY“ PADEDA

- atsikratyti antsvorio
- padidinti fizinę išvermę
- padailinti kūno formas ir linijas
- išryškinti raumenis

SVARBU

Prieš pradėdamas „Insanity“ treniruotes verta pasitarti su gydytoju, nes tai yra aukšto intensyvumo intervalinės treniruotės, kurios gali netikti žmonėms, turintiems rimtų sveikatos sutrikimų

Daugiau informacijos:
„Facebook“ paskyroje GET FIT

2014 m. lapkričio 18 – 2015 m. kovo 1 d.
pirkdami **MAXIMA** parduotuviuose
AITUARO ženklų pažymėtus produktus
prisidėsite prie onkologinėmis ligomis
sergančių vaikų palatų atnaujinimo.

Informacinis partneris - **RSPUBLIKA**

Robot SUMANIŲ ROBOTŲ
manija.lt PARDUOTUVĖ
www.robotomanija.lt



Emocinis intelektas. Kas tai ir kuo mums naudingas?

PER EMOCINĮ INTELEKTĄ VYSTOMOS ŽMOGAUS SAVYBĖS

- **vidinė ramybė** - žmogus, neneigdamas ir neslopindamas savo emocijų, išmoksta jas „pajungti“ savo naudai ir paversti teigiamomis;
- **aukšta motyvacija** - aukštą emocinį intelektą išsiugdęs žmogus yra itin motyvuotas pats ir geba motyvuoti kitus;
- **puikūs socialiniai įgūdžiai** - nejučia diskomforto bendrauti su įvairiais žmonėmis, dirbti grupėse, bendrauti viešai;
- **pasitikėjimas savimi** - aukštą emocinį intelektą išsiugdęs žmogus turi aukštą savivertę ir pasitiki savo jėgomis visose srityse, nes neigiamos emocijos jo nežlugdo.

kad galima savo emocines smegenis permokyti, išmokyti jas naujų dalykų ir pozityviau reaguoti į daugelį situacijų. Ir tai smarkiai pakeičia žmogaus darbo kokybę, motyvaciją, šeimyninio gyvenimo ir santykių kokybę.

- Tačiau norint ugdyti emocinį intelektą reikia dirbti su savo emocijomis. Kaip tai padaryti?

- Mes dažnai, nemokėdami ieškoti emocijos atsiradimo priežasties, ieškome kaltų, kurie, mūsų galva, ir sukėlė tokią emociją. Kai žmogus jaučia pyktį, jis nieško pykčio priežasties, jis ieško dėl to kalto žmogaus. Bet net jei randame kaltą žmogų, jį nubaudžiame, pyktis nepranyksta. Kitą kartą su kitu žmogumi ar kitoje situacijoje tas pyktis sugrįžta. Kaltų radimas šiuo atveju niekuo nepadeda, reikia ieškoti priežasčių, o tos priežastys yra žmogaus viduje. Tam, kad jas surastume, mums reikalingas psichologinis mąstymas. Žmonės, kurie neturi bent jau to elementaraus psichologinio išsilavinimo, dažniausiai mąsto labai primityviai ir banaliai. Jeigu kas nutinka, jie mano, kad reikia rasti kaltą ir jį nubausti. Norint ugdyti emocinį intelektą, reikia išmokyti naujai mąstyti, svarbu mokytis susigaudyti savo emocijose, išmokyti jas įvardyti ir pamatyti jų atsiradimo priežastis. Taip pat svarbu išmokyti pažinti kitų žmonių emocijas. Labai svarbu pamatyti giliau, kodėl ta neigiama emo-

cija atsiranda, nes jei žmogus žino savo vertybes, tikslus, nuostatas ir požiūrį, jis gali pamatyti, kad kartais reikia keisti neigiamas emocijas, kurios darbe atsiranda dėl paties neteisingo požiūrio ar nuostatų, kurias reikėtų pakeisti. Gal žmogus turėtų siekti kitų tikslų, turėtų puoselėti kitas vertybes ir t.t. Reikia mokytis negatyvią situaciją perversti į pozityvią, o tai jau yra menas.

ŽEMAS EMOCINIS INTELEKTAS



Žemą emocinį intelektą turintis žmogus yra nesąmoningas savo emocijų ir motyvacijos atžvilgiu, kitų žmonių emocijų atžvilgiu. Jis nesupranta, kodėl vienos jo emocijos yra teigiamos, o kitos neigiamos. Toks žmogus nemoka tvarkytis su emocijomis ir šios jam trukdo gyventi, pavyzdžiui, žmogus kaupia neišsakytą pyktį savo artimajam dėl kokių nors nusivylimų, nesutarimų. Besikaupdamas tos emocijos pradeda griauti santykius ir toks žmogus nesupranta, dėl ko tiksliai tai vyksta. Nesugeba išreikšti emocijų ir jų išspręsti. Žemo emocinio intelekto žmonės dažniausiai tiki, kad kažkaip viskas susitvarkys, santykiai pagerės, pyktis, nuovargis, stresas nulsigs ir dings savaime. Tokie žmonės patys negeba nieko padaryti, jie tiesiog tikisi, kad kažkada atsiras pinigų, atsiras laiko ir tada viskas bus gerai. Bet taip nebūna, nes viskas vis tiek priklauso nuo paties žmogaus. Dažnai tokio žmogaus kalboje apie gyvenimą vyrąja neigiamos emocijos, kaip jam sunku, nesiseka, - vadinamoji probleminė kalba. Paprastai tokie žmonės visada galvoja, kad viską, kas jiems nutinka blogo, sukelia kiti žmonės. Jie visuomet pasakoja apie kaltus darbe, namie, tarp draugų. Kartais dėl visų nesėkmių kaltais jie gali įvardyti patys save. Toks žmogus paprastai bijo bendrauti su kitais, bijo bendrauti viešai, kalbėti viešai. Žemo emocinio intelekto žmonėms emocijos trukdo gyventi, nes jos vis ne laiku įkiša pagali į ratus.

siformavusias emocines smegenis. Emocinės smegenys mokosi gyvose situacijose, sąveikoje su kitais žmonėmis, patiriant gyvas emocijas. Praėjusio šimtmečio pabaigoje atlikti tyrimai, susiję su emociniu intelektu, parodė,

AUKŠTAS EMOCINIS INTELEKTAS

Aukšto emocinio intelekto žmogus pirmiausia yra brandus psichologiškai. Tai reiškia, kad jis realiai gali priimti tam tikras gyvenimo situacijas ir ieškoti sprendimų. Emocinė ir apskritai žmogaus branda geriausiai atsiskleidžia kritinėse gyvenimo situacijose ir taip, kaip į jas yra reaguojama, kaip jos sprendžiamos. Neužtenka pozityviai mąstyti ir spręsti visus gyvenimo uždavinius. Kartais pozityvumo tikrai reikia, tačiau gyvenime būna situacijų, kai reikia matyti viską taip, kaip yra, o ne pro rožinius akinus. Aukštas emocinis intelektas atsiranda tada, kai žmogus tampa sąmoningas savo emocijų atžvilgiu. Pirmiausia jis pradeda pastebėti, kad emocijos jo gyvenime yra labai svarbios, jos visos geros ir reikalingos, tiek teigiamos, tiek neigiamos. Vadinasi, toks žmogus supranta, kad visos emocijos yra tam tikra informacija, kuri pasako apie tai, kas vyksta su juo ir su pasauliu aplinkui mus. Jis išmoksta iš patiriamų emocijų pasiimti pamokomąją žinutę. Aukšto emocinio intelekto žmogus, kad ir kokia būtų sudėtinga situacija, sugeba ją išspręsti ir rasti teigiamą motyvaciją, rasti teigiamą požiūrį, kuris padeda neigiamą situaciją keisti į teigiamą tiek santykiuose, tiek darbinėje veikloje ar vidiniuose išgyvenimuose, kai patiria kokias nors katastrofas, bankrotus, išsiskyrimus.



Dauguma mūsų ne kartą internete ar pas asmeninį psichologą esame bandę daryti įvairius asmenybės ar intelekto testus, padedančius geriau save pažinti, pažvelgti kritiškai, tobulėti. Tačiau ar žinome, kad mūsų gyvenime ne mažiau svarbus yra ir emocinis intelektas? Kaip jis veikia mūsų nuotaiką, gyvenimą, santykius ir savivertę, „Laisvalaikis“ kalbėjosi su emocinio ir dvasinio intelektų lavinimo specialistu, mokymų projektu „Social games“ įkūrėju RIMVYDU ŽIDŽIŪNU.

Ringailė STULPINAITĖ

- Emocinis intelektas - labai intriguojantis pavadinimas. Kas tai yra?

- Kai kurie apibrėžimai sako, kad tai žmogaus sugebėjimas susigaudyti savo ir kitų žmonių emocijose, rasti sprendimus derinant emocijas, jausmus, vertybes ir panašiai. Man priimtinesnis apibrėžimas, kad intelektas apskritai yra žmogaus sugebėjimas spręsti uždavinius, o emocinis intelektas yra žmogaus sugebėjimas spręsti emocinius uždavinius.

Tarkim, kai žmogus pyksta, pyktis sukelia tam tikras problemas gyvenime, santykiuose, elgsenoje ir kitose srityse. Taigi pyktis yra tas uždavinys, kurį ir gali padėti išspręsti emocinis intelektas. Nes jeigu mes šį emocinį uždavinį sprendžiame bendruoju intelektu, bandydami suprasti, kaip reikia pasielgti, ir stengiamės taip elgtis, tai pykčio emocija dėl to nepranyksta, ji reikalauja išraiškos. Emocinis intelektas - gebėjimas spręsti emocinius uždavinius, kurie atsiranda

sąveikaujant su kitais žmonėmis, dirbant, bendraujant su kolegomis, būnant pačiam su savimi ir bandant susigaudyti savo emocijose ir jausmuose. Lygiai taip pat tai yra ir visi uždaviniai, susiję su motyvacija.

- Kada buvo suprasta, kad yra ne tik protinis intelektas, bet ir emocinis? Kaip, kada jis vystosi?

- Visi tyrimai apie emocinį intelektą atsirado tada, kai susikaupė daug žinių apie tai, kaip veikia emocinės smegenys. Mūsų racionaliosios smegenys mokosi gyvenime taip pat, kaip mes mokomės mokykloje spręsti intelektualinius uždavinius: dauginti, dalinti, rašyti, taisyklingai kirčiuoti ir t.t. O emocinės smegenys mokosi emocionaliai reaguoti: pykti, džiaugtis, liūdėti, jausti aukštą arba žemą savivertę. Nuo jų priklauso mūsų motyvacijos, sugebėjimas bendrauti. Dažniausiai emocinės smegenys vystosi vaikystėje, mokykloje, galiausiai, kai jau žmogus yra suaugęs ir ieško savo gyvenimo krypties, paprastai jau turi su-



Emocinio ir dvasinio intelektų lavinimo specialistas Rimvydas Židžiūnas
Rimvydo Židžiūno asmeninio albumo nuotr.



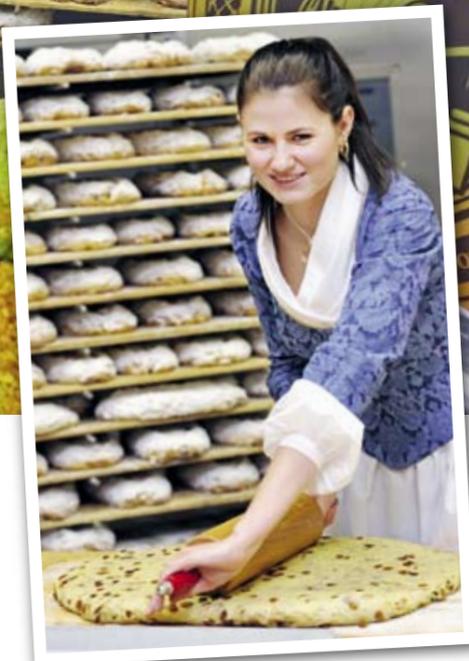
Kalėdinis pyragas „Stollen“ kepimo sezonas pradedamas teatralizuotu renginiu ir „Stollen“ festivaliu
EPA-Eltos nuotr.

Kalėdų stalo akcentas – pyragas „Stollen“

Dresdene (Vokietija), Hinkelio kepykloje, jau pakvipo Kalėdomis - čia šurmuliuoja 21-asis kalėdinių pyragų „Stollen“ festivalis. Tradicinis vokiškas kalėdinis vaisių pyragas „Stollen“ kepamas nuo 1545 metų. Šis pyragas gardinamas kardamonu, cinamonu, marcipaniniu įdaru ir razinomis, riešutais ar migdolais, o puošiamas cukriniu glajumi. Pa-

sak specialistų, žinomiausi pyragai „Stollen“ kepami būtent Dresdenu regione ir tik apie 130 kepyklų kepa tikrąjį, tai yra „oficialųjį“ pyragą „Stollen“. Visos regiono kepyklos prieš šventes iškepa tonas šio skanėsto. Prieš tai, žinoma, vyksta teatralizuotas kepimo sezono atidarymas.

Parengė Jurga DRUNGILAITĖ



Tik čia visi atsakymai apie pobūvius

NEVARK!!!

MAXIMA



SEZONO
HITAI
Citrusai

VITAMINŲ ENERGIJA
JŪSŲ ŠVENTĖMS!

Sezono hitais skelbiame citrusinius vaisius! Parduotuvėse MAXIMA rasite didžiulį apelsinų, mandarinų, greipfrutų, geltonųjų ir žaliųjų citrinų pasirinkimą ypač geromis kainomis. Nuolaidų ir degustacijų ieškokite artimiausiose parduotuvėse MAXIMA.

Daugiau informacijos – www.maxima.lt



PETER MARVEY

MAGICIAN WITHOUT LIMITS

PASAULIO MAGIJOS PRINCAS

PIRMA KARTĄ RYTŲ EUROPOJE

KLAIPĖDA ŠVYTURIO ARENA 1588 GRUODŽIO 19 D.

VILNIUS Siemens Arena 1588 GRUODŽIO 26 D.

KAUNAS ZALGIURIO ARENA 1588 SAUSIO 4 D.

Prancūziškas bučiny padovanoja 80 mln. bakterijų



Dešimt sekundžių trunkančio prancūziško bučinio metu partneriai pasikeičia 80 mln. bakterijų.

Tai rodo olandų mokslininkų atliktas tyrimas. Apklausiamų tyrime dalyvavusių porų buvo teirujamasi, kaip dažnai jie per dieną bučiuojasi. Taip pat buvo paimti jų seilių mėginiai bei bandiniai nuo liežuvio burnos mikroflorai iširti.

Kiek bakterijų partneriai perduoda vienas kitam, parodė bučinio eksperimentas. Vienam partnerių buvo duota išgerti probiotikais - tam tikromis bakterijomis - prisotinto gėrimo, ir pora po to bučiavosi. Paaškęjo, kad probiotinių bakterijų skai-

čius burnoje to partnerio, kuris gėrimo negavo, patrigubėjo. Nustatyta, kad vidutiniškai 10 minučių bučiny partneriui padovanoja 80 mln. bakterijų.

Spėjama, kad kiekvieno žmogaus organizme gyvena apie 100 mlrd. mikrobu. Vien tik burnoje yra maždaug 700 skirtingų jų rūšių.

Mokslininkai tyrimo metu atskleidė ir vieną pikantišką detalę. Atsakdami į anketos klausimus, trys ketvirtadaliai vyrų nurodė didesnę intymių bučinių dažnį nei jų partnerės. Vyrų teigė, kad prancūzišku bučiniu savo mylimąją vidutiniškai per dieną apdovanoja 10 kartų. Moterys kalbėjo tik apie penkis kartus.

Rekordinė kaina už legendinį pianiną

Garsusis pianinas iš legendinio filmo „Kasablanca“ („Casablanca“) aukcione Niujorke parduotas už 2,7 mln. eurų (9,32 mln. litų).

Trečiajame praėjusio amžiaus dešimtmetyje gamintas instrumentas turi 58 klavišus - 30 mažiau nei šiandieniniai instrumentai.

1942 metų kultinė juosta, kurioje pagrindinius vaidmenis sukūrė aktorai Ingrid Bergman (Ingrid Bergman) ir Hampris Bogartas (Humphrey Bogart), laikoma vienu sėkmingiausių visų laikų filmų.



Aukcione parduotas pianinas iš legendinio filmo „Kasablanca“
EPA-Eltos nuotr.

Parengta pagal Eltos inf.

IDOMU

LAIKRODŽIAI SU NAPOLEONO PLAUKŲ FRAGMENTAIS

Šveicarijos bendrovė „De Witt“ gamins ribotą kiekį laikrodžių su imperatoriaus Napoleono plaukų fragmentais. Prekyboje pasirodys apie 500 tokių laikrodžių. Vieno modelio kaina sieks 8 tūkst. eurų (27,6 tūkst. litų). Į visus šios serijos laikrodžius bus įdėta 0,5 mm ilgio Napoleono plaukų dalelė.

„Dar būdamas gyvas, Napoleonas buvo dievinamas. Kai jis kirpdavosi, žmonės rinkdavo jo plaukus ir juos išsaugodavo“, - pasakojo bendrovės „De Witt“ vadovė Vivjana de Vit (Vivjan de Witt). Bendrovė imperatoriaus plaukų sruogų įsigijo iš kolekcijos, priklausiusios Monako karališkajai šeimai ir parduotos lapkričio viduryje Paryžiuje. Per šį aukcioną „De Witt“ išleido 29,6 tūkst. eurų (102,1 tūkst. litų).

Bendrovės steigėjas Žeromas de Vitas (Jerome de Witt) yra tiesioginis Žeromo Napoleono (Jeromeo Napoleon), imperatoriaus jaunesniojo brolio, palikuonis.

Lapkričių viena iš garsiųjų Napoleono dvikampių skrybėlių aukcione netoli Paryžiaus kolekcininkui iš Pietų Korėjos buvo parduota už 1,8 mln. eurų (6,21 mln. litų).



VIZAŽISTO ŠARŪNO ŽUKAUSKO KURSAI KARTU SU „DOUGLAS“

Kviečiame registruotis į makiažo kursus, kuriuose sužinosite profesionalaus makiažo paslaptis. 15-kos metų patirtį turintis vizažistas pasidalins Londone įgyta technika bei pristatys naujas tendencijas.

Kursai vyks 24 akademines valandas.
KAINA 499 LT (144,52 €)

Kosmetika ir fotosesija
NEMOKAMAI

Registracija: 8 679 55482



VILNIUJE:
NAUJAS
PC „Rimi“,
Jeruzalės g. 4,
tel. (8 626) 03 465

PC „GO9“,
Gedimino pr. 9,
tel. (8 686) 04 696
PC „Iki“ (Eglutė),
Antakalnio g. 73,
tel. (8 687) 30 290

Parduotuvė „Iki“,
PC „Banginis“, Lukšio g. 34,
tel. (8 686) 04 690
PC „Rimi“,
Kareivių g. 11A,
tel. (8 687) 11 080

PC „Mada“,
Viršuliškių g. 40,
tel. (8 612) 41 859
PC „Europa“,
Konstitucijos pr. 7A,
tel. (8 611) 30 534

Švarumo centras,
T.Ševčenkos g. 16, 31 korp.,
tel. (8 5) 233 0155
PC „Iki“,
Fabijoniškių g. 2A,
tel. (8 687) 18 799

Švarumo centras,
J.Jasinskio g. 16,
tel.: (8 5) 264 9164, (8 620) 11 177
Odinių ir kailinių gaminių valymo
centras, M.Sleževičiaus g.7,
tel. (8 612) 04 791

PC „Akropolis“,
Ozo g. 25,
tel. (8 620) 11 144
PC „Pupa“,
Prieglaus g. 1,
tel. (8 615) 20 368

PC „Maxima“,
Mindaugo g. 11,
tel. (8 620) 11 133
PC „Mandarinai“,
Ateities g. 9,
tel. (8 612) 32 768

PC „Big“,
Ukmergės g. 369,
tel. (8 620) 11 122
PC „Helios City“,
Savanorių pr. 1,
tel. (8 616) 98 856

„Forum Palace“,
Konstitucijos pr. 26,
tel. (8 612) 32 760
PC „Panorama“,
Saltoniškių g. 9,
tel. (8 686) 82 665

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



Atodūsių tiltas

Atodūsių tiltas - vienas iš garsiausių Venecijos tiltų - visai nėra susijęs su romantiškais išgyvenimais ir meilės kančiomis, kaip įsivaizduoja daugelis. Iš tiesų jo istorija yra daug liūdnesnė, juk tiltas jungia Dožų rūmus su senuoju rūmų kalėjimu. Dožų rūmuose buvo įsikūręs ir teismas, todėl nuteistiesiems, vedamiems iš rūmų į kalėjimą, šis tiltas buvo paskutinė galimybė pažūrėti į Veneciją. Kalėjime, kuriame laukė kankinimų kameros, miesto grožybės jiems tikriausiai neberūpėjo. Atodūsių tiltą 1602 m. pastatė Antonijus Kontis.

Santuoka su vaiduokliu

Daugelyje pasaulio šalių iki šiol egzistuoja keistas ir net šiurpokas paprotys - „santuoka su vaiduokliu“. Tai yra gyvas ir sveikas žmogus susituokia su mirusiuoju. Tokia santuoka, pavyzdžiui, Kinijoje, gali būti sudaryta dėl įvairių priežasčių: tuokiasi pora, kuri buvo susižadėjusi abiem ceremonijos dalyviams dar esant gyviems, arba siekiama, kad nė vienas jaunesnis brolis nevestų anksčiau už vyriausiąjį. Tokia santuoka gali būti sudaryta dar ir dėl nuostatos, kad moteris būtinai turi ištekėti. Netekėjusi moteris - gėda šeimai. Dar prieš kokį šimtą metų tokioms moterims nebuvo leidžiama likti gyventi šeimoje - juk jos kėlė rimtą pavojų. Beje, net šiuolaikinėje Kinijoje manoma, kad netekėjusi moteris turi rimtų psichologinių problemų. O juk jau XIX a. pabaigoje atsirasdavo merginų, kurios sąmoningai netekėdavo: jos pačios užsidirbdavo gyvenimui, pavyzdžiui, prekiaudamos šilku, ir puikiai jausdavosi be jokio vyro. „Santuoka su vaiduokliu“ joms buvo idealus variantas - lyg ir ištekėjusi, bet ir vyras nesipainioja po kojomis.



Gyvūnų teisės įteisintos įstatymais

Karvė - ne vienintelis šventas gyvūnas Indijoje. Ten šventais laikomi ir kupranugariai (meilės simbolis), ir drambliai (klestėjimo simbolis), ir net žiurkės! Visas šis žvėrynas sudaro nemažai sunkumų kelių eismui. Pavyzdžiui, karvės laisvai vaikštinėja judriausiomis Delio gatvėmis, mat jų pirmenybė prieš bet kokią transporto priemonę įtvirtinta vietos kelių eismo taisyklėmis. O Bombėjaus oro uoste karvėms nuo pakilimo tako nuginti naudojamas tigro riaumojimo įrašas - juk nė vienas indas nerizikuos paliesti šio raguoto vaisingumo simbolio. Delio valdžios pastangos priversti karvių šeimininkus laikytis tvarkos kol kas yra bevaisės.

Trumpai

- Kinijoje einant į svečius atnešti gėlių namų šeimininkei - įžeidimas. Manoma, kad taip svečiai parodo, jog šie namai yra negražūs ir jie yra priversti atsinešti ko nors jiems papuošti.
- „Oktoberfest“ šventės istorija prasidėjo 1810 metų spalį, kai Bavarijos princas Liudvigas ir Saksonijos princesė Tereza šventė vestuves. Nuotakos pageidavimu į šventę buvo pakviesti visi Miuncheno gyventojai. Vyko arklių lenktynės, o išgerto alaus kiekio nebuvo įmanoma išmatuoti!
- Niujorke esantis pastatas „Flatiron“ išgarsėjo iškart vos pastatytas. Mat aštrus statinio kampas sukuria ypatingą oro srautų judėjimą ir todėl menkiausias oro gūsis iškart pakelia pro šalį einančių moterų sijonus. Todėl prie „Lygintuvo“ pradėjo budėti minios jaunų vyrų, ir policijai net teko juos vaikyti.



Namas dviejuose valstybėse

Belgijos ir Olandijos pasienyje esančiame Barlio miestelyje sienos taip susipynė, kad nustatyti, kurioje valstybėje yra namas ir kurios šalies piliečiai yra jo gyventojai, tenka pagal tai, kurioje šalyje yra jo pagrindinės durys. Jei pagrindinis įėjimas yra Belgijos pusėje, vadinasi, jūs esate belgas, net jei jūsų virtuvė ir miegamasis yra Nyderlanduose. Nieko keista, jei belgiško namo sodas yra Olandijoje. Siena - tai punktyrinė linija, einanti grindiniu, o kai kada - tiesiog per namą. Namų priklausomybė valstybei žymima ant jo numerio atitinkamos valstybinės vėliavos piešiniu.

Bruselis

levos Gervinskaitės akimis



„Mis Lietuva 2011“ **IEVA GERVINSKAITĖ** (24) įsitikinusi - nebūtina turėti daug pinigų ir laiko, kad galėtum keliauti ir bent trumpam atsipalaiduoti. Vos kelioms dienoms į Belgijos sostinę Bruselį su savo pussesere ištrūkusi tituluota gražuolė džiaugėsi itin turingu savaitgaliu. Su „Laisvalaikio“ skaitytojais leva pasidalijo savo įspūdžiais bei pastebėjimais.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

Architektūra

Bruselyje jaučiausi beveik kaip namie, tai yra kaip Vilniuje. Tai labai jaukus ir ne itin didelis miestas. Beveik visas lankytinas vietas galima apeiti pėsčiomis. Tiesa, architektūra Bruselyje yra įspūdingesnė negu Vilniuje. Ji turi tokios savotiškos europietiškos dvasios.

Spalvingi žmonės

Labai laisvi, draugiški ir bendraujantys. Labiausiai man įstrigo jų apranga. Žmonės gatvėse apsirengę labai meniškai, bohemškai ir patogiai. Netgi juokavome su pussesere, kad kartais iš aprangos net sunku nuspėti apie vieno ar kito žmogaus socialinę padėtį.

Tradiciskas maistas

Prisipažinsiu - grįžus po kelionės, iškrovai teko skirti kelias dienas. Maistas - iš tiesų skanus. Be abejo, paragavome jų tradicinio, nacionalinio patiekalo - bulvyčių. Jos visur buvo labai skanios. O šiaip dažniau valgėme greitąjį maistą, užuot lepinusios savo skrandžius gurmaniškais patiekalais. Be abejo, privalomai paragavome belgiško šokolado. Man jis padarė didelį įspūdį, labai skanus.

Naktinis gyvenimas

Per viešnagę Bruselyje neturėjome progos apsilankyti jokiuose naktiniuose klubuose. Apsiribojome tik barais. Ką galiu pasakyti apie naktinį gyvenimą (beje, tas pats galioja ir dieniniam gyvenimui) - gatvėse labai daug prostitučių. Nors mūsų viešbutis, kuriame apsistojome, nebuvo centre, lengvo elgesio merginų darbo vietas paplitusios visame mieste. Bet nustebino tai, kad praeiviai į jas žiūri labai laisvai, nesikabinėja, nenužiūrinėja.

Požiūris į užsieniečius

Neteko bendrauti tiek, kad suprastume, kokios belgų žinios apie Lietuvą. Ten yra labai daug turistų. Net ir tokiu metu laiku lankytojų iš užsienio netrūksta. Kaip suprantu, turizmo sektorius Belgijoje - vienas pagrindinių pajamų šaltinių, todėl į atvykusiuosius žiūrima palankiai.

„Ramus kaip belgas“

Šis posakis šimtu procentų pasitvirtino. Net juokėmės, kad pagaliau supratome, kodėl šitaip yra sakoma. Belgai iš tiesų yra ramūs, niekur neskubantys, atsipalaidavę, gyvenantys be jokio streso.

Lankytinos vietos

Aplankėme Didžiąją Bruselio aikštę, kuri yra pačioje senamiesčio širdyje. Be abejo, aplankėme besišlapinantį berniuką ir besišlapinančią mergaitę. Iš anksto buvome pasižymėjusios tam tikras vietas, kavines, kurias rekomendavo, bandėme pasiekti „Magritte“ muziejų, bet, šiaip ne taip jį suradusios, nesugebėjome užėiti - arba jis nebeveikė, arba nesugebėjome surasti, kaip į jį patekti. (*Šypsosi.*)

Lauktuvės

Parsivežiau belgiško šokolado ir gražių, mielių įspūdžių. Nesu iš tų, kurios mėgsta išvykti kur nors *pasišopin*ti. Mes net nėjome į jokiais drabužių parduotuves, nebent apsilankėme apsidairyti suvenyrų parduotuvėse, nors ir jų aš nemėgstu. Neperku nei sau, nei kitiems jokių raktų pakabučių, lipdukų ant šaldytuvo ar pan.

Savaitgalio kelionės

Nors svečiomės Bruselyje vos dvi dienas, jų visiškai pakako. Buvo labai geras poilsis, net ir grįžusi nejutau jokio kelionių nuovargio. Po šios kelionės jau planuoju kitas savaitgalio išvykas. Tokiu būdu norėčiau aplankyti dar ne vieną Europos miestą, o galbūt sugrįžti ir į Bruselį.

Prieinamos kainos

Nors daugelis sakė, kad pragyvenimas Belgijoje yra labai brangus, bet, palyginti su kitais Europos miestais, nepasakyčiau, kad Bruselis išsiskiria prekių ir paslaugų kainomis. Pavyzdžiui, kavos galima išgerti už 2-3 eurus (7-10 litų), o pietūs kokioje nors greitojo maisto kavinėje gali kainuoti apie 9 eurus (31 litą). Tiesa, mes labai neišlaidavome, nors ir netaupėme kiekvieno cento.



levą Gervinskaitę Bruselyje džiugino spalvingos miesto gatvės.

levos Gervinskaitės asmeninio albumo nuotr.

El. reklama: išmaniosios dovanos



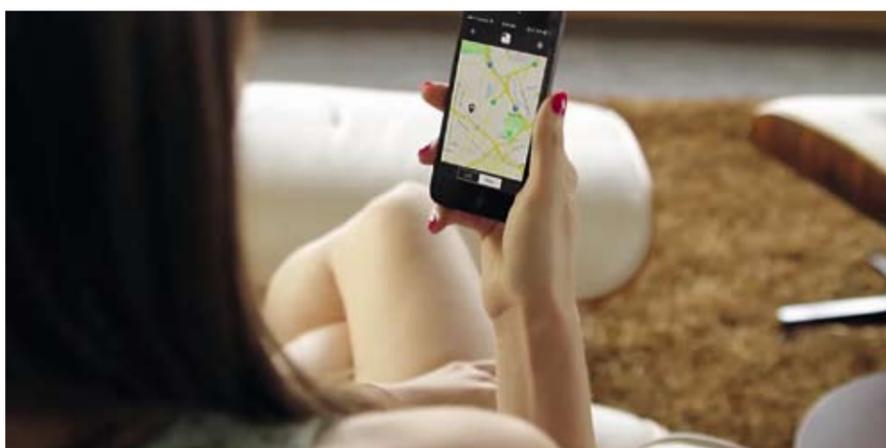
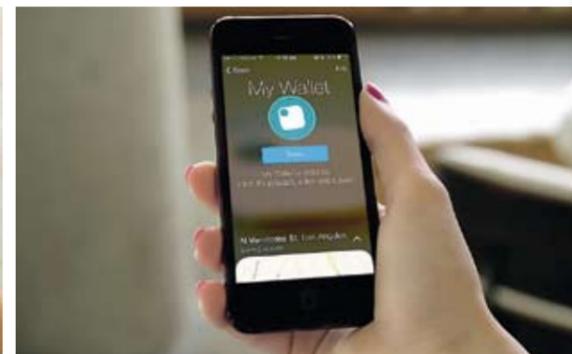
Darius Bagdziūnas

RUBRIKĄ PRISTATO „GAUMINA“

Žiemos šventės jau visai ne už kalnų, tad šįkart pakalbėkime ne apie reklamas ar jų sėkmės istoriją, bet apie dovanas. Bet tokias, kurių įprastuose prekybos centruose nerasite: pametus daiktus padedantį rasti pakabuką, visų galų meistro kredito kortelę ir „Polaroid“ fotoaparatu telefoną paverčiantį konstruktorių.

Vietoj IŠVADŲ

■ Geriausia dovana ta, kuri parinkta pagal gavėjo tipą. O dar didesnis plusas, jei ji išmanioji.



<http://thetileapp.com>

Nerandate raktų? Priverskite juos groti.

Kas?
„Tile“.

Ką padarė?

Panašių įrenginių prototipų technologines idėjas aprašančiuose internetiniuose dienoraščiuose apstu. Tačiau „Tile“ šoktelėjo į naują lygį: jie ne tik kalba, bet šį daikčiuką leidžia jau ir įsigyti. Miniatiūrinė mikroschema draugauja su jūsų išmaniuoju telefonu ir leidžia surasti kiekvieną dingusį daiktą.

Kaip veikia?

Tereikia prisegti raktų pakabuko formos objektą prie daiktų, kuriuos dažniausiai pametate, pamirštate ar bijote, kad jie gali būti pavogti. Puikiai tinka raktams, rankinei, dviračiui, o gal ir kompiuteriui. Vos tik pasigedote savo daiktų, įsijungiate programėlę, kuri nurodo, kokių atstumu šiuo metu esate nuo „Tile“ įrenginio. Kažkas panašaus kaip vaikystės žaidimas „šilta - šalta“. Taip pat telefonu galite aktyvinti garsą ir jūsų raktai ima skambėti. Tiesa, visi įrenginių vartotojai susieti į vieną tinklą, tad jei dingo jūsų dviratis, praneškite bendruomenei, o programėlė, naudodamasi bendru tinklu, suras tikslią jo buvimo vietą.

Kam tinka?

Užmaršiam ir nuolatos galvą pametusiam draugui tokia dovana padės išvengti kasdienių galvos skausmų.



<http://walletninja.com>

Visų galų meistro žaislas

Kas?
„Vante“.

Ką padarė?

Sukūrė naują vyrišką žaislą „Wallet Ninja“, su kuriuo kiekvienas pasijus, tarsi veiksmo filmo herojus, iš beviltiškos padėties išsikapanojantis vien smeigtuku.

Kaip veikia?

Paimtas kiekvienam mums įprastas kredito kortelės formatas. Pats daiktas padarytas iš kietos medžiagos, tačiau gamintojas tvirtina, kad einant per oro uosto vartus sustabdyti tikrai nebūsėte. Su šiuo kišeniniu „visrakčiu“ galėsite atsukti įvairiausių dydžių veržles ir varžtus. Taip pat jis tinka buteliams, skardinėms, popierinėms dėžėms atidaryti, apelsinams lupti, mažiems objektams matuoti ir... išmaniajam telefonui patogiai pastatyti.

Kam tinka?

Galbūt skamba kaip dar vienas pigus menkinėkis, tačiau esu įsitikinęs, kad kiekvienas vyras slapčia svajoja apie tokią dovaną.

<http://pryntcases.com>

Telefonu darytos nuotraukos atgyja

Kas?
„Prynt“.

Ką padarė?

Du vaikimukai iš Paryžiaus pasišovė sujungti naujagisias technologijas ir klasika tapusius įrenginius. Taip gimė idėja - išmaniojo telefono dėklas, realiuoju laiku spausdinantis nuotraukas lygiai taip pat, kaip tai daro „Polaroid“ fotoaparatai. Iki šių Kalėdų masinė prekyba tikrai neprasidės, tačiau gali būti, kad jau kitais metais turėsite galimybę laikyti jį rankose.

Kaip veikia?

Į dėklą įstumti savo telefoną ir konstruktorius atrodo lyg paprastas fotoaparatas. Tuomet padarai nuotrauką, mygtuko paspaudimu siunti ją į integruotą spausdintuvą ir per 30 sek. gauni fotografiniame popieriuje įamžintą akimirką. Tokių nuotraukų su vienu papildymu galima padaryti 10, tačiau visada su savimi galima turėti daugiau popierių. Pasitelkę „Prynt“, atspausdinsite ne tik šiuo metu padarytas nuotraukas, bet ir tas, kurias turite savo galerijoje, „Facebook“, „Instagram“ ar kituose socialiniuose tinkluose. Daro išpūdį ir tai, kad specialia programėle nuskenavę nuotrauką pamatysite vaizdo klipą, rodantį, kaip ji buvo padaryta.

Kam tinka?

Be išmaniojo telefono nė vienos minutės neįsivaizduojančiam kolegai.



Andriaus Mamontovo staigmenos



A.MAMONTOVO KONCERTAI

- **gruodžio 13 d. 19 val.** Klaipėdos tarptautinio universiteto LCC Michealsen centre (Klaipėda, Kretingos g. 36)
- **gruodžio 14 d.** Šiaulių koncertų salėje „Saulė“ (Tilžės g. 140).
- Bilietus platina Bilietai.lt

Stasio Žumbio nuotr.

ANDRIAUS MAMONTOVO koncertai - visada ypatingi. Šįkart koncertuose Klaipėdoje ir Šiauliuose skambės niekur negirdėtos dainos.

Į koncertus Klaipėdoje ir Šiauliuose A.Mamontovas atvyks be ilgamečio savo bendražygio „Foje“ klavišininko Arnaldo Lukošiaus, su kuriuo, anot dainininko, atsisveikino trečią ir, panašu, paskutinį kartą. Nepaisant to, Andriaus koncertinė programa skambės gerokai pilniau, nei įprastai - prie dainininko grupės vėl prisijungė buvę „Foje“ nariai Romas Rainys (gitarą) ir Saulius Valikonis (saksofonas). A.Lukošių scenoje pakeis visiems gerai pažįstamas, ilgametis grupės narys, multiinstrumentalistas Eimantas Belickas.

Atlikėjas klausytojams rengia staigmeną - susitikimuose su gerbėjais skambės daug metų negrotos arba iš viso negirdėtos Andriaus dainos. „Kol kas tik pradėjau dirbti prie naujojo savo albumo, todėl nedirštu žadėti, kad iki koncertų jau bus kokio nors „iškepta“ daina taip, kad ją būtų galima pristatyti mano klausytojams, tačiau tikrai žadu sugroti kūrinius, kurie jau ilgokai snaudė tyloje, arba iš viso neskambėjo koncertuose“, - teigė A.Mamontovas.

Netikėtais kūrybiniais posūkiu ir kryptimis publiką dažnai stebinantis dainininkas ir kūrėjas kol kas per daug nelinkęs atvirauti, koks bus naujasis jo dainų albumas. „Darbai tik prasidėjo. Dar tik išsirinkau studiją, kurioje įrašinėsiu. Net nežinau, kur užbaigsiu, tai paaiškės proceso eigoje. Galiu pasakyti tik tiek, kad naujos dainos man atrodo ganėtinai romantiškos, o ar toks bus ir galutinis rezultatas - nedirštu spėlioti. Noriu tikėti, kad naują albumą klausytojai išgirs 2015-ųjų pavasarį“, - pasakojo dainininkas.

Parengė Vaida ANDRIKONYTĖ

Didysis šeštadienio projektas ŠOK SU MANIMI

Nuo gruodžio 6 d. šeštadieniais 19.00 val.

Nuo šiol savo palaikymą šokėjams galėsite pareikšti www.soksumanimi.lt svetainėje. Tiesioginio eterio metu, šokant Jūsų mylimiausioms poroms, apsilankykite projekto internetiniame puslapyje ir paspauskite „Palaikau“. Tokiu būdu Jūs ne tik išreikšite palaikymą, bet kartu galėsite pamatysite savo nuotrauką, kuri atsiras ant parketo, šokant porai, kurią palaikote.



Gera kartu!



PASAULINĖ ŽVAIGŽDĖ PIANISTAS / PRANCŪZIJA Jean-Marc LUISADA

VIENINTELIS KONCERTAS IR TIK 350 BILIETŲ.

GRUODŽIO 18 D. 19 VAL.

LIETUVOS DIDŽIOSIOS KUNIGAİKŠTYSTĖS
VALDOVŲ RŪMUOSE (Katedros a. 4, Vilnius)



KONCERTO PROGRAMA
F. Schubert - Sonata B-dur, D. 960
F. Chopin - Valsai (Les 14 valse)

LAISVALAIKIS
REKOMENDUOJA

Ką veikti savaitgalį?



ŠEIMAI

KAS? „Trakai - Kalėdų Senelių sostinė“.

Tai unikalus Trakų miesto renginys, skirtas vaikams ir suaugusiems. Renginio tikslas - Trakus paversti Kalėdų ir Naujųjų metų šeimos pramogų sostine! Čia apsilankys Kalėdų Seneliai iš įvairių pasaulio šalių. Senelių rezidencija bus įkurta Trakų salos pilies kazematuose, ten bus pradėta sekti pirmoji žiemos pasaka. Trakų Nyktukas lauks savo rezidencijoje apžvalgos aikštelėje priešais Trakų salos pilį.

KUR? Trakų salos pilies kieme ir apžvalgos aikštelėje priešais Trakų salos pilį.

KADA? Nuo gruodžio 5 d. 11-16 val.
UŽ KIEK? Nemokamai, kai kurie renginiai - 10 Lt (2,9 Eur).

Pauliaus Albertavičiaus nuotr.

KŪRYBINGIEMS

KAS? Šiltų linkėjimų atvirukai.

Moteriškoje kompanijoje dalyviai susipažins su skrebinimo pagrindais, galės pasigaminti atvirukų, taip pat mėgausis kvapnia arbata ir šiltu bendravimu.

KUR? Lietuvos vaikų ir jaunimo centras (Konstitucijos pr.25, Vilnius).

KADA? Gruodžio 6 d. - 18 val., gruodžio 7 d. - 16 val.

UŽ KIEK? 40 Lt (11,6 Eur).



AKTYVIEMS



Stasio Žumbio nuotr.

KAS? Ledo čiuožykla Lukiškių aikštėje.

Gyventojai ir miesto svečiai čia galės aktyviai leisti laisvalaikį, nemokamai pasimokyti dailiojo čiuožimo ir ledo ritualio. Gruodžio 6 d. planuojamas ypatingas čiuožyklos atidarymas.

KUR? Lukiškių aikštė, Vilnius.

KADA? Nuo gruodžio 6 d., 12-22 val.

UŽ KIEK? Pamokos - nemokamai, čiuožimo sesija (45 min.) - 6,9 Lt (2 Eur) su pačių nuoma, 3,45 Lt (1 Eur) su savo pačių čiuožomis.

BELAUKIANTIEMS KALĖDŲ

KAS? Kalėdų miestelis su „Paulig“ Katedros aikštėje.

Katedros aikštėje įsikurs 36 kalėdiniai nameliai. Čia bus galima rasti ir žiemos vakarus pasaldinsiančių kalėdinių delikatesų - imbierinių sausainių, meduolių, arbatų, naminių sūrinių, spalvingų saldainių ar pyragaičių ir šimtus stebuklingų dovanų idėjų.

KUR? Katedros aikštė, Vilnius.

KADA? Nuo gruodžio 5 d. 12-21 val.

UŽ KIEK? Nemokamai.



Redakcijos archyvo nuotr.

KAS? „Bushmills Live: Fryars“.

KLUBINĖTOJAMS

Fryars, aka Ben Garret, - paperkantis indiepop muzikos alchemikas iš Londono. 24 metų jaunuolio kišenėje - du kritikų įvertinti albumai, bendras darbas su Lily Allen (Lily Allen), Mika ir Raje Moris (Rae Morris) bei pasirodymai vienoje scenoje su „Vampire Weekend“, „London Grammar“ ir „Wild Beasts“. Fryars dainos aprėpia ne vieną žanrą: pradedant nuo skambaus synth-pop, įmantrijų „kišeninių“ simfonijų iki lyriškų baladžių. Tačiau paprašytas apibūdinti savo stilių, Fryars sakė - tai pergalingas fatalizmas.

KUR? Menų fabrikas „Loftas“ (Švitrigailos g.29, Vilnius).

KADA? Gruodžio 7 d. 21 val.

UŽ KIEK? 24-54 Lt (6,95-15,64 Eur).



TAUPANTIEMS

KAS? Uodo šeimos turgelis.

Jei vaikai išaugo savo drabužius, jiems nusibodo seni žaislai ar susikauptė daug nebenaudojamų šeimyniškų daiktų, jus kviečia Uodo šeimos turgelis. Čia bus galima pirkti, parduoti, mainyti, dovanoti, bendrauti ir pramogauti su visa šeima.

KUR? Lietuvos parodų ir kongresų centras LITEXPO (Laisvės pr.5, Vilnius).

KADA? Gruodžio 6 d. 11-15 val.

UŽ KIEK? Nemokamai.



TEATRALAMS

KAS? Šokio spektaklis „Kelionė namo“.

Urbanistinio šokio teatras „Low Air“ kviečia į dramos ir šokio spektaklį. „Aukšiniu kryžiumi“ apdovanotas choreografas Airidos Gudaitės ir Lauryno Žakevičiaus bei režisieriaus Vido Bareikio spektaklis - tai sugrįžimas į vaikystės erdvę, kupiną neatsakytų klausimų. „Kelionėje namo“ susijungia skirtingos meno sritys: šokis, vaidyba, muzika ir literatūra. Scenoje skambės gyva muzika ir bus papasakotos dvi istorijos, sutelpančios vienuose namuose.

KUR? „Menų spaustuvė“ (Šiltadaržio g.6, Vilnius).

KADA? Gruodžio 7 d. 19 val.

UŽ KIEK? 34 Lt (9,85 Eur).

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

K. Beisindžer - nepavaldi laikui

Jau daugiau nei 35 metus kino ekranuose žibanti Holivudo žvaigždė **KIM BEISINDŽER** (Kim Basinger) gruodžio 8 d. švęs savo 61-ąjį gimtadienį. Tačiau amžius jai ne kliūtis ne tik puikiai atrodyti, bet ir pasirašyti sutartį su modelių agentūra, su kuria bendradarbiauja ir jos dukra Aireland Boldvin (Ireland Baldwin).

Modelio darbas K. Beisindžer - toli gražu ne naujiena. Savo karjerą Holivude ji pradėjo būtent nuo podiumo. Tik paskui gražuolė pateko į televizijos prodiuserių akiratį ir gavo vaidmenis įvairiuose televizijos serialuose. Po jų sekė tokie filmai kaip „Kieta šalis“, „Niekada nesakyk niekada“ ir kiti. Būtent šis filmas leido aktorei atsiskleisti ir sužibėti. Reklamuodama jį K. Beisindžer pozavo nuoga žurnalui „Playboy“. Ir šitaip patraukė dar didesnę visuomenės dėmesį.

1986 m. žavi blondinė nusifilmavo erotinėje dramoje „Devynios su puse savaitės“. Nors meilės scenos ten buvo suvaidintos itin subtiliai ir meniškai, tuo metu filmas pateko tarp skandalingiausiųjų. Panašu, kad karjera aktorei sekėsi kaip sviestu patepta, tačiau asmeninis gyvenimas klostėsi kiek sunkiau. Tik 1994 m. K. Beisindžer pagaliau sutiko savo gyvenimo vyrą aktorį Aleką Boldviną (Alec



Aktorė Kim Beisindžer (Kim Basinger) yra pirmoji aktorė, pelniusi „Oskara“ po to, kai nusifotografavo nuoga „Playboy“ žurnalui

FAKTAI

- Tikrasis Kim Beisindžer vardas yra Kimila En Beisindžer (Kimila Ann Basinger)
- Ji mokėsi baletu nuo trejų metų iki paauglystės
- Aktorė turi atvirų erdvių fobiją
- Ji yra pirmoji aktorė, pelniusi „Oskara“ po to, kai nusifotografavo nuoga „Playboy“ žurnalui
- K. Beisindžer yra vegetarė ir aktyvi gyvūnų teisių gynėja
- Jos ūgis - 1,71 m

Baldwin). 1995 m. jiems gimė dukrelė. Ta proga aktorė nusprendė kelerius metus ilsėtis ir atsiduoti vaikelio auginimui ir gyvūnų globai. Į didžiuosius kino ekranus ji sugrįžo 1997 m. su hitu „Los Andželas slaptai“. O 2002 m. K. Beisindžer ir A. Boldvino santuoka iširo.

Tačiau aktorės karjera tęsėsi ir tęsiasi iki šiol. Per savo karjerą iki šiol pelnė daugybę apdovanojimų, tarp jų - „Oskaras“ už geriausią aktorės vaidmenį ir „Auksinis gaublys“ už antraplanį darbą. Šiuo metu K. Beisindžer filmuojasi filme „Gražūs vyrukai“ („The Nice Guys“).

Parengė
Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ



Su aktoriumi Aleku Boldvinu (Alec Baldwin) K. Beisindžer pragyveno 10 metų ir susilaukė dukters Aireland (Ireland)

EPA-Eltos nuotr.

TELEVIZIJA

2014 m. gruodžio 5-11 d.



M. Daikerytė - užaugusi ant podiumo

Interviu su Milita Daikeryte - 68-69 p.

Stasio Žumbio nuotr.

Televizijos plusai ir minusai pagal

Tada Rimgaila

Šokėjas ir renginių vedėjas **TADAS RIMGAILA** (30), atradęs laisvą valandėlę, nevengia prisėsti prie televizoriaus peržvelgti naujienų, pasižiūrėti pokalbių šou ar vakaro praleisti su muzikine laida.



GEROS KOKYBĖS PRAMOGINIŲ LAIDŲ TRŪKUMAS

Vienos pramoginės laidos yra skirtos didžiajai visuomenės daliai. Jose rodoma tai, ką žmonės ir nori pamatyti. Kitos pramoginės laidos neina lengviausiu, komerciniu, keliu, norėdamos įtikti žiūrovui, jų auditorija galbūt yra mažesnė, bet jos įdomesnės. Deja, daugiau yra tų prastesnių šou.

NEIGIAMOS INFORMACIJOS KIEKIS

Tokios informacijos kiekis yra didelis, bet aš suprantu televizijas. Kad ir kaip būtų, žmonės labiau žiūri neigiamas naujienas, tai, kas kur ką negero pasakė. Geros žinios žmonėms nelabai aktualios.

FILMAI PER TV

Filmus dažniau žiūriu arba kino teatre, arba per kompiuterį. Kad ir kaip būtų, žiūrėti filmą norisi į jį susikoncentruoti, o kai į gerą filmą prikiša daug reklamų, tai žudo.

POKALBIŲ ŠOU MEISTRIŠKUMAS

Man labiausiai patinka tai, kad temos jose visada sukasi tos pačios, tik būna įvilkotos į kitą pavidalą. Čia jau toks kūrėjų meistriškumas pasireiškia.

PARAMOS AKCIJOS

Jos nėra blogai, tik gal jau truputį pabodo, nes kasmet visos televizijos vis tą patį daro. Bet pastangos padėti kitiems yra sveikintinos. Juolab kad televizija yra ta vieta, kurią visi mato ir girdi. Kaip kitaip paprastas žmogus gali padėti vargstančiam?

MUZIKINĖS LAIDOS

Jų nėra labai daug. Kuo daugiau jų būtų, tuo geriau. Tik jos turėtų būti kokybiškai padarytos, kad būtų kokia įdomesnė mintis, geri balsai ir gera muzika.

TRUMPAI



Daugelis vilniečių nustebo praėjusią savaitę už taksio automobilio vairo išvydę žinomą aktorį **EIMUTĮ KVOŠČIAUSKĄ** (33). Pasirodo, profesijos jis nepakeitė. Tai buvo, viso labo, naujos premjeros „Vyrų laiškai (elektrikui, tėvynei ir krepšiniui)“ vaizdo klipo filmavimas. Pačiam aktoriui teko gana nemažas išbandymas - buvo ne tik filmuojama, bet ir vežami keleiviai. Filmavimo metu pasitaikė jauna pora, vykstanti pailsėti į Turkiją, su kuriais aktorius ir užmezgė smagų pokalbį.



Neseniai TV3 seriale „Pasmerkti 3“ pasirodžiusi aktorė **VALDA BIČKUTĖ** (34) džiaugiasi savo vaidmenimis tiek teatre, tiek kine, tiek televizijoje. Seriale „Pasmerkti 3“ režisierius Saulius Balandis aktolei patikėjo aplinkybių įkaite tapusios gydytojos Auros vaidmenį. „Aura skamba gražiai. Noriu, kad mano herojė tokia ir būtų - šviesi, mylinti gerietė, tiesiog nukencianti dėl aplinkybių“, - apie savo herojė sakė Valda. Kaip susiklostys jos likimas, TV žiūrovai gali stebėti šokiadienių vakarais.

Naujas R.Vyšniauskaitės įvaizdis

Radio stoties „Power Hit Radio“ rytinės laidos „Šok į kelnes“ vedėja **RAMINTA VYŠNIAUSKAITĖ** (27) paragavo fotomodelio duonos ir įsijautė į beprotiškos princesės vaidmenį.

Įvaizdžio fotosesija iliustruoja ne tik Ramintos, kasdien besikeliančios labai anksti, bet ir jos klausytojų ryto ritualus: dantų valymąsi, skutimąsi, šukuosenos darymą, todėl buvo neapsieita be dantų šepetėlio, skutimosi putų ar milžiniškų suktukų plaukams.

„Ant veido teko teptis skutimosi putas. Niekada nebuvau to bandžiusi. Turiu prisipažinti - jausmas tikrai keistas! Beje, skutimosi putas fotosesijoje naudojame ne tik pagal paskirtį - tepėme jas ir ant mano dantų šepetėlio, kuriuo naudojuosi kasdien. Nors po fotosesijos jį kruopščiai išvaliau, kitą rytą besivalant dantis burnoje vis tiek jautėsi skutimosi putų skonis!“ - pasakojo Raminta.



Pasitikdama žiemą, R.Vyšniauskaitė pristatė ne tik fotosesijos rezultatus, bet ir dvi naujas rubrikas. Nuo šiol internetinėje rubrikoje „Pakaba“ Raminta dalijasi viskuo, kad „kabo“ jos spintoje ir už jos ribų - mados ir stiliaus perliukais. Antra naujieta - internetinė rubrika „Čilė čilina“ - skirta kitai merginos meilei ir jos namų valdovei katei Čilei.



Neįprastoje fotosesijoje Ramintai Vyšniauskaitei teko ne vienas išbandymas
Sauliaus Baniūlio nuotr.

„Eurovizijos“ atrankų vairą žiūrovai patikėjo Simonai Nainei

Pernai sėkmingai „Eurovizijos“ atrankose kaip TV laidų vedėja debiutavusi grupės „Pinup girls“ narė **SIMONA NAINĖ** (26) neliko nepastebėta. Kas šiemet nacionalinėse „Eurovizijos“ atrankose stas šalia Arūno Valinsko, buvo patikėta nuspręsti žiūrovams.

Porą savaitių internete balsavę žiūrovai savo balsus atidavė S.Nainei. Ji be vargo aplenkė likusias penkias kandidatas ir vėl vadovaus „Eurovizijos“ paradiui.

Bene didžiausia Simonos varžovė buvo Beata Tiškevič-Hasanova. Ji nuo „Pinup girls“ narės atsiliko beveik 5 tūkst. balsų. Likusios pretendentes - Jurga Šeduikytė, Lavija Šurnaitė, Vilija Matačiūnaitė ir Ne-

ringa Čereškevičienė - surinko po 2-4 tūkst. balsų.

„Eurovizija 2015“ įsisiūbuoja: šių metų atrankos taisyklės paskelbtos, didelės intrigos sulaukusi konkurso vedėjų atranka pasiekė kulminaciją. O dainų autoriai ir atlikėjai iki gruodžio 15 d. dar gali teikti paraišką „Eurovizijai“ ir tikėtis pelnyti tikrą aukso puodą.

Autoriui, kurio sukurta daina kitąmet atstovaus Lietuvai „Eurovizijos“ konkurse Vienoje, bus skiriamas solidus piniginis prizas - 15 tūkst. litų. Tokia didelė pinigų suma kurti dainas autorius skatina Lietuvos autorių teisių gynimo asociacija (LATGA). Nacionalinę „Eurovizijos“ atranką laimėjęs dainos atlikėjas taip pat nebus nuskriaustas - asociacija M.A.M.A. skirs 5 tūkst. litų atlikėjo pasiruošimo etapui.

„Eurovizijos“ atrankos prasidės iškart po Naujųjų metų.

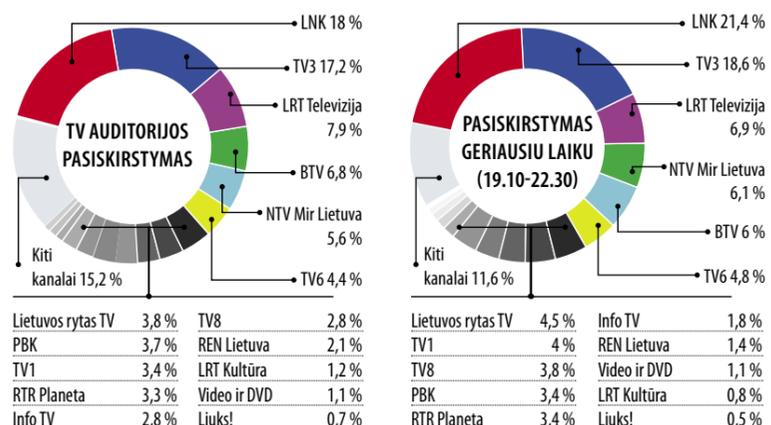


Pernai „Eurovizijos“ atrankas vedusi Simona Nainė ir šiemet vadovaus šiam konkursui
Stasio Zumbio nuotr.

Puslapius parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

REITINGAI

TV AUDITORIJA



TV TOP10

Nr. Laida	TV	Reitingas
1 NUO...IKI	LNK	10,7
2 VALANDA SU RŪTA	LNK	10,2
3 KK2	LNK	10,0
4 LIETUVOS BALSAS	LNK	9,4
5 KARALIŠKA DRĄSA	TV3	9,4
6 LNK ŽINIOS	LNK	9,1
7 TV3 ŽINIOS	TV3	8,9
8 PASMERKTI 3	TV3	8,4
9 FARAI	TV3	8,0
10 PRIEŠ SROVĘ	TV3	7,9

Duomenys: TNS LT, 2014 m. lapkričio 24-30 d.

M. Daikerytė:

Šou pasaulyje nėra jokių tabu

Nors jai dar tik 17 metų, **MILITA DAIKERYTĖ** jau gali pasigirti tokiais epitetais kaip atlikėja, solistė, vizažistė, TV projektų dalyvė. Ji puikuoja ne tik televizijos eteryje, BTV laidoje „Muzikinė kaukė“, bet ir ant žurnalų viršelių. Tiesa, mokykloje dar besimokanti Milita prisipažįsta, kad ne visi mokytojai žino jos užklausinę veiklą, dėl kurios retkarčiais nukenčia mokslai, o dažniausiai - laisvalaikis su draugais. Bet ji nesiskundžia, atvirščiai - džiaugiasi, kad turi galimybę siekti savo užsibrėžtų tikslų.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

- Papasakok, kaip tavo gyvenime atsirado muzika. Ji atrado tave ar tu ją?

- Sunku pasakyti, gal greičiau ji atrado mane. Tiesiog taip buvo lemta. Paprastai tėvai vaikystėje pastebi, kad vaikas talentingas, suranda jam chorą, ansamblį ar vokalo dėstytoją ir skatina jį tobulėti. Man buvo kitaip. Aš vaikystėje lankiau viską, kas man buvo smalsu: bandžiau pramoginius šokius, modeliukų užsiėmimus, daile, keramiką, dailių čiuožimą ir t.t., bet taip niekaip savęs ir neatrasdavau. Kai kuriuos būrelius lankydavau vos kelis mėnesius, kol suprasdavau, kad tai ne man. Dainuoti pradėjau nuo 11 metų. Mane pastebėjo dainavimo dėstytoja stovykloje ir pasakė tėvams, kad galiu ir privalau dainuoti, nes turiu stiprų ir įdomų balsą. Mane visada domino sceninė veikla, todėl mielai pradėjau lankyti dainavimo pamokas, o greitai ir dainuoti konkursuose, renginiuose, televiziniuose projektuose. Nejučia užsiedgiau dainavimo aistra ir pagaliau atradau save! Kartu su dainavimu pradėjau lankyti ir muzikos mokyklą, nes supratau, kad be muzikinio išsilavinimo nieko nebus.

- Kuo tave žavi scena, pramogų pasaulis, jo užkulisiai?

- Scena man - ir didelis iššūkis, ir didelis malonumas. Galima sakyti, augau ant podiumo - demonstruodama vaikiškas kojines, drabužius, pozuodama fotografams, dainuodama dainas, gal todėl dabar be scenos neįsivaizduoju savo gyvenimo. Kiekvienas išėjimas man suteikia naujų pojūčių, atradimų, išgyvenimų. Kol jausiu adrenaliną ir jauduliuoką prieš lipdama į sceną, tol norėsiu atiduoti visą save žiūrovui.

- O kuo erzina?

- Manęs neerzina kelias, kurį pasirinkau pati, nes ir gera, ir bloga patirtis man yra naudinga. Mokausi iš padarytų klaidų, džia-

giusi pasiektais nuopelnais. Suprantu, kad visiems neįtiksi ir visiems geras nebūsi. Kiekvienas atlikėjas turi savo klausytoją, o klausytojas - savo mėgstamiausią atlikėją.

- Kokie mitai apie muzikinį kelią pasitvirtino, o kokie sugriuvo?

- Net nežinau, kokių čia jų yra, nespėju apie tai susimąstyti. Bet taisyklė, kad įlipęs į šią balą iš jos neišlipsi, pasitvirtino. (*Šypsosi.*)

KARTAI MAN ATRODO, KAD MANO GYVENIMĄ SENIAUSIAI KAŽKAS JAU SUPLANAVO, O AŠ ESU TIK VISO TO VYKDYTOJA

- Dalyvauji BTV projekte „Muzikinė kaukė“. Kokį iki šiol įkūnytą personažą tau labiausiai patiko vaidinti?

- Kartais pasiseka, gauni įdomų personažą, kurį jauti, kaip galima pateikti žiūrovui, kad sudomintum. Buvo keletas tokių, kuriuos įkūnyti man patiko labiausiai, pavyzdžiui, Vitni Hjuston (Whitney Houston). Žinojau, kad bus labai sudėtinga, bet bandžiau įsijausti į jos išgyvenimus, tai buvo ypač svarbi užduotis. Bet man patiko. Taip pat paliko įspūdį dramatiškas kūrinys „Zombie“, gal dėl to, kad mėgstu emociškas dainas, kurias galiu „įsijausti“.

- Kokių turi tikslų muzikiniame pasaulyje?

- Tiesiog noriu, kad mano dainuojama muzika klausytojams skleistų geras emocijas ir pozityvą, kurio taip trūksta mums Lietuvoje. Niekada nesistengiau ko nors įrodyti ir, tikiuosi, neteks to daryti. Man tiesiog yra be galo gera dainuoti. Gera skaityti teigiamą energetiką spinduliuojančius laiškus, kuriuos parašo gerbėjai.

Atlikėja Milita Daikerytė šiuo metu svarsto nusirėžti savo ilgas kasas
Stasio Zumbio nuotr.



DOSJĖ

- **Vardas, pavardė:** Milita Daikerytė
- **Gimimo data ir vieta:** 1997 m. rugpjūčio 7 d., Kaunas; augo Varėnoje, 6-erių persikėlė gyventi į Vilnių
- **Veikla:** mokosi mokykloje 11-oje klasėje, artistė-solistė, vizažistė grožio salone „Divalta“, Balio Dvariono muzikos mokyklos mokinė; taip pat neatsiejama veikla - sportas
- **Gyvenimo moto:** Viskas bus gerai pabaigoje... Jeigu taip nėra, dar ne pabaiga...

- Esi jauna, populiaru ir talentinga. Nejauti pavojaus susirgti „žvaigždžių“ liga?

- Tikiuosi, kad to išvengti padės ir mano charakteris, ir protas. Jaučiuosi gana stipri ir atsakinga už savo veiksmus, tad nemanau, kad taip galėtų atsitikti. Suvokiu, kad esu labai jauna, ir visos klaidos, padarytos dabar, gali su kaupu atsirūgti ateityje. Ačiū Dievui, turiu artimus žmones, kurie man padeda atskirti gera nuo blogo.

- Kaip į tave žiūri vyresni scenos kolegos? Palaiko ar žvelgia su pavydu?

- Visi esame tokie pat žmonės, o žmonių yra visokių, vieni atviresni - mėgsta dalintis patirtimi ar nusivylimais, o kiti uždaresni. Bet, mano nuomone, jeigu tu šypsosiesi, tai šypsosis ir tau. Be abejo, visada malonu, kai kitas parodo iniciatyvą. O šou pasaulis kupinas konkurencijos, kitaip būti negali, juk rinkta Lietuvoje tokia maža, o atlikėjų tikrai netrūksta.

- Turi kokių nors tabu scenoje?

- Šou pasaulyje neegzistuoja jokių tabu. Klausytojas renkasi savo mėgstamą artistą, ir kartais tenka peržengti ribas - daryti tai, kas tau galbūt ir nepatinka, bet ko reikalauja scenarijus, režisieriai ir panašiai.

- O gyvenime? Dažniau elgiesi apgalvotai ar spontaniškai?

- Stengiuosi elgtis apgalvotai, bet pasi-taiko ir spontaniškų sprendimų. Kartais man atrodo, kad mano gyvenimą seniausiai kažkas jau suplanavo, o aš esu tik viso to vykdytoja...

- Kokį sprendimą iki šiol buvo sunkiausia priimti?

- Dabar svarstau apie labai svarbų sprendimą... kirpti savo ilgas kasas ar ne. (*Šypsosi.*)

- Kas geriausiai pakelia nuotaiką, o kas ją bemat sugadina?

- Greičiausiai sugadina bloga mamos nuotaika, o labiausiai nudžiugina, kai matau išeinančią klientę iš salono su plačia šypseną veide po mano padaryto makiažo.

- Kam niekada negaili laiko ir pinigų?

- Poilsui, nes retai galiu juo pasimėgauti. Taip pat savo darbo priemonėms - kosmetikai ar teptukams. O laiko negailiu darbui - vizažui ir sceninei veiklai.

- Sakoma, kad už pinigus nusipirksi viską, ką tu apie tai manai? Tiesa ar mitas?

- Tai labai individualu, nes kiekvieno vertybės skirtingos... Jeigu žmogui pramo-gos ir malonumai sukelia didelę laimę, šis

pasakymas jam tiktų. Bet aš manau, kad už pinigus gali nusipirkti viską, išskyrus tikrąją laimę. Mano nuomone, pinigai gali žmogų padaryti laimingą tik laikinam momentui.

- Dar mokaisi mokykloje. Kaip į tavo užklausinę veiklą reaguoja mokytojai? Supranta, o gal kaip tik labiau spaudžia?

- Įvairiai... Net nesu tikra, ar visi mokytojai žino apie mano karjerą, nes mokykloje esu tokia pat mokinė kaip ir kitos. Vieni mokytojai mane palaiko, kiti - nelabai, bet jų palaikymo ir nereikalauju. Suprantu, kad kiekvienas atliekame savo pareigas. Man pačiai šiuo atveju yra sunkiau, nes mano pareiga - atsiskaityti viską tą patį, ką ir kiti, o dažniausiai dėl didelio užimtumo tenka atsilikti ir atsiskaitinėti vėluojant.

- Ko tenka atsakyti dėl itin užimtos dienotvarkės?

- Viską stengiuosi suderinti taip, kad ne-tektų kažko atsakyti. Bet dažniausiai liūdi mano mylimi draugai. Kartais ir sotumo jausmas nukenčia. (*Šypsosi.*)

SUVOKIU, KAD ESU LABAI JAUNA, IR VISOS KLAIDOS, PADARYTOS DABAR, GALI SU KAUPU ATsirūgti ATEITYJE

- Ką veiki laisvalaikiu?

- Miegau, repetuoju, dirbu! Tai yra mano laisvalaikis, ir džiaugiuosi, kad jį tenka praleisti turiningai. Laisvadieniais labai intensyviai dirbu grožio salone. Darau vizažus. Be to, kiekvieną sezoną pasitaiko koks nors naujas projektas, kuriam dažniausiai reikia labai daug laiko ir dėmesio. Šiuo metu dalyvauju „Muzikinėje kaukėje“. Žinoma, laisvesnę minutę nepraleidžiu progos susimatyti su draugėmis, aplankau močiutes. Jeigu turiu laisvesnį savaitgalį, suplanuoju vakarėlį su draugėmis. Smagiai plepame iki paryčių.

- Tavo labai įdomus vardas. Kas jį tau parinko ir kodėl?

- Mama pasakojo, kad visai atsitiktinai... Mama skaitė knygą, kurios redaktorė buvo vardu Milita, tuomet mamai pasirodė, kad tai labai įdomus vardas. Prieš man gimstant, tėtis buvo nusiteikęs, kad gims berniukas, tad mergaitiško vardo nesirinko, bet gimiau aš, o mama jau turėjo išrinkusi vardą. Daug kas klausė, kodėl Milita, ar žinote vardo reikšmę? Bet apie tai tada niekas negalvojo - nebuvo tokios mados. O, pasirodo, vardo reikšmė labai atitinka mano charakterį - kovinga. Kaip šeima pasakoja, dar būdama kūdikis nesilioviau demonstruoti savo užsispyrimo.

„KAIP ATSIKRATYTI BOSO 2“

■ **Žanras:** komedija, JAV
 ■ **Režisierius:** Sean Anders
 ■ **Vaidina:** Jennifer Aniston, Chris Pine, Kevin Spacey, Jason Sudeikis ir kiti

Nuoboduliui prablaškyti

Nors dainininkė **URTĖ ŠILAGALYTĖ** (22), visai neseniai pradėjusi dirbuotis nuosavoje dainavimo studijoje, sukasi darbuose, savo užimtoje darbotvarkėje atrado valandėlę laiko ir sutiko sėsti į „Laisvalaikio“ kino kritikės kėdę. Dainavimo subtilių jaunimą mokanti mergina pateikė ir pedagogiškų pastabų. Taigi, „Kaip atsikratyti bosą 2“ su Urte.

- Kokį įspūdį paliko šis filmas?

- Šis filmas nebūtų įrašytas į vieną iš labiausiai man patikusių, tačiau retkarčiais tikrai galima leisti sau pakvailioti ir tokį pasižiūrėti. (*Juokiasi.*)

- Ar matei pirmą dalį?

- Nemačiau. Skirtumo, ar buvote pirmoje dalyje, ar ne, manau, nėra, tai lengvas siužetas, kurį žiūrint nelabai svarbu, kas buvo anksčiau. Manau, tie, kurie pasirinko pažiūrėti šį filmą, išeis tikrai pasijuokę ir atsipūtę, o kurie nepasižiūrės, nemanau, kad ką labai praras.

- Kurio aktorius vaidybą išskirtum?

- Išskirčiau Dženifer Eniston (Jennifer Aniston) ir Džeisoną Beitmeną (Jason Bateman). Dženifer filmui suteikė spalvų ir moteriškumo, o Džeisonas išliko kontraste tarp vykstančio komiško veiksmo ir santūrumo.

- Kam rekomenduotum pasižiūrėti „Kaip atsikratyti bosą 2“?

- Šį filmą siūlyčiau pažiūrėti tiems, kurie nori atsipūsti ir į nieką nesigilinti žiūrėdami į ekraną. Kadangi filme netrūko keiksmažodžių, jo jaunajai kartai nedrįsčiau rekomenduoti.

- Kokius filmus dažniausiai renkiesi? Ar dažnai eini į kiną?

- Labiau esu romantinių komedijų, dramų ir psichologinių trilerių gerbėja.

Parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ



Į kiną su „Laisvalaikio“ ėjo Urtė Šilagalytė Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

FILMO PLIUSAI MINUSAI

+ Šis filmas galėtų būti gera atrakcija vakarui, norintiems prablaškyti nuobodulį

- Filmas gan lėkštas Man nepatiko, kad jame nemažai keiksmažodžių

Premjera

„Serena“
„Serena“

Kino teatruose nuo gruodžio 5 d.

■ **Drama**, JAV, Prancūzija, Čekija, 2014
 ■ **Režisierius:** Susanne Bier
 ■ **Vaidina:** Jennifer Lawrence, Bradley Cooper, Sean Harris, Toby Jones, Rhys Ifans, Sam Reid ir kiti
 ■ **IMDB:** 5,6/10

Praėjusio amžiaus trečiasis dešimtmetis. Jaunavedžiai Serena ir Džordžas Pembertonai iš Bostono persikelia į Šiaurės Karolinos valstiją, pasiryžę susikurti sau puikų gyvenimą. Kurį laiką viskas vyksta lyg nuostabiausiose svajonėse: vienas kitą mylintys ir palaikantys sutuoktiniai, didindami verslo apimtis, pamažu įgauna vis didesnę socialinę statusą, užmezga naudingų ryšių su aukštuomenės bei valdžios atstovais ir yra pasiryžę atsilaikyti prieš bet kokias kliūtis. Serena savo veiklumu, nuovokumu ir drąsa nenusileidžia vyrui



Įtampas kupinos dramos „Serena“ žvaigždės - Dženifer Lourens (Jennifer Lawrence) ir Bredlis Kuperis (Bradley Cooper) „Forum Cinemas“ nuotr.

ir, atrodo, kad jų laimei niekas negali sutrukdyti. Tačiau pamažu virš sutuoktinių galvų ima tvenktis audros debesys. Po netikėto persileidimo, Serena sužino, kad ji tapo nevaisinga. Lyg to būtų negana, paaiškėja, kad Džordžas iš ankstesnių san-

tykių turi nesantuokinį sūnų. Jaunos moters širdyje išsikerojusi neapykanta vieną dieną Serenai pakiša mintį apie žmogžudystę. Ar pavyks Pembertonams nugalėti demonus?

„Forum Cinemas“ inf.

VILNIUS

FORUM CINEMAS AKROPOLIS

„Serena“ (drama, D.Britanija, N-16) - 5-11 d. 10.50, 13.10, 15.50, 18.30, 21 val. (10.50 val. seansas vyks 5-7 d.).
 „Robotų žemė“ (trileris, Bulgarija, Ispanija, N-13) - 5-11 d. 13.50, 16.30, 19, 21.20 val.
 „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva) - 10 d. 19.30 val. (RADIOCENTRO seansas).
 „Egzodas. Dievai ir karaliai“ (istorinė drama, D.Britanija, JAV, N-13) - 11 d. 18.55 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-11 d. 10.10, 12.20, 14.35, 16.40, 18.50, 21.30 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 5-11 d. 11.30, 13.40, 16 val.
 „Bado žaidynės: Strazdas giesmininkas. 1 dalis“ (nuotykių f., JAV, N-13) - 5-11 d. 10.20, 13.20, 16.20, 18, 20.40 val.
 „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 5-11 d. 11, 14.30, 18.10, 20.50 val.
 „Kaip atsikratyti bosą 2“ (komedija, JAV) - 5-11 d. 13.30, 16.10, 18.40, 21.10 val.
 „Džesis ir Petas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, D.Britanija, JAV, V) - 5-11 d. 10.30, 12.35 val. (12.35 val. seansas vyks 5-7 d.).
 „Kol nenuėjau miegoti“ (trileris, JAV, N-16) - 5-11 d. 14.45, 19.30 val. (10 d. 19.30 val. seansas nevyks).
 „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-16) - 5-11 d. 17, 21.50 val. (17 val. seansas vyks 5-7 d.).
 „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-13) - 5-11 d. 11.20 val.
 „Gustavo nuotykių“ (filmas šeimai, Lietuva, V) - 5-11 d. 10.40 val.
 „John Wick“ (veiksmo trileris, JAV, N-16) - 5-10 d. 19.20 val.
 „Redirected/Pasaulinė versija“ (komedija, Lietuva, D.Britanija, N-18) - 5-11 d. 21.40, 21.55 val. (11 d. 21.40 val. seansas nevyks; 21.55 val. seansas vyks 11 d.).
 „Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV, N-13) - 8-11 d. 17 val.

GERUMO SEANSAI

„Ledo šalis“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8-11 d. 10 val.
 „Monstrų universitetas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8-11 d. 12.30 val.
FORUM CINEMAS VINGIS
 „Serena“ (drama, D.Britanija, N-16) - 5-11 d. 11.20, 13.50, 16.30, 19, 21, 21.50 val.
 „Robotų žemė“ (trileris, Bulgarija, Ispanija, N-13) - 5-11 d. 14, 16.40, 19, 21.30 val.
 „Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV, N-13) - 5-11 d. 14.30, 20 val.
 „Bajaderė“ (baletas) - 7 d. 17 val. (vaidzo įrašas iš Maskvos Didžiojo teatro).
 5-asis Tarptautinis „Bekelės filmų festivalis 2014“ - 6 d. 10 val. (Festivalis).
 „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 10 d. 18.15 val. (RADIOCENTRO seansas).
 „Egzodas. Dievai ir karaliai“ (istorinė drama, D.Britanija, JAV, N-13) - 11 d. 20.30 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-11 d. 11, 13.10, 15.15, 17.45, 21 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 5-11 d. 12, 14.15, 18.45 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., originalo k., JAV, V) - 5-11 d. 16.50 val.
 „Kol nenuėjau miegoti“ (trileris, JAV, N-16) - 5-11 d. 11.30, 14, 16.20, 18.30, 20.45 val.
 „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 5-11 d. 11, 14.30, 18, 20.15 val.
 „Bado žaidynės: Strazdas giesmininkas. 1 dalis“ (nuotykių f., JAV, N-13) - 5-11 d. 11.15, 15.45, 18.30, 21.20 val.
 „Kaip atsikratyti bosą 2“ (komedija, JAV, N-16) - 5-11 d. 11.10, 13.40, 19, 21.40 val.
 „Džesis ir Petas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, D.Britanija, JAV, V) - 5-11 d. 11.45, 16 val. (11.45 val. seansas vyks 5-7 d.).
 „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-16) - 5-11 d. 18, 21.30 val. (18 val. seansas vyks 11 d.).

„Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-13) - 7 d. 13.30 val.
 „Dėžinukai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-7 d. 12.15 val.
 „Vaikystė“ (drama, JAV, N-13) - 5-11 d. 16.10 val.
 „Redirected/Pasaulinė versija“ (komedija, Lietuva, D.Britanija, N-18) - 5-11 d. 21.45 val.
 „Aleksandras ir baisiai, labai siaubingai nesėkminga diena“ (komedija, JAV, N-7) - 5-11 d. 13.45 val.
 „Kaip Hektoras laimės ieškojo“ (nuotykių komedija, D.Britanija, Kanada, Pietų Afrikos Respublika, Vokietija, N-13) - 10 d. 18.15 val.
 „Dingusi“ (drama, JAV, N-16) - 5-11 d. 21.10 val.
 „Lošėjas“ (drama, Lietuva, N-16) - 5-11 d. 16.10 val.
 „John Wick“ (veiksmo trileris, JAV, N-16) - 8-11 d. 15.45 val.
 „Iniršis“ (veiksmo f., D.Britanija) - 5 d. 20.30 val.
GERUMO SEANSAI
 „Bjaurusis aš 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8-11 d. 11 val.
 „Sparnai: ugnies tramdytojai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8-11 d. 13.30 val.
SKALVIJOS KINO CENTRAS
 „Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV, N-13) - 5, 11 d. 17.30 val. 6 d. 20.50 val. 7 d. 16.30 val. 8 d. 20.50 val. 9 d. 19 val. 10 d. 21.20 val.
 „Nuo srovės ant srovės“ (dokumentinis f., Jungtiniai Arabų Emyratai, Indija, Jemenas, Somalis) - 5 d. 19 val.
 „Programa „sielektrinę meilūžiai“ (animacija, JAV) - 5 d. 21 val.
 „Programa „istorijos mažyliams“ (animacija, įvairios šalys) - 6 d. 13 val.
 „Avinėlio vartai“ (dokumentinis f., Lietuva) - 6 d. 14.40 val.
 „Sen Loranas. Stilus - tai aš“ (drama, Prancūzija, N-18) - 6 d. 15.40 val. 8 d. 18 val.
 „Atostogos Italijoje“ (komiška drama, D.Britanija) - 6 d. 18.30 val. 7, 9 d. 20.30 val. 11 d. 21 val.
 „Programa „Kalėdinis Tindirindis“ (animacija, įvairios šalys) - 7 d. 13 val.
 „Mergaitė su katinu“ (drama, Italija) - 7 d. 14.30 val. 9 d. 17 val.

Premjera

„Robotų žemė“

„Automata“

Kino teatruose nuo gruodžio 5 d.
Fantastinis trileris, Ispanija, Bulgarija, 2014
Režisierius: Gabe Ibanez
Vaidina: Antonio Banderas, Birgitte Hjort Sorensen, Dylan McDermott, Melanie Griffith ir kiti
IMDB: 6,1/10

Kodėl žmonės turėtų išgyventi? Kodėl mašinos neturėtų evolucionuoti? Žmonės taip pat yra mechanizmai, jie, kaip ir robotai, dėvi kaukes. Galų gale lieka tik rūpestis ir užuojauta...

Šiandien kine gausu postapokaliptinių pasakojimų, kuriuose žmonija stengiasi išgyventi po ištikusios katastrofos - maro, karo, ekonominio žlugimo ar ekologinės nelaimės. Taigi, netolimoje ateityje, kai didžioji dalis gyventojų jau išnyko, o robotai ėmėsi pačių sunkiausių darbų, kažkokiame mieste, vie-



Filmo žvaigždė - Antonijus Banderasas (Antonio Banderas) „Forum Cinemas“ nuotr.

noje robotų gamybos bendrovėje dirba draudimo agentas Džekas, kurį įkūnija Antonijus Banderasas (Antonio Banderas). Jis tikrina gyventojų skundus dėl robotų gedimo. Robotai privalo laikytis tam tikrų nuostatų, draudžiančių pakenkti žmogui, tačiau Džekas sužino, kad kai kurie dirbtiniai pagalbininkai

ėmė patys šalinti savo gedimus ir nebeatlieka jiems patikėtų pareigų. Kai vienas keršto trokštantis žmogus nusprendžia sunaikinti naujai užgimusį robotų gyvenimą, Džekas kiek nenoriai nutaria leisti ieškoti netikėtai atsiradusios robotų sąmonės šaltinio...

„Forum Cinemas“ inf.

Premjera

„Amžinai stilingos“

„Advanced Style“

„Aš niekada nenorėjau atrodyti jaunai. Norėjau atrodyti pritrenkiančiai“, - sako viena iš filmo „Amžinai stilingos“ herojų 80-metė Džois Karpati (Joyce Carpati). Režisierės Linos Plioplytės filmuojamoms damoms nuo 62 iki 95 metų. Tai drąsios, nepriklausomos, ryškios ir stilingos niujorkietės. Jos nedūsauja dėl prabėgusių jaunystės, o džiaugiasi kiekviena diena. Moterys važinėja spalvingais dviračiais, plepa su draugėmis, lankosi vakarėliuose, eksperimentuoja su individualiu stiliumi ir mokosi naujų dalykų, kuriems vis neatrasdavo laiko. Mada šiame filme tampa saviraiškos priemone, leidžiančia senti pakelta galva.

„Forum Cinemas“ inf.

Kino teatruose nuo gruodžio 5 d.
Dokumentika, JAV, 2014
Režisierius: Lina Plioplytė
Scenarijus: Lina Plioplytė ir Ari Seth Cohen
IMBD: 6,7/10



Filmas „Amžinai stilingos“ - tai akibrokštas jaunystės kulto apšėstai Vakarų kultūrai „Forum Cinemas“ nuotr.

- „Pusryčiai pas Tifan“ (romantinė komedija, JAV) - 7 d. 18 val.
- „Lošėjas“ (drama, Lietuva) - 8 d. 14.50 val.
- „Avinėlio vartai“ (dokumentinis f., Lietuva) - 8 d. 17 val.
- „IV vakaras „Portretai“ (dokumentinis f., Lietuva) - 10 d. 17.30 val.
- „Vaikai 404“ (dokumentinis f., Rusija) - 10 d. 19 val.
- „Karvių sąmokslų teorija“ (dokumentinis f., JAV) - 11 d. 19 val.

MULTIKINO OZAS

- „Serena“ (drama, D.Britanija, N-16) - 5-10 d. 12, 14.30, 17, 19, 21.30 val. 11 d. 12, 14.30, 17, 18.30, 21.30 val.
- „Užstrigusi paauglystėje“ (komedija, JAV, N-13) - 5-10 d. 18.30, 21 val. 11 d. 21.30 val.
- „Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV, N-13) - 5-11 d. 16, 20 val.
- „Robotų žemė“ (trileris, Bulgarija, Ispanija, N-13) - 5-11 d. 21.45 val.
- „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 11 d. 19 val.
- „Egzodas. Dievai ir karaliai“ (istorinė drama, D.Britanija, JAV, N-13) - 11 d. 20.15 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 5-10 d. 11.45, 14.15, 16.45, 19.15 val. 11 d. 11.45, 14.15, 16.45 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-11 d. 10.30, 13, 15.30, 18 val.
- „Kaip atsikratyti boso 2“ (komedija, JAV, N-16) - 5-10 d. 14.15, 16.45, 19.30, 22 val. 11 d. 14, 16.30, 19.30, 22 val.
- „Kol nenuėjau miegoti“ (trileris, JAV, N-16) - 5-10 d. 21.30 val. 11 d. 17.45 val.
- „Bado žaidynės: Strazdas giesmininkas. 1 dalis“ (nuotykių f., JAV, N-13) - 5-11 d. 13.30, 16.15, 19, 21.45 val.
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-13) - 5-10 d. 17.45 val.
- „Džesis ir Petas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, D.Britanija, JAV, V) - 5-9 d. 10, 12.15, 14 val. 10 d. 10, 14 val. 11 d. 10, 12, 14 val.
- „Džesis ir Petas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, D.Britanija, JAV, 3D, V) - 5-11 d. 11.15 val.
- „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 5-10 d. 15, 20.30 val. 11 d. 15, 21 val.

- „Mažylio Nikolio atostogos“ (komedija visai šeimai, dubliuota lietuviškai, Prancūzija, V) - 5, 7-11 d. 11.30 val. 6 d. 10 val.
- „Gustavo nuotykių“ (filmas šeimai, Lietuva, V) - 5-11 d. 10.15, 12.30 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 6 d. 11 val. (Multikinuko seansas mažiukams).
- „Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV, N-13) - 10 d. 12 val. (specialus seansas mamoms su mažyliais).

OZO KINO SALĖ

- „Radviliada“ (istorinis f., Lietuva) - 5 d. 16 val.
- „Ida“ (drama, Lenkija) - 5, 10 d. 17.30 val. 6 d. 18 val. 9 d. 19 val. 11 d. 16.30 val.
- „Lošėjas“ (drama, Lietuva) - 5, 10 d. 19 val. 6 d. 16 val. 9 d. 17 val. 11 d. 18 val.
- „Ekskursantė“ (drama, Lietuva) - 6 d. 14 val.
- „Nematomas frontas“ (dokumentinė biografinė drama, JAV, Lietuva, Rusija) - 10 d. 16 val.

KAUNAS

FORUM CINEMAS

- „Serena“ (drama, D.Britanija, N-16) - 5-11 d. 13.10, 15.35, 18.10, 21.50 val. (8-10 d. 18.10 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 8-10 d.).
- „Robotų žemė“ (trileris, Bulgarija, Ispanija, N-13) - 5-11 d. 13.40, 18.30, 20, 22.30 val. (22.30 val. seansas vyks 5-6 d.).
- „Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV, N-13) - 5-11 d. 17.50 val.
- „Bajaderė“ (baletas) - 7 d. 17 val. (vaizdo įrašas iš Maskvos Didžiojo teatro).
- „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 10 d. 19.40 val. (RADIOCENTRO seansas).
- „Egzodas. Dievai ir karaliai“ (istorinė drama, D.Britanija, JAV, N-13) - 11 d. 21 val.
- LUX KINO DIENOS (Festivalis)
- „Klasės priešas“ (drama, Slovėnija) - 8 d. 18.30 val.
- „Merginų gauja“ (drama, Prancūzija) - 9 d. 18.30 val.
- „Ida“ (drama, Lenkija) - 10 d. 18.30 val.

- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-11 d. 10.20, 12.30, 14.40, 16.50, 19.10, 21.30, 23.45 val. (11 d. 19.10 val. seansas nevyks; 23.45 val. seansas vyks 5-6 d.).
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 5-11 d. 11.10, 13.30, 15.45 val. (7 d. 15.45 val. seansas nevyks).
- „Kaip atsikratyti boso 2“ (komedija, JAV, N-16) - 5-11 d. 13.20, 16, 18, 20.45, 23.10 val. (7 d. 18 val. seansas nevyks; 8-10 d. 20.45 val. seansas nevyks; 23.10 val. seansas vyks 5-6 d.).
- „Bado žaidynės: Strazdas giesmininkas. 1 dalis“ (nuotykių f., JAV, N-13) - 5-11 d. 10.40, 12.30, 15.15, 18.20, 21.10, 23.50 val. (12.30 val. seansas vyks 6-7 d.; 23.50 val. seansas vyks 5-6 d.).
- „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 5-11 d. 13, 16.30, 20.30 val.
- „Kol nenuėjau miegoti“ (trileris, JAV, N-16) - 5-11 d. 19.40, 21.50 val. (10 d. 19.40 val. seansas nevyks; 8-10 d. 21.50 val. seansas nevyks).
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-16) - 5-11 d. 16.10, 21 val. (11 d. 21 val. seansas nevyks).
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-13) - 5-11 d. 11.30 val.
- „Dėžinukai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 6-7 d. 11 val.
- „Gustavo nuotykių“ (filmas šeimai, Lietuva, V) - 5-11 d. 10.50 val.
- „Džesis ir Petas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, D.Britanija, JAV, V) - 5-11 d. 10.30 val.
- „Redirected/Pasaulinė versija“ (komedija, Lietuva, D.Britanija, N-18) - 5-6 d. 23.20 val. GERUMO SEANSAI
- „Paslaptinga karalystė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8-11 d. 10.30 val.
- „Sparnai: ugnies tramdytojai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8-11 d. 13 val.
- CINAMON
- „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 10 d. 19 val.
- „Robotų žemė“ (trileris, Bulgarija, Ispanija, N-13) - 6, 8, 10 d. 22.15 val.
- „Serena“ (drama, D.Britanija, N-16) - 5-11 d. 18.45 val.

- „Užstrigusi paauglystėje“ (komedija, JAV) - 5-11 d. 18 val.
- „Kaip atsikratyti boso 2“ (komedija, JAV, N-16) - 5-11 d. 15.45, 20.45, 22 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 5-11 d. 11.45, 14, 16.15, 18.30, 20.05 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-11 d. 10.45, 13, 15.15, 17.30, 19.45 val.
- „Kol nenuėjau miegoti“ (trileris, JAV, N-16) - 6, 8, 10 d. 21 val.
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-13) - 5-11 d. 12.15, 16.45 val.
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-16) - 6, 8, 10 d. 21 val.
- „Bado žaidynės: Strazdas giesmininkas. 1 dalis“ (nuotykių f., JAV, N-13) - 5-11 d. 11.15, 13.45, 16.30, 19 val. (10 d. 19 val. seansas nevyks).
- „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 5-11 d. 12.30, 21.30 val.
- „Redirected/Pasaulinė versija“ (komedija, Lietuva, D.Britanija, N-18) - 5-11 d. 14.30, 22.15 val. (6, 8, 10 d. 22.15 val. seansas nevyks).

KLAIPĖDA

FORUM CINEMAS

- „Robotų žemė“ (trileris, Bulgarija, Ispanija, N-13) - 5-11 d. 12.30, 21.50 val.
- „Serena“ (drama, D.Britanija, N-16) - 5-11 d. 15, 19.20 val.
- „Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV, N-13) - 5-11 d. 17.30 val.
- „Bajaderė“ (baletas) - 7 d. 17 val. (vaizdo įrašas iš Maskvos Didžiojo teatro).
- „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 10 d. 18 val.
- „Egzodas. Dievai ir karaliai“ (istorinė drama, D.Britanija, JAV, N-13) - 11 d. 21.20 val. LUX KINO DIENOS
- „Ida“ (drama, Lenkija) - 5 d. 17.30 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-11 d. 10.30, 12.40, 14.50, 17.10, 19.20 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 11.30, 13.40, 16, 21.30 val. (7 d. 16 val. seansas nevyks).

- „Bado žaidynės: Strazdas giesmininkas. 1 dalis“ (nuotykių f., JAV, N-13) - 5-11 d. 12.20, 15.10, 18.20, 21.10 val. (12.20 val. seansas vyks 6-7 d.; 7 d. 18.20 val. seansas nevyks).
- „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 5-11 d. 10.45, 14.15, 17.50, 20.15 val. (5 d. 17.50 val. seansas nevyks).
- „Kaip atsikratyti boso 2“ (komedija, JAV, N-16) - 5-11 d. 13.15, 18.10, 21.20 val. (11 d. 21.20 val. seansas nevyks).
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-16) - 5-11 d. 15.45, 20.40 val.
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-13) - 5-11 d. 11 val.
- „Dėžinukai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 6-7 d. 10.20 val.
- „Džesis ir Petas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, D.Britanija, JAV, V) - 5-11 d. 10.10 val.
- „Redirected/Pasaulinė versija“ (komedija, Lietuva, N-18) - 5-9, 11 d. 18 val. GERUMO SEANSAI
- „Paslaptinga karalystė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8-11 d. 10.30 val.
- „Sparnai: ugnies tramdytojai“ (animacinis f., JAV, V) - 8-11 d. 13 val.

ŠIAULIAI

FORUM CINEMAS

- „Serena“ (drama, D.Britanija, N-16) - 5-11 d. 13.40, 18.40 val. (11 d. 18.40 val. seansas nevyks).
- „Robotų žemė“ (trileris, Bulgarija, Ispanija, N-13) - 5-11 d. 16.10, 21.10 val.
- „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva) - 11 d. 19 val.
- „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 10 d. 18.20 val. (RADIOCENTRO seansas).
- „Egzodas. Dievai ir karaliai“ (istorinė drama, D.Britanija, JAV, N-13) - 11 d. 21.30 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-11 d. 10.15, 11.10, 13.30, 19 val. (5 d. 13.30 val. seansas nevyks).
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 5-11 d. 12.30, 14.40, 16.50, 21.20 val.

- „Bado žaidynės: Strazdas giesmininkas. 1 dalis“ (nuotykių f., JAV, N-13) - 5-11 d. 10.25, 13.10, 16, 18.50, 20.50 val.
- „Kaip atsikratyti boso 2“ (komedija, JAV) - 5-11 d. 10.40, 13.20, 15.50, 18.20, 21.40 val. (10.40 val. seansas vyks 6-7 d.; 10 d. 18.20 val. seansas nevyks).
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-13) - 6-7 d. 11.20 val.
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-16) - 5-10 d. 21.30 val.
- „Redirected/Pasaulinė versija“ (komedija, Lietuva, N-18) - 5-11 d. 15.40 val.
- „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 5-11 d. 18 val. GERUMO SEANSAI
- „Paslaptinga karalystė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8, 10 d. 11 val.

PANEVĖŽYS

FORUM CINEMAS BABILONAS

- „Serena“ (drama, D.Britanija, N-16) - 5-11 d. 21 val.
- „Robotų žemė“ (trileris, Bulgarija, Ispanija, N-13) - 5-11 d. 21.30 val.
- „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 10 d. 18.40 val.
- „Egzodas. Dievai ir karaliai“ (istorinė drama, D.Britanija, JAV, N-13) - 11 d. 18.40 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 5-11 d. 10.20, 11.30, 13.40, 16.50 val. (10.20, 11.30 val. seansas vyks 6-7 d.).
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 5-11 d. 12.30, 14.40, 19 val.
- „Bado žaidynės: Strazdas giesmininkas. 1 dalis“ (nuotykių f., JAV, N-13) - 5-11 d. 12, 15.50, 18.40 val. (12 val. seansas vyks 6-7 d.; 10-11 d. 18.40 val. seansas nevyks).
- „Kaip atsikratyti boso 2“ (komedija, JAV) - 5-11 d. 21.15 val.
- „Pakeliui“ (drama, Lietuva, N-13) - 5-11 d. 15 val.
- „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 5-11 d. 17.30 val. GERUMO SEANSAI
- „Ledo šalis“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 8, 10 d. 10.30 val. Redakcija už repertuaro pakeitimų neatsako

KAVINĖS, BARAI, RESTORANAI

Žalio maisto restoranas „Raw Home“ Vilnius. 15% nuolaida sąskaitai (išskyrus dienos pietus nuo 12 iki 15 val.). Tel. (8 659) 07 464, www.raw42.lt



Restoranas „Salvete“ Vilniaus r. Moletų pl. 26 km. Europos centro golfo klubas. 10% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 614) 60 526, www.salvete.lt

Restoranas „Narutis“ Vilnius. 15% nuolaida maistui ir gėrimams. Tel. (8 5) 261 7722

Restoranas „City Cafe“ Kaunas. 20% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 37) 750 091

Šv. Kristoforo odontologijos klinika Vilnius. 100% nuolaida pirmajai konsultacijai, 10% terapiniams gydymui ir burnos higienos procedūroms.

Automobilių plovimas ir valymas „Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

KONCERTAI, RENGINIAI

Valstybinis choras „Vilnius“ Vilnius. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 233 6069, www.chorasvilnius.lt

KELIONIŲ AGENTŪROS

Kelionių agentūra „Boutique Travel“ Vilnius. Papildoma pramoga kelionėje, tiksliai nurodyta kiekvienos kelionės aprašyme. Tel. (8 5) 210 1216, www.boutiquetravel.lt

KINAS

Kino teatras „Multikino“ Vilnius. 3 Lt nuolaida vienam biuletiui, perkant ne daugiau kaip 2 bilietus. Tel. (8 5) 219 53 78, (8 5) 219 53 76, www.multikino.lt

SVEIKATINGUMO PASLAUGOS

Mityba-sportas-rezultatas www.kilo.lt 15% nuolaida narystei. Tel. (8 631) 70 196

MEDICINA

„Era Esthetic lazerinės dermatologijos klinika“ Vilnius. 10% nuolaida procedūroms, 15% nuolaida konsultacijoms ir spec. pasiūlymai.

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

MAISTO PREKĖS IR GĖRIMAI

Maisto produktų krautuvėlė „Naturalia“ Vilnius. 5% nuolaida šviežiai mėsi, 20% graikiškai produkcijai, 20% itališkiems makaronams.

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

KITOS PREKĖS

www.smilefoto.lt 10% nuolaida fotografuoti, fotokalendorių, fotodrobes gamybai

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

ŠOKIŲ STUDIJS

Šokių ir laisvalaikio centras „Soul Lounge“ Vilnius. 20% nuolaida šokių pamokoms grupėse ir individualiai.

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

TEATRAS

„Senamiesčio lėlių“ teatras Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 679) 61 422, www.puppets theatre.lt

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

UGDYMAS

Interjerinių lėlių gamimo kursai „Senamiesčio lėlės“ Vilnius. 30% nuolaida interjerinių lėlių gamimo kursams.

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

SPORTO PRAMOGOS

Nia - pojučiais paremtos naujos kartos treniruotės kūnui, protui ir sielai. Pirmą treniruotę nemokamai (iki 2014 12 31).

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

OPTIKOS SALONAI

„Memelio optika Boutique“ Klaipėda. 30% nuolaida visoms prekėms. Tel. (8 46) 252 430, www.memelooptika.lt

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

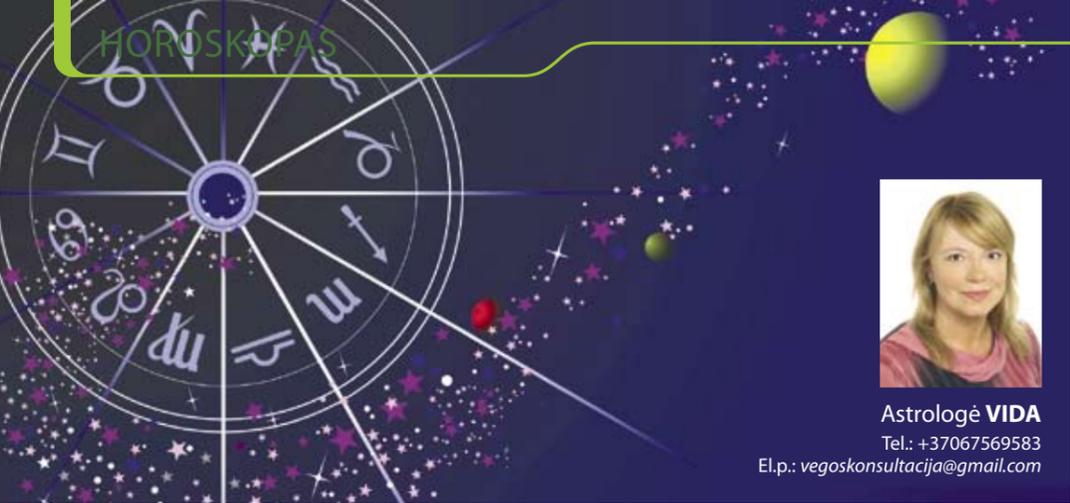
„SEB LAISVALAIKIO“ KLUBAS

„SEB LAISVALAIKIO“ KLUBAS A.Smetonos g. 2, LT-01115 Vilnius.

„Svari auto“ Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms.

„SEB LAISVALAIKIO“ KLUBAS

„SEB LAISVALAIKIO“ KLUBAS A.Smetonos g. 2, LT-01115 Vilnius.



Astrologė VIDA
Tel.: +37067569583
El.p.: vegoskonsultacija@gmail.com

ASTROLOGINĖ PROGNOZĖ SAVAITGALIUI

Savaitgalį **Avinai** bus linkę įsivelti į konfliktus, tad geriau likite namuose ir užsiimkite artimais sielai darbais. **Jaučiams, Dvyniams, Liūtams** ir **Šauliams** išsėtis neduos karjeros planai, bet juk rytas už vakarą protingesnis. **Vėžiams** norėsis kažką gero padaryti savo šeimai, ir tam labai tinka sekmadienis. **Mergelės** ir **Žuvys** gali pajusti dvasinę tuštumą - ją užpildyti galėtų tik tarpusavio atvirumas. **Skorpionai** turėtų būti labai atsargūs - didelė tikimybė, kad paaiškės taip saugotos paslaptys. **Ožiaragių, Svarstyklių** ir **Vandenių** planuose pirmiausia figūruoja naujos finansinės perspektyvos, kurios priklausys nuo to, kaip gebėsite susiplanuoti.

ASTROLOGINĖ PROGNOZĖ GRUODŽIO 8-11 D.

<p>AVINUI „Kas ieško, tas randa.“ Atrasite veiklos, kuri padės visapusiškai ir kūrybiškai sužydėti jūsų asmenybei. Jei mylimas žmogus ims elgtis ne taip, kaip iš jo tikėtės, ir nuvils jus, žvaigždės pataria prisiminti, kad tobulų žmonių nebūna.</p>	<p>JAUČIUI „Žuvis ieško kur giliau, žmogus - kur geriau.“ Vaikydami pelno nesimiškite bet ko, antraip ne tik skaudžiai nusivilsite, bet ir atsidursite nemalonių situacijų. Jei pajusite gyveniminių jėgų sumažėjimą, sveikatą taisykite toliau nuo namų.</p>	<p>DVYNIAM „Godus moka du kartus.“ Galimos problemos, susijusios su vieno iš šeimos narių sveikata, svarbu nevengti gydytojų. Palankus metas seniai suplanuotiems brangiems pirkiniams įsigyti. Atsiras daug progų susitikti su mielais bičiuliais.</p>
<p>VĖŽIUI „Aukščiau bambos neiššoksi.“ Sėkmingai apeisite visus aštirus kampus ir išvengsite konfliktinių situacijų, tik būkite lankstūs, diplomatiški ir atsargūs. Taip laviruodami galite netgi naudoti išpėsti ir pelnytį darbavijų palankumą.</p>	<p>LIŪTUI „Kaip šauksi, taip atsilieps.“ Sėkmė laukia tų, kurie nuoširdžiai myli tai, kuo užsiima. Jei staiga suprasite, kad įsimylėjote, nemandykite slėpti savo jausmų: kuo greičiau sudėliosite visus taškus ant „i“, tuo daugiau šansų, kad į jūsų jausmus bus atsakyta.</p>	<p>MERGELEI „Nemesk kelio dėl takelio.“ Pavyks pažvelgti į savo gyvenimą tarsi iš šalies. Taip jums bus lengviau suprasti savo klaidas ir pamatyti tikrą kelią į laimę. Daug įtakos turės artimas draugas, kurio patarimų žvaigždės pataria paklausti.</p>
<p>SVARSTYKLĒMS „Aukštai sėdi, toli mato.“ Sustiprėjęs savigarbos jausmas privers ryžtingiau siekti karjeros aukštumų ir materialinės gerovės. Palankus metas pagerinti santykius su artimaisiais, o štai su partneriais ir draugais galimi nesutarimai finansinėje sferoje.</p>	<p>SKORPIONIUI „Lazda turi du galus.“ Ne tik atsakingas, bet ir kūrybiškas laikas. Pasistenkite atskleisti visus savo talen-tus ir nesidrovėkite jais pasipuikuoti. Smulkūs rūpestėliai netrukdyš pailsėti. Jei nemokate vertinti to, ką turite, liki-mas gali parodyti savo pirštą.</p>	<p>ŠAULIUI „Viščiukus skaičiuoja rudenį.“ Tik užbaigę visus likusius darbus, pajusite fizinį ir dvasinį palengvėjimą. Didelių darbinių krūvių nenumatoma, tad turėsite daug laisvo laiko, kurį patartina skirti šeimai ir mylimam žmogui.</p>
<p>OŽIARAGIUI „Nauja - tai pamiršta sena.“ Nauji žmonės pajavirins pilką kasdienybę, bendraudami su jais pasisėmsite naudingų idėjų, susijusių su finansinės padėties pagerinimu. Meilėje seksis, jei pasitengsite gražiai kalbėti ir tuščiai nežadėti.</p>	<p>VANDENIUI „Darbas - ne vilkas.“ Metas pagalvoti apie save, perkainoti savo jėgas ir galimybes ir išsikelti tinkamus planus ateičiai. O kad tai sėkmingai padarytumėte, žvaigždės pataria pailsėti. Pavyks pasimėgauti meilės ryšiais, nes norėsis ne tik imti, bet ir duoti.</p>	<p>ŽUVIMS „Atsargų ir Dievas saugo.“ Įvykių tėkmei daug įtakos turės aplinkiniai. Praradimai ir dėsims atims dvasinę ramybę ir privers nervintis. Seksis tiems, kurie gebės išsaugoti pusiausvyrą. Būkite ypač atidūs asmeniniuose santykiuose.</p>

LAISVALAIKIS SVEIKINA



Aktorius ir dainininkas Andrius Kaniava
1964 12 05



Rašytoja Laura Sintija Černiauskaitė
1976 12 08



Dviratininkas Ignatas Konovalovas
1985 12 08



Aktorė Karina Stungytė
1987 12 11

S. Januškos „Daina ...“	Audeklo skiaute	Čiulpiamas saldaniš	Didelė laukinė bitė	Veido dais	Piešikavimas jūroje	Karotinių grupės oranžiniai geltonas pigmentas	Mėlynumas
Aukojimo vieta	Beso-lystė					Bran-gakmenis	Margas paukštis
				...kas“ (nusken-dęs laivas)	Nei ratai, nei ...s		
Gobū-mas	Dumbla-žuvė				Opera „Susani-nas“		
				Namelis bitėms			
Daininikė ... Rodovič	Aktorė Kerė ... Mos		Potvynis	Plieninė virvė			
			El. varžos vienetas				Balta-rusijos sostinė
Dž. Džoi-so roma-nas	Akimirka	Rusų rašytojas					Aktorė Hilari ...
JAV (angliškai)		Tiksliai ir greitai veikiantis	Sušalęs vanduo	Anim. f. „ir ta-ronai“		Muzikos garsas	
Miestas ir ežeras Kanadoje	Didžiulė statula					Vel karmynai barasi	Vietnamo kodas
						Vynų ly-lies orga-nų liauka	Jr vel ... pačios dainos“
Čigonų grupė	Augalas sumėdė-jusių stiebu				Ligai at-sinaujint	Muz. grupė ... Floyd“	
				Asmens doku-mentas	Nesukšta Azijos palmė		
Aplanky-tos toli-mos ...	Mes ... mateme pajūry		Brangus metalas	...as tau neatfei-siu		Anim. f. „...rvė ir veščukas“	Moterų galvos ap-dangalas
Musimo-nų religinė sostinė	Štai, va, antai	Vasar-namis	„Užgesę chime-ros ...“				Žinovas
Kalnų dalis				Rež. Tūmino iniciale		Kur ... šaltinė-lis“	
Tapytojas ... Grekas	Vikaro būstine						
J jūrą iš-siškūsi sausuma	Štai				Planina (Balkanų kalnai)		
Miestas Brazilijos pietuose					Muzikan-tas ... Naminas		

Parengė žurnalo „oho“ redakcija

Teisingai išsprendę kryžiažodį galite laimėti

puikų „Sothys“ prizą - galvos masažo procedūrą



Atsakymą į kryžiažodį iki gruodžio 9 d. siųskite SMS žinute numeriu 1390. Rašykite: LV KR, atsakymą, vardą, pavardę ir miestą. Žinutės kaina - 1 Lt. Praeitą kryžiažodžio laimėtojas **Edvinas JONUŠIS** iš Vilniaus.

Dėl prizų teiraukitės telefonu Vilniuje 212 36 26, Kaune 20 80 14. Prizai laikomi tik dvi savaites.

Kryžiažodžio, išspausdinto praėjusiame numeryje, atsakymai:

Vertikaliai: Žudikė. Pokeris. Iranas. Aromatas. Bilanas. Paris. Lira. Atara. Ūžesys. Otūs. Plosi. Naras. Stata. Asilėnas. Moiros. Įsės. Šonas. Kelnas. Pakas. Raidės. Pasakys. Paulas. Su. Agatas. Rainės. Uo. Logas. Pindas. Nls. Oras. Bramsas. Greit. San. Siesta. Išdaiga.
Horizontaliai: Žibalas. Palos. Nurito. Agora. Dalasas. Sagan. Inaris. Patas. Kana. Išakas. „Mėsa“. Lokys. Bi. Sūnėnas. Re. Žanas. Pas. Paperas. Rimt. „Oras“. Pansa. Korys. Raida. Demis. Kaunasi. Ras. Meilės. It. Soldas. GD. Salotinės. Ra. Sitaras. Nei. Rūtos. Sulig. Pegasas. Juosta.
Pažymėtuose langeliuose: DRIBLINGAS.

SUDOKU

			4	2			
	6		5		4		
4	3				5	1	
5							7
	2		6				9
1							4
	1	5			9	7	
		8		9			
			7				
					5	1	
					3		4
					1		3
					3	2	

2		3			6		
	5				7		
8	7	2		5		9	
3	2				4	2	5
							6
	4				1		9
7			2				4
5	9		3	8			
			4	1	2	8	6
			6			3	5
			1				

5	6	8	9	2	5	6	7
4	9	7	3	1	6	7	9
6	5	4	3	2	1	8	7
8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2
2	3	4	5	6	7	8	9
3	4	5	6	7	8	9	2
4	5	6	7	8	9	2	3
5	6	7	8	9	2	3	4
6	7	8	9	2	3	4	5
7	8	9	2	3	4	5	6
8	9	2	3	4	5	6	7
9	2	3	4	5	6	7	8

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

VARTAI ANT RATŲ. Dviračių dizaineris Dyteris Senftas-Didi (Dieter Senft-Didi) su savo anūku Tomu Štorkove (Vokietija) pristatė naują savo kūrinį – šviečiančius ir važiuojančius Brandeburgo vartus. Sukurta konstrukcija yra 7 metrų aukščio, jai panaudota 6000 LED lempučių.



EPA-Eltos nuotr.



VAIŠĖS. Beždžionių bufeto festivalis, kasmet vykstantis Lopburyje (Tailandas) paskutinį lapkričio sekmadienį, sutraukia ir vietinių, ir turistų minias. Lopburio, dar vadinamo beždžionių miestu, valdžia šiam festivaliui skiria nemažai lėšų - tai investicija į turizmo skatinimą. Beždžionėms, sutraukiančioms čia minias turistų, ant vaisių stalo patiekiamas apie 2500 kilogramų vaisių, taip pat saldžių gėrimų.

ANEKDOTAI

Leitenantas klausia kareivio:

- Mokate plaukti?
- Taip, pone leitenante.
- O kur išmokote?
- Vandenyje.

Pardavėjas klientui:

- Šį paltą jūs galėsite nešioti bet kokių metų laikų.
- Ir esant šiltam orui? - klausia pirkėjas.

- Savaiame suprantama. Per vasaros karščius nešiokite jį persimetęs per ranką.

- Aš jums mielai palikčiau arbatpinigių, bet, matote, turiu tik šimto litų banknotą.
- Nieko tokio, ponias, kai kurie žmonės duoda dar mažiau.

Kunigas sutinka vietos girtuoklėį.

- Džiugu, kad jūs vakar apsilankėte vakaro pamaldose, - sako jis žmogeliui.
- A, vadinasi, aš buvau ir ten, - sumurma šis.

Kalėjimo kunigas su didele užuojauta klausia kalinio:

- Jūsų niekas nelanko. Ar jūs neturite nei šeimos, nei draugų?
- Turiu, bet jie visi čia.

- Esu įsitikinusi, - tarė kandidatui į deputatus žmona, - kad už tave balsuos visi dori žmonės.

- Menka paguoda, - atsakė šis. - Reikia, kad balsuotų dauguma...

- Ar žinote, kaip atsirado demokratija? Kartą Dievas pasikvietė Adamą. Pastatė priešais jį levą ir tarė:*
- Na, o dabar rinkis žmoną!



ERMITAŽAS

-30%

PARKETLENTĖMS

IKI -40%

**TELEVIZORIAMS
IR VISAI SMULKIAI
BUITINEI
TECHNIKAI**

**PASIŪLYMAS GALIOJA
IKI GRUODŽIO 18 D.**

Nuolaida netaikoma kitų akcijų ir užsakomosioms prekėms.

Daugiau sužinokite www.ermitazas.lt

Ozo g. 25, Vilnius

Raudondvario pl. 131, Kaunas

Palangos pl. 16, Sudmantų k.,
Klaipėdos r.

Tilžės g. 227, Šiauliai



PAJAUSKITE... LENGVAI VALDOMAS XC60

Speciali kaina nuo
920 Lt/mėn.
(266 Eur/mėn.)



Degalų sąnaudos: 4.5 – 10.7 l/100 km; CO₂ išmetimas: 117 – 249 g/km.

Vilnius

Ukmergės pl. 280
Tel. (8 5) 249 0890

Kaunas

Savanorių pr. 443a
Tel. (8 37) 490 440

Klaipėda

Šilutės pl. 32
Tel. (8 46) 342 690

Šiauliai

Karaliaučiaus g. 35
Tel. (8 41) 453 399

Panevėžys

Klaipėdos g. 153A
Tel. (8 45) 598 075