



Irūna:

Nereikia nusirengti,
jei nori būti populiarus



KAINA nuo 79,94 Eur - 276 Lt

Ž.Stakėnas: visi vyrai pasvajoja apie automobilius



■ Apie kokį automobilį svajoja televizijos laidų vedėjas Žygimantas Stakėnas ir koku posakiu jis vadovaujasi vairuodamas? **16 p.**



Atėjus brandai nustojo dažytis

■ Buvęs modelis Renata Jampolskė - apie grožio paslaptis ir kvapų maniją, kurios neatsikrato iki šiol. **27 p.**



Sentimentai padeda uždirbti

■ Atsisveikindami su litu verslininkai atrado naujas nišas verslo idėjoms. Jolita Mažeikienė, pavyzdžiui, ėmė gaminti aksesuarus iš litų. **12 p.**

ŠIAME NUMERYJE

- 4-9 **INTERVIU**
Irūna Puzaraitė
- 10-11 **VEIDAI**
J.Budaitė, V.Cololo
- 18-19 **REPORTAŽAS**
„Mes dainuosim“
- 20-23 **STILIUS**
„Aukšinių gaublių“ raudonasis kilimas
- 24-25 **ŽVAIGŽDĖS**
26 **GROŽIO PALETĖ**
Blakstienos
- 28-31 **SVEIKA GYVENSENA**
Priklausomybnė nuo saldumynų ir naktipiečių
- 32-33 **APDOVANOJIMAI**
Futbolo „oskarai“
- 34-35 **PSICHOLOGIJOS KODAS**
Mita apie seksą (2)
- 36-37 **IDOMYBĖS**
- 38-39 **PAŽINIMO KODAS**
- 40-41 **KALEIDOSKOPAS**
- 42-43 **KELIONIŲ GIDAS**
Tartu
- 44-45 **INTERNETAS**
- 46-47 **SCENA**
TEN WALLS, „Solstafir“
- 48-49 **GIDAS**
Ką veikti savaitgalį?
- 50 **DATOS**
Keitė Mos
- 51-67 **ETERIO ŽMONĖS, TV PROGRAMA**
D.Meškauskas, L.Mondeikaitė
- 68-69 **UŽ KADRO**
Įteikti „Aukšiniai gaubliai“
- 70 **KINAS SU ŽVAIGŽDE**
Raminta Vyšniauskaitė ir „Nepatyręs“
- 71-75 **„LAISVALAIKIO“ GIDAS**
Kinas, teatras, koncertai
- 76-79 **„LAISVALAIKIO“ KLUBAS**
- 80-81 **HOROSKOPAS, 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 JURŠENAITĖ
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



Višėlyje: Irūna Puzaraitė
Fotografija: Irmantas Sidarevičius

Irūna: niekada nebuvo ir nebūsiu skandaliste

Nors jai dar tik 24-eri, ją drąsiai galima vadinti pramogų pasaulio senbuve. Dainininkė ir televizijos laidų vedėja **IRŪNA PUZARAITĖ** pirmą kartą užlipo ant scenos būdama vos ketverių metų. Todėl ne nuostabu, kad šiandien šiai smulkiai ir nedidukei merginai patikėtos svarbios pareigos - sausio 18 d. prasidėsiančiame LNK projekte „Supermiestas“ į pergalę ji ves Marijampolės komandą. Nors Irūna ragavusi gyvenimo ir sostinėje, Marijampolės į Vilnių niekada neiškeitė. Ji nesiroošia to daryti ir dabar - mergina planuoja įsigyti būstą savo gimtajame mieste ir ten įleisti šaknis. O kokios gi šaknys be to vienintelio? „Jis atsiras savaime“, - šypsosi Irūna.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

- Jau netrukus LNK projekte „Supermiestas“ į pergalę vesi Marijampolės komandą. Nors pati gimei Lazdijuose, užaugai ir iki šiol gyveni Marijampolėje. Sakyk, kas ten tokio stebuklingo?

- Viskas, kas susiję su mano vaikyste, paauglyste, mokykla ir šeima. Gyvenu ten nuo antros klasės. Ten mano draugai, bendraklasiai.

- Kuo marijampoliečiai skiriasi nuo vilniečių?

- Nenoriu nieko blogo pasakyti apie vilniečius, nes nepažįstu daug tikrų sostinės gyventojų, bet pastebėjau, kad marijampoliečiai yra nuoširdesni, tikresni.

- Ar pameni savo pirmas dienas Vilniuje?

- Taip. Iš pradžių Vilnius mane labai sužavėjo, buvau pakerėta - čia tiek daug erdvės, pramogų. Buvo įdomu pažiūrėti, kaip sostinėje gyvena žmonės - vilniečiai elgiasi daug laisviau, jų stilius originalesnis. Bet po kiek laiko supratau, kad man reikia grįžti ten, kur namai, tai yra į Marijampolę. Norėjau ramybės ir tokios koncentruotos aplinkos, kur viskas būtų pasiekama ranka. Dėl to Marijampolė man ir patinka - per vieną dieną čia gali sutvarkyti krūvas reikalų, o Vilniuje tam prireiktų kelių.

- Girdėjau, kad ruošiesi ir būstą pirkti Marijampolėje, tad įleisi šaknis ten?

- Planuoju, bet kol kas nerandu tinkamo varianto. Žinoma, kiti stebisi, kodėl ne Vilniuje, juk darbas - čia. Bet man atstumas problemų nesudarys.

- Kuo Marijampolėje didžiuojiesi?

- Savo kalba. Nors ji daug kam kliūva, man -

AŠ - GYVAS ĮRODYMAS, KAD NORINT PRASIMUŠTI IR IŠLIKTI PRAMOGŲ PASAULYJE NEBŪTINOS ILGOS KOJOS IR DIDELĖS IŠKIRPTĖS

pada. Negaliu klausyti, kaip vilniečiai ištašo balses, kaip kirčiuoja. Stebiuosi, kaip žmonės išvažiuoja pusmečiui į Vilnių, o grįžę į Marijampolę jau kalba kitaip. Iš manęs šito taip lengvai neišmuši. Anksčiau gal truputį kompleksuodavau dėl savo tarties, bet dabar - visai ne.

- Pamenu, kai kitados nėrei į TV projektų sukūrį, galiausiai viskas baigėsi liūd-

nai - organizmo išsekimu. Ar ši kartą nebijai pervargti, juk tavęs laukia ne tik „Supermiestas“, bet ir naujas BTV projektas „Dainuok mano dainą“, o kur dar darbas laidoje „KK2 penktadienis“ ir koncertai?

- Nedalyvauti „Supermieste“ man neleido širdis. Manau, kad šiemet viskas bus gerai. Šis projektas man yra labai artimas. Be abejo, tai atims laiko, bet nemanau, kad sukels

DOSJĖ

- Irūna Puzaraitė gimė 1990 m. vasario 12 d. Lazdijuose.
- Šiuo metu gyvena Marijampolėje.
- Būdama ketverių pradėjo dainuoti „O Ila Ila“ kolektyve, vėliau tapo viena iš narių grupėje „Mokinukės“.
- Šiuo metu yra grupės „Studentės“ dainininkė ir koncertuoja duete kartu su aktoriumi Mariumi Jampolskiu.
- LNK eterijoje veda laidą „KK2 penktadienis“.
- 2010 m. filmavosi seriale „Drąsos kaina“.
- Baigė ekonomikos bakalaurą.
- Turi sesę Inetą ir brolių Adrijų.

Širdies draugo kol kas neturinti Irūna tam vieninteliui kelia tik vieną reikalavimą - kad šis nebūtų už ją vyresnis daugiau nei 10 metų.

Irmanto Sidarevičiaus nuotr.



- Nesi egzotiškų kelionių mėgėja?

- Ne. Dabar mano svajonė yra išvažiuoti į kalnus ir pasilepinti žemiškais malonumais - slidinėjimu ir pan. Žiema - mano mėgstamiausias metų laikas. Tikiuosi, kad atrasiu laiko tokiai kelionei.

- Nors esi dar jauna, tave drąsiai galima vadinti pramogų pasaulio senbuve. Ar labai pasikeitė pramogų pasaulio užkulisiai per visus tuos metus?

- Ko gero, ne. Čia vis dar yra veidmainiavimo, nenuoširdumo ir konkurencijos. Nors populiariu sakyti, kad jos nėra, ypač tarp moterų dar ir kaip ji egzistuoja.

- Kokių matai pradedančiųjų, kopiančių į muzikos olimpą, klaidų?

- To gal nepavadinčiau klaida, bet visi turi tokį norą padaryti ką nors kitaip, deja, niekam to pasiekti nepavyksta. Kuriasi naujos grupės, skelbiasi, kad bus kitokios, darys viską kitaip, bet vis tiek išeina į sceną su tokiais pat reperuaru, su tų pačių autorių dainomis.

DAUGUMA VYRŲ BANALIAI GALVOJA, KAD, NUPIRKĘ MERGINAI KOKTEILĮ, JĄ SUŽAVĖS. MANĖS TUO NEPAPIRKSI

- Jūsų grupė muzikos padangėje gyvuoja jau daugelį metų. Koks to populiarumo receptas?

- Aš tiesiog būnu savimi. Be to, turi mylėti tai, ką darai. Jei nemylėsi, tavo vietą greitai užims kitas. Kai matai, kad visko per akis, reikia sustoti ir pailsėti. Tada atsikvepi ir matai, kad be to negali gyventi. Pasakysiu banaliai - reikia labai norėti ir nenuleisti rankų net tuomet, kai atrodo, kad viskas jau prarasta.

- Daugeliui išlikti padeda įvairiausi skandalai...

- Aš niekada nebuvau skandaliste ir niekada tokia nebūsiu. Esu žinoma, atpažįstama gatvėje, turiu darbo, man to užtenka. Kad visa tai pasiekčiau, nereikėjo jokių skandalų. Be to, ramiai sau gyvenu Marijampolėje, dėl to daug kur net nedalyvauju. Nemėgstu visų tų „afterių“. Manęs tai nedomina.

- BTV šou „Dainuok mano dainą“ pasirodysi viena - be grupės. Gal planuojai pradėti solinę karjerą?

- Sunku pasakyti. Artimiausi planai - „Supermiestas“, „Dainuok mano dainą“, o paskui bus matyti. Ateis vasara, o kartu su ja - ir koncertų maratonas. Gal rudenį, nors tada bus vėl nauji darbai. Nesaku, kad visai nenoriu solinės karjeros, bet dar, matyt, neatradau tos sąvęs, kokią norėčiau matyti scenoje.

Prieš keletą metų aktorės duona seriale „Drąsos kaina“ išbandžiusi Iruna neatsisakytų dar kartą savo sugebėjimus pademonstruoti filmavimo aikštelėje

Redakcijos archyvo nuotr.



- O kokią norėtum matyti save scenoje?

- Kitokią. Nors ir taip nesu standartinė. Mano kūno sudėjimas nėra tipinės ilgakojės gražuolės. Aš - gyvas įrodymas, kad norint prasimušti ir išlikti pramogų pasaulyje nebūtinai ilgos kojos ir didelės iškirptės. Juk mūsų su Mariumi (aktoriai Mariumi Jampolskiu - red. past.) duetas gyvuoja jau penkerius metus. Tai tik įrodo, kad nebūtina nusirengti, jei nori būti populiarus.

- Turi kokių nors tabu scenoje?

- Labai gerbiu sceną, todėl tabu man yra alkoholis. Be to, visada stengiuosi būti punctuali, niekada dar nebuvome nuvylę užsakovų nei dėl ligos, nei dėl kokių nors kitų priežasčių.

- Esi išbandžiusi ir aktorės duoną prieš keletą metų vaidinai seriale „Drąsos kaina“. Ar dar norėtum žengti į filmavimo aikštelę?

- Taip, mielai. Vaidindama seriale supratau, jog nebūtina turėti aktoriaus diplomą, kad galėtum sukurti vieną ar kitą vaidmenį. Žiūrovui tu esi įdomus kaip asmenybė, o ne kaip personažas. Labai norėčiau dar išbandyti savo jėgas kokioje nors komedijoje. Man patinka iš savęs pasijuokti, pakvailioti.

- Gal prisimeni savo ekstremaliausią pasirodymą?

- Pamenu, dar su grupe „Mokinukės“ koncertavome gamtoje. Ten buvo pastatyta scena ir netikėtai dingo elektra. Mums teko



Su seserimi Ineta - ne tik geros draugės, bet ir kolegės scenoje

Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

ŽMONĖS TAVE MYLI NE UŽ TAI, KAD ŠIANDIEN TAVO PLAUKAI SUSUKTI AR IŠTIESINTI, JIE MYLI TAI, KĄ MATO SKLINDANT IŠ TAVO AKIŲ

dainuoti per garsiakalbius. Laimėi, visi suprato, kad neturime kitos išeities. Kitą kartą, pamenu, per vieną koncertą, kai jau dainavo paskutinę dainą, visi žiūrovai staiga ėmė plūsti į sceną ir mus spausti. Buvome be jokios apsaugos, tad teko tiesiog pabėgti.

- Pamenu istoriją, kai tave persekiojo itin įkyrus gerbėjas. Ar dabar tokių pasitaiko?

- Būdavo, ir dabar yra vienas, kuris be persotojo rašo žinutes, nori su manimi atlikti dainą, patekti į pramogų pasaulį, susitikti. Aš tokius dalykus ignoruojau, nes manau, kad tokie žmonės yra nenuspėjami. Normalus gerbėjas tiesiog prieitų po koncerto ir susipažintų.

- Ar su gerbėju nueitum į pasimatymą?

- Ne. Nesileidžiu į tokias avantiūras. Esu atsargi. Be abejo, yra tikimybė, kad šitokiu būdu galima sutikti sau skirtąjį, bet manęs kol kas niekas taip stipriai nepakerejo, kad sutikčiau eiti į pasimatymą. Tikiu, kad savo antrąją pusę surasiu savaime.

- Esi išranki tam vieninteliui?

- Neturiu jokių didelių kriterijų, tiesiog turi „prilipti“. Man nėra skirtumo, ar jis bus šviesus, ar tamsus, aukštas ar žemas, su pilvuku ar be jo. Tiesa, vieną kriterijų turiu - 10 metų yra limitas, kiek už mane jis galėtų būti vyresnis. Apskritai kalbant apie vyrus esu labai atsargi ir neprisileidžiu prie savęs bet ko.

- Sunku užkariauti tavo širdį?

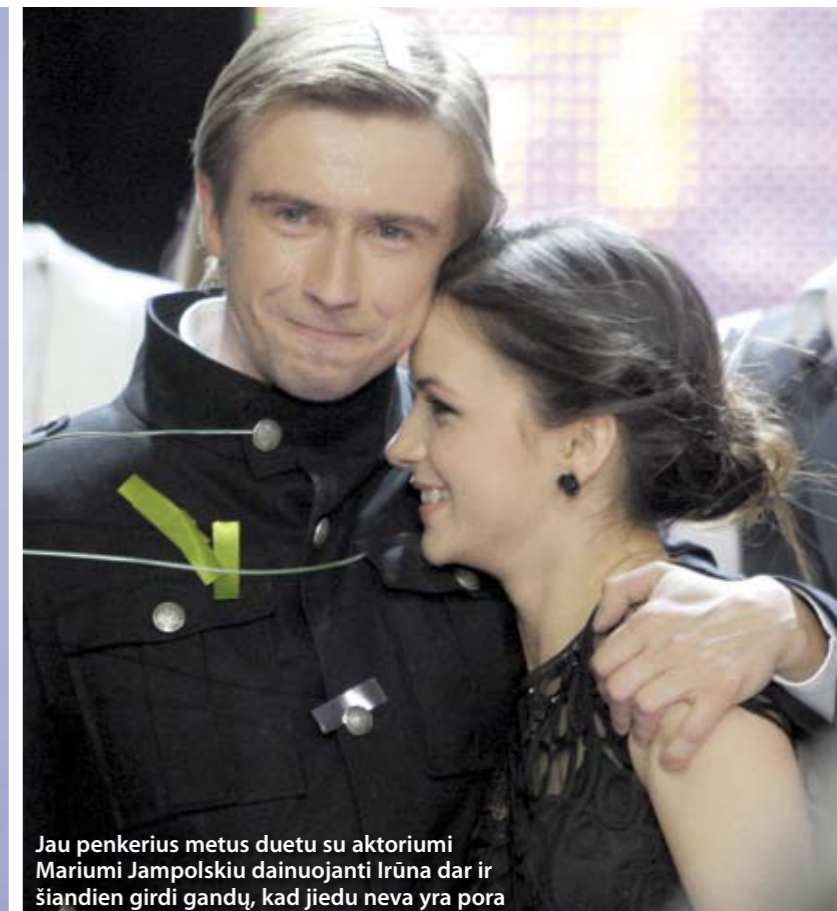
- Nepasakyčiau, kad sunku, bet pasistengti reikia. Dauguma vyrų banaliai galvoja, kad, nupirkę merginai kokteilį, ją sužavės. Manęs tuo nepapirksi.

- Sukiesi pramogų pasaulyje, kokių netikėtų gandų apie save girdėjai?

- Vienas populiariausių - kad aš ir Marius esame pora. Gal kažkas ir šiandien dar taip galvoja. O šiaip girdėjau visokių pasakymų - pavyzdžiu, kad esu mažvaikė ir pan. Turiu savo televizinių įvaizdį ir daug kam atrodo, kad tokia esu ir gyvenime. Bet nulipusi nuo scenos ir uždariusi televizijos duris esu labai rami, atsargi, turiu gerą humoro jausmą. Namuose mėgstu vaikščioti apsirengusi patogiais drabužiais. Kartais žmonės net po kelis kartus atsisuka įsitikinti, ar čia iš tiesų Iruna Puzaraitė.

- Renkiesi kasdienai patogius drabužius ar vis dėlto aukštakulniai tavo garderobe irgi atranda savo vietą ir laiką?

- Renkuosi tuos drabužius, kurie man tinka. Turiu ir gražių drabužėlių, bet niekada jais



Jau penkerius metus duetu su aktoriumi Mariumi Jampolskiu dainuojanti Iruna dar ir šiandien girdi gandų, kad jiedu neva yra pora



Grupės „Studentės“ merginos
Irlūnai jau tapusios antra šeima
Redakcijos archyvo nuotr.

nevilkiu. Kartais net iš vakaro pasirodžiu, kad rytoj jau tikrai avėsiu aukštakulnius, iš ryto pasižiūriu į juos ir įsispiriu į sportinius batelius. Nemėgstu puoštis.

- Esi labai liekna. Atskleisk - tai genai ar dietos?

- Kokią figūrą Dievulis davė, tokią ir turiu. Pasportuoju nebent per koncertus, kai porą valandų reikia strypčioti ant aukštakulnių. (Šypsosi.)

- O kaip rūpiniesi savo grožiu? Ar mažiažas tavo kasdienis palydovas?

- Kai nedirbu, dažytis nemėgstu. Namuose duodu veidui pailsėti. Kita vertus, manau, kad žmonės tave myli ne už tai, kad šiandien tavo plaukai susukti ar ištiesinti, jie myli tai, ką mato sklindant iš tavo akių. Pati kartais net pastabų gaunu, kad eidama į sceną galėčiau ir ryškiau lūpas pasidažyti, ir batelius kitokius apsiauti, bet aš sakau - o koks skirtumas? Jei žmonės tave myli, nežiūrės, ar tavo batai raudoni, ar salotiniai. Man išvaizda nėra pirmoje vietoje.

- Kokių tikslų užsibrėžei šiems metams?

- Išmokti groti gitara, kurią gavau per Kalėdas, ir gerai pasirodyti „Supermieste“. Juk prieš ketverius metus buvome antri - šiemet būsime pirmi.

- Vasario 12-ąją švėsi savo 25-metį. Kaip minėsi šį jubiliejų?

- Vasario 21-22 dienomis pasilikau laisvą savaitgalį, tai buvo vienintelė data, kurią galėjau

„rezervuoti“ sau. Žinau, kad grįš pora draugų iš Airijos, grįš pusseserė iš Londono, gal nuvažiuosime į Druskininkus, gal pasilepinsime kokiomis nors procedūromis. Man tai bus daug geresnė šventė negu triukšmingas vakarėlis.

- Kokią esi gavusi geriausią gimtadienio dovaną?

- Niekada tokių dalykų nesureikšminau, bet vieną dovaną pamenu iki šiol. Gavau tokį didelį - gal kvadratinio metro - savo portretą. Jis iki šiol kabo mano kambaryje ant sienos.

NULIPUSI NUO SCENOS IR UŽDARIUSI TELEVIZIJOS DURIS ESU LABAI RAMI, ATSARGI, TURIU GERĄ HUMORO JAUSMĄ

- Esi Vandenis, ar tiki horoskopais?

- Sakoma, kad Vandeniai yra organizuoti, mėgsta būti dėmesio centre. Mokyklos laikais tikrai tokia buvau. Jokie renginiai nepraeidavo be Irlūnos. Organizuodavau viską - nuo klasės vakarėlio iki mokyklos šimtadienio.

- Kokios savybės dabar tau padeda, o kokios trukdo?

- Tas naivus nuoširdumas kartais man pakiša koją, bet po truputį jau pradėdau atsirinkti žmones, su kuriais galiu būti atvira. Paprastumas ir bendravimas man padeda. Galiu lengvai susibičiuliuoti su visai nepa-

žįstamu žmogumi. Gal kartais esu per daug atsargi, daug ko bijau.

- Turi kokių nors fobijų?

- Aukščio. Nors kai pradėjau slidinėti, žiūriu, kad man visai neblogai sekasi. Panašu, kad turėjau peržengti save, bet reikėjo, kad kas nors mane pastūmėtų. Pati nebūčiau išdrįsusi.

- Beprotiškiausias poelgis gyvenime?

- Vaikystėje nusikirpau plaukus. Buvau gal kokioje šeštoje klasėje, kai nuėjau pas bendrklasės mamą ir paprašiau, kad mane apkirptų. Namu grįžau be savo ilgų kasų. Dabar galvoju, kad galėjau to ir nedaryti. Tiesa, dabar irgi nusikirpau, bet šį kartą tai nebuvo klaida. (Šypsosi.)

- Gal pameni, kokį sudėtingiausią sprendimą gyvenime teko priimti?

- Dabar, ko gero, tie sprendimai ir vyksta. Vis dar sprendžiu, kur geriau apsistoti - ar tikrai Marijampolėje bus taip, kaip tikiuosi. Be to, pramogų pasaulis nėra jau toks rožėmis klotas, juk niekada nežinai, ar televizija tave dar laikys, ar ne. O ką be scenos ir televizijos dar galėčiau daryti?

- O ką galėtum?

- Baigiau aukštąjį, ir nors ekonomika nėra pats mėgstamiausias mano dalykas, tikiu, kad reikalui prispyrus galėčiau ją perprasti. Darbo nebijau, blogiausiu atveju išvažiuočiau užsienį braškių skinti. Net ir tokia patirtis man būtų įdomi.

PASAKYSIU BANALIAI -
REIKIA LABAI NORĖTI
IR NENULEISTI RANKŲ
NET TUOMET, KAI
ATRODO, KAD VISKAS
JAU PRARASTA



„Lietuvos balso“ nugalėtoja Justina: *muzikinis kelias dar tik prasideda*

Jauna, bet entuziazmo kupina atlikėja **JUSTINA BUDAITĖ** (16) prisipažįsta - nors po LNK projekto „Lietuvos balsas“ laimėjimo jos gyvenimas aukštyn kojomis neapvirto, sumaištis jame atsirado daugiau. Per vieną vakarą mergina tapo žinoma visoje Lietuvoje. Nepaisant to, užgriuvusi atsakomybė Justinos negąsdina. Ji pasiruošusi priimti visus gyvenimo iššūkius.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

- Ką vertingiausio įgijai per šiuos mėnesius, dalyvaudama projekte „Lietuvos balsas“?

- Kadangi esu labai nekantrus žmogus ir nemėgstu laukti, šiame projekte reikėjo laukti, todėl manau, kad tapau daug kantresnis žmogus. Be to, išmokau greitai reaguoti į susiklosčiusias netikėtas situacijas ir iš jų išsisukti. Be abejo, dalyvavimas „Lietuvos balse“ atvėrė man naujas duris muzikiniame kelyje.

- Ar laimėjus projektą gyvenimas apsisvertė aukštyn kojomis?

- Laimėjus projektą mano gyvenimas tikrai neapsivertė aukštyn kojomis, tačiau sukėlė sumaištį viduje. Pavyzdžiui, po dalyvavimo „Lietuvos balse“ pradėjau mąstyti ir apie studijas, susijusias su muzika, prieš tai apie jas nebūčiau nė pagalvojusi. Dabar turiu kelis studijų variantus ir pasirinkti iš jų vieną, manau, bus labai sunku.

SUDALYVAVUSI ŠIAME PROJEKTE SUPRATAU, KAD ESU DAUG STIPRESNĖ, NEI MANIAU, IR TAI MANE DŽIUGINA

- Kaip atšventei pergalę?

- Savo pergalę atšvenčiau labai linksmai, kaip ir tikėjaisi, bet manau, jog svarbiausia tai, kad mane pasveikino draugės, visa šeima. O juk artimųjų palaikymas visada yra pats svarbiausias ir maloniausias.

- Laimėjai 5 tūkst. eurų - 17,25 tūkst. litų. Kur išleisi pinigus?

- Laimėtus pinigus investuosiu į savo tolesnį muzikinį kelią, nes tai yra galimybė eiti pirmyn - kodėl ja nepasinaudoti.



„Lietuvos balso“ nugalėtoja Justina Budaitė laimėtus pinigus planuoja investuoti į savo muzikinę karjerą. „Etik Photography“ nuotr.

- Ką patartum kitiems dainininko karjeros siekiantiems žmonėms?

- Jei jūsų širdis visada linksta prie dainavimo ir jaučiate begalinį malonumą dainuodami, niekada nesustokite. Net nuskambėjus žodžiui „ne“, kas pasitaiko, manau, kiekvienam, supraskite tai kaip postūmį žengti toliau ir dirbti dar daugiau. O galiausiai palinkėčiau jums begalinės sėkmės!

- Kokių turi artimiausių muzikinės karjeros planų?

- Artimiausių planų, susijusių su muzika, yra daug, bet nenoriu atversti visų kortų vienu metu. Pavyzdžiui, vasario mėnesį važiuoju į Vilnių, nes dalyvausiu „Lietuvos balso“ dalyvių koncerte, o iki vasaros planuoju daug ką nuveikti, bet apie tai gal pakalbėsime vėliau.

- Papasakok trumpai apie save: iš kur esi kilusi, kokių turi pomėgių, ką mėgsti veikti šaltais žiemos vakarais?

- Gyvenu savo gimtajame mieste - Mažeikiuose ir lankau Mažeikių moksleivių namų

studiją „Kregždutė“. Be dainavimo, labai mėgstu mokytis kalbų. Tikiu, kad daug jų mokantis žmogus - laisvas žmogus. Šaltais žiemos vakarais mėgstu gerti arbatą kartu su šeima, įsijungti kokį serialą ar paplepėti su mama.

- Ką naujo sužinojai apie save, dalyvaudama šiame projekte?

- Žiūrėdama „Lietuvos balso“ 2-ąją sezoną vis galvodavau, kaip visi dalyviai per tokį trumpą laiką išmokdavo dainas, jas puikiai atlikdavo ir dar sugebėdavo tvardyti jaudulį. Pati sudalyvavusi šiame projekte supratau, kad esu daug stipresnė, nei maniau, ir tai mane džiugina.

- Ar negąsdina užgriuvusi laimėtojos atsakomybė? Kaip šios „pareigos“ įpareigoja?

- Iš tikrųjų laimėtojos atsakomybė manęs negąsdina, tačiau tikrai ją jaučiu, nes žinau, kad kiekvienąsyk pasirodydama dabar turiu pademonstruoti ką nors naujo, nustebinti savo klausytojus ir taip atsiderkoti už jų palaišymą bei balsus superfinale.

10 faktų, kurių nežinojote apie Vitalijų COLOLO

Iš Druskininkų kilęs aktorius ir televizijos laidų vedėjas **VITALIJUS COLOLO** (40) ištis savita asmenybė, o jo gyvenimas kupinas įvairių nuotykių. Retai apie asmeninį gyvenimą atviraujantis humoristas šį kartą sutiko atskleisti keletą faktų, kurių iki šiol apie jį galbūt nežinojote.

- Nors Vitalijui yra tekę paragauti ir tokių egzotiškų patiekalų kaip sliškai ar šerniena su anakardžiais, jis sakosi labiausiai mėgstantis tai, kas pagaminta su meile. „Mamos patiekalai, dukros ruošti pusryčiai ar tiesiog žmonos suteptas sumuštinis gali būti kur kas gardesni už restorano maistą“, - šypsojosi laidų vedėjas. Jo nemėgstamiausias vaisius - durianas, augantis Tailande, pasižymintis unikaliu, labai nemaloni aromatu.
- „Nuo 12 metų turguje pardavinėjau kramtomąsias gumas „Donald“. Būdavo, per dieną parduodavau 3-4 dėžutes gumos ir uždirbdavau apie 20 rublių. Už uždirbtus pinigus sugebėjau nusipirkti mopedą“, - prisiminė V.Cololo.
- Vitalijaus ūgis 179 cm.
- V.Cololo sako, kad visai nenorėtų susipažinti su jokia istorine asmenybe ar užsienio žvaigžde. Visi žymiausi pasaulio žmonės turi ir savų keistenybių. Jei gerbiu žmogų už jo darbus, nebūtinai pabendravęs pradėsiu jį mėgti labiau“, - įsitikinęs vyras.
- Anksčiau Vitalijus dažnai sapnuodavo košmarą, kad išeina nuogas į sceną su mikrofonu rankoje ir nežino, kokį renginį veda. Dabar tokie sapnai jo nebekamuoja.
- „Esu labai punktualus, jei susitariu su kuo nors susitikti 16 val., tai ateisiu 10 minučių anksčiau ir būsiu labai piktas, jei kitas žmogus ateis 15 minučių vėliau. Kaip žinome, vėlavimas - dažna pramogų pasaulio atstovų problema. Labai norėčiau pagirti Nataliją Bunkę ir Oksaną Pikul, kurios yra gana punktualios“, - sako Vitalijus.
- Vitalijus atvirauja, kad patikusius filmus gali žiūrėti ne kartą, tačiau išskirtų Emiro Kusturicos filmus („Katyte juoda, o katinas baltas“, „Čigonas“ ir kiti), jie televizijos laidų vedėjui itin patinka.
- Įsimintiniausias V.Cololo kelionės - į Malaiziją, Libaną ir Kretą. Malaizija ir Libanas patiko todėl, kad tai įspūdingos, egzotiškos šalys, o Kreta - kad keliavo su savo ir „Išjunk šviesą“ lyderio Valdo Burnio šeimos. „Kai gera kompanija, smagu ir gera visur“, - šypsojosi vyras.
- Kadangi Vitalijus dalyvavo realybės šou „Džiunglės“, jis puikiai žino, ką reikia pasiimti su savimi, jei nori vykti į negyvenamąją salą: peilį, žiebtuvėlį ir palapinę.
- Laidų vedėjas sako, kad gyvenime ir taip pakanka niūrumo, todėl jo mėgstamiausios spalvos - ryškios: oranžinė, salotinė ir panašios.



TV3 nuotr.

Parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ

Sentimentai padeda uždirbti

Šiuos metus pradėjome su nauja valiuta - euru. Kai litas jau atgulė į istorijos puslapius, tautiečiai pajuto nostalgiją, o verslininkai, rodos, atrado naujas nišas verslo idėjoms. Jausdami sentimentus du dešimtmečius lydėjusiai valiutai, jie litą prikėlė naujomis formomis.

Nešios ant krūtinės

Paskutiniiais lito gyvavimo metais drabužių kūrėjas **DARIUS ŽUTAUTAS** (25) atsiveikino su nacionaline valiuta proga pristatė originalią marškinėlių ir džemperių kolekciją „Litai“. Jaunasis verslininkas sako kitomis liti skirtomis iniciatyvomis nesidomintis ir neketinantis su kitais konkuruoti, tiesiog pasinaudojo verslo idėja, gimusia iš šalies aktualijų.

„Kaip ir daugelis mano minčių, taip ir ši atsirado savaime. Tiesiog pasitaikė labai patogus laikas. Nemanau, kad tai tik reklama, tai šis tas daugiau. Laikai keičiasi. Mes turime priimti tuos pokyčius ir judėti toliau. Šia kolekcija noriu padėkoti liti už buvimą kartu su mumis daugiau nei du dešimtmečius. Tikiu, kad ir litas dar ilgai nebus išstumtas iš lietuvių minčių ir širdies“, - sako jaunasis kūrėjas. Taigi mums nostalgiją keliančius pinigų primins garsių, mūsų šaliai nusipelnusių asmenybių portretai, atspausdinti ant drabužių krūtinės.

„Prieš šventes pirkėjų aktyvumas buvo gerokai padidėjęs, tačiau didelio susidomėjimo sulaukė ir „Shmutke“ kombinezonai, ir šypseną keliantys kolekcijos „Medinis“ marškinėliai. Sunku pasakyti, ar nostalgija pasitraukusiai valiutai darė didelę įtaką drabužių, kur ant kupiūrų besipuikuoja žmonių atvaizdai, pardavimui. Vis dėlto kolekcijos „Litai“ pardavimai šiuo metu didesni nei kitų kolekcijų. Tiek džemperiai, tiek marškinėliai yra ypač populiariūs ne tik tarp tautiečių, bet ir kaip dovana užsienyje gyvenantiems draugams bei giminėms“, - sakė jaunas verslininkas, besidžiaugiantis neblėstančiu kolekcijos populiarumu.



Medinė „Kelmas“ piniginė, puošta 1 lito motyvu, sulaukė didelio vartotojų susidomėjimo

„Kelmas“ nuotr.

Litą primins medinės piniginės

Kai lietuvių piniginėse lito vietą pakeitė euras, druskininkietis verslininkas **AUDRIUS VAŠKEVIČIUS** (26) pradėjo gaminti originalias pinigines, dekoruotas senosios valiutos motyvais.

Medinės piniginės „Kelmas“ - itin praktiškas daiktas, ypač einant susitikti su draugais ar verslo klientais, kai nesinori nešti visos piniginės, o tik įsiminti labiausiai reikiamas vizitines bei kreditines korteles ir porą banknotų.

„Pastebėjau, kad mano piniginės vis labiau domina jaunimą. Klientai patys pakijo mintį, kad pinigines galima dekoruoti smagiais užrašais, tad prieš šventes pradėjau gaminti ir pinigines su sentencijomis, piešiniais, - prisiminė Audrius. - Pasirodė ir piniginė, dekoruota 1 lito motyvu. Iš pradžių natariau padaryti keletą pavyzdinių modelių ir pažiūrėti, ar bus paklausa. Savo telefonu padariau kelias nuotraukas ir tikėdamasis geriausio rezultato perkėliau jas į interneto tinklalapį bei „Facebook“ paskyrą. Šis dizainas abejingų nepaliko.“

Kadangi susidomėjimas tik auga, jaunas verslininkas ketina pasiūlyti rinkai piniginių, primenančių ir kitas lito kupiūras, bei tikisi, kad ir jos sulauks tokio paties susidomėjimo.



Audrius Vaškevičius litą perkėlė ant piniginės

Irmanto Sidarevičiaus nuotr.



Atsiveikimo su liti proga sukūręs kolekciją „Litai“, Darius Žutautas ir pats mieliai dėvi šios linijos drabužius



Marškinėliai, dekoruoti ant lito kupiūrų besipuikavusių, šaliai nusipelnusių žmonių atvaizdais, tapo populiariu jaunimo stiliaus akcentu

Andriaus Patkauskio nuotr.

► Monetos virto aksesuarais

Šiuo metu motinystės atostogose esančios žurnalistės **JOLITOS MAŽEIKIENĖS** (31) artimieji ir draugai juokavo, kad tik verslo žurnalistė galėjo sugalvoti gaminti aksesuarus iš pinigų. Jolitos manymu, idėja daryti sąsagas su litais tapo sėkmingu verslu vos per mėnesį, nes tautiečiai vis dar jaučia nostalgiją ir sentimentus nacionalinei valiutai.

„Idėja gaminti sąsagas su monetomis nėra nauja, tačiau Lietuvoje buvau pirmoji, kuri ėmėsi tokios veiklos. Ši mintis nėra ilgų apmąstymų rezultatas, veikiau atsitiktinumas. Dar lapkričio mėnesį, naršydama internetinių parduotuvių platformoje *etsy.com*, netyčia atradau sąsagas su 50 centų monetomis, tačiau, mano nuostabai, jas gamino visai ne mūsų tautietis, o amerikietis, darantis sąsagas iš įvairių šalių monetų. Norėjau tokias padovanoti savo vyrui, bet parduodėjas jų jau neturėjo. Nutariau pabandyti tokį aksesuarą pagaminti pati“, - apie tai, kaip atsirado sąsagos su 1 lito monetomis, prisiminė Jolita.

Kaip monetas paversti stilingu ir originaliu aksesuaru, ji sužinojo iš pažįstamo juvelyro ir savo vyrui padovanojo rankų darbo sąsagas. „Iškart po to sąsagomis susidomėjo ir jo pažįstami. Išmąnydama verslo subtilybes

ir žinodama, kaip sunku įeiti į rinką, buvau nustebinta, kaip vos per mėnesį be papildomos reklamos, tiesiog sklindant žinia iš lūpų į lūpas, susikūrė paklausa ir prekės ženklas. Manau, kad sėkmės pagrindas - sentimentai ir nostalgija nacionalinei valiutai. Tokiam klientų antplūdžiui nebuvau pasiruošusi“, - sakė moteris. Ji sąsagų gamybai naudoja naujas, apyvartoje nebuusias monetas. Lita Jolita gavo pateikusi specialų prašymą Lietuvos bankui. „Paklausa kilo, o atsargos, kurias įsigijau Lietuvos banke, seko. Teko kreiptis į komercinius bankus, o nuo sausio 1 dienos monetas įsigyti antrinėje rinkoje. Tiesa, žmonės jas parduoda kiek brangiau nei nominalo vertė“, - Jolita džiaugėsi, kad žaliavos sąsagų gamybai spėjo įsigyti pakankamai.

Moterys, sąsagas dovanojusios savo vyrams, netrukus panoro aksesuarų sau. Taip atsirado auskarai ir sagės su senąja valiuta. „Žinoma, didžioji užsakymų banga užliejo prieš Kalėdas, tačiau pastebėjau, kad po švenčių atslinko antroji. Aš gaminu ne juvelyrinius dirbinius, o paprastą bižuteriją, tačiau vertė mano gaminiams suteikia patys žmonės. Manė žavi jų istorijos, mintys ir intencijos. Dažnas mano aksesuarus įsigyja kaip atsiminimą, relikviją“, - šypsojosi Jolita.



Norėjusi savo vyrui padovanoti sąsagas su lietuviškomis monetomis, Jolanta Mažeikienė jas pagamino pati - taip netikėtai išaugo paklausa bei susikūrė prekės ženklas „Sąsagos su litais“

Kristinos Kuodienės nuotr.



ATPALAIDUOJANTI
IR REGENERUOJANTI
GALVOS TERAPIJA
CHAMPI THAI

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

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

*Pasiūlymas taikomas su „Laisvalaikio“ kortele iki 2015 01 31d.

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

Žygimantas Stakėnas:

LNK televizijos laidos „KK2 penktadienis“ vedėjas ŽYGMANTAS STAKĖNAS (33) yra linksmo būdo, o televizijos laidose kartais atrodo ir išdykęs. Tačiau visi juokeliai baigiasi tuomet, kai jis atsėda prie automobilio vairo. Žygimantas sako, kad nenorėtų rizikuoti ir kelyje elgtis neapdairiai.

Ringailė STULPINAITĖ

- Koks automobilis 2014 Lietuvoje buvo išrinktas metų automobiliu?

- Bijau sumeluoti, bet lyg ir „Nissan Qashqai“. (Šypsosi.)

- Ar žinote, kas šiemet Lietuvai atstovauja Dakaro ralyje?

- Žinoma, Benediktas Vanagas. Jei tik naujienų sraute pamatau apie tai žinutę, visuomet stengiuosi perskaityti, seku šias naujienas.

- Ar turite svajonių automobilį?

- Kažkaip niekada to nesureikšminau, bet visi vyrai pasvajoja apie automobilius. Manau, norėtusi kokio nors džipo, didelio, gražaus, galbūt „Range Rover“ markės. O svajonė apie džipą gimė dėl to, kad vairuodamas neretai susiduriu su prastų kelių, matomumo problema. Džipe sėdi aukščiau, matai daugiau, pagaliau tai talpesnis automobilis, saugesnis. Mano šeimyna didelė, tad keliauti turėtų būti patogiu. Tai gana žemiška svajonė, siekiant praktiškumo, o ne kažkam kažką parodyti.



Irmanto Sidarevičiaus nuotr.



Žygimantas Stakėnas tikina, jog kelyje reikia ne tik pačiam vairuoti atsakingai, bet nuspėti ir galimus kitų vairuotojų veiksmus

Visi vyrai pasvajoja apie automobilius

KELYJE VADOVAUJUOSI POSAKIU, JOG VAŽIUOJANT REIKIA NE ŽIŪRĖTI, O MATYTI

- Ar tikite tuo stereotipu, kad prabangių markių automobilių vairuotojai kelyje sau leidžia daugiau? Turi savas taisykles?

- Nežinau, ar tikiu tokiu stereotipu, bet man net yra tekę važiuoti su tokiais vairuotojais, kurie turėdami gerus automobilius nelabai paiso kelių eismo taisyklių. Taigi tuose stereotipuose dalis tiesos tikriausiai visgi yra, bet nenorėčiau teigti, kad tokią etiketę galima klijuoti visiems. Pats vairuodamas BMW markės automobilį stengiuosi tokius stereotipus sulaužyti.

- Pagrindiniai vyrų ir moterų vairavimo skirtumai jūsų akimis?

- Nežinau, galbūt vyrai yra drąsesni vairuotojai, o moterys apdairesnės, atsargesnės. Tiesa, manau, kad vyrai kelyje greičiau įvertina situaciją. O apskritai tai lytis čia nieko nelemia. Didelį vairavimo stažą turintis vyras ar moteris tikriausiai vairuoja panašiai. Pamenu, kol pats neviravau, mane vežiodavo žmona, o ji vairuoja tikrai puikiai.

- Toliausia kelionė automobiliu?

- Toliausiai tikriausiai važiuoju į Estiją, Taliną. Na, tą toli tikriausiai visi skirtingai suvokia. Man ir iki Nidos nuvažiuoti su visa šeimyna ir pilna mašina daiktų jau yra toli, o kiti išmaišo visą Europą.

- Jūsų automobilyje visuomet privalo būti kas?..

- Nežinau, ar tai talismanas, ar kas, bet kadaise Nidoje radau akmenuką, labai panašų į veidą, tai jis visuomet guli automobilyje, po porankiu.

- Anekdotos, susijęs su automobiliais arba vairuotojais?

- Pamenu tokį vieną. Didelis sunkvežimis važiuo keliu ir užstrigo po tiltu, nes šis buvo per žemas. Atvažiuo policija ir policininkas sunkvežimio vairuotojo paklausė: „Tai ką, užstrigai?“ O vairuotojas jam sako: „Tai ne, vežiau tiltą ir benzinas baigėsi“. (Šypsosi.)

- Jums patikęs filmas, susijęs su automobiliais?

- Na, man tikrai patiko filmas „Dingti per 60 sekundžių“, o žinau, kad mano vyresnėliui sūnui Kajui labai patiko „Greiti ir įsiutę“.

DOSJĖ

- Šiuo metu vairuoja: BMW 330
- Svajonių automobilis: džipas „Range Rover“
- Vairavimo stažas: nuo 2000 metų
- Dažniausias prietaras: nėra
- Gražiausia spalva: juoda

pagrindiniai mano reikalavimai paprastai yra ekonomiškumas, komfortas, saugumas ir panašiai. Na, negaliu paneigti, kad atsižvelgiu ir į automobilio išvaizdą.

- Ko vairuodamas niekuomet nesiryžtumėte daryti?

- Tiesiog elgtis neapdairiai. (Šypsosi.)

- Rodikliai, iš kurių nusprendžiate, kad prieš jus važiuoja prastas vairuotojas?

- Labai nemėgstu vairuotojų, kurie nerodo posūkių, keistai manevruoja, nemato aplinkinių eismo dalyvių, nardo po eismo juostas. Tik nežinau, ar tai yra labiau prastas vairuotojas, ar tiesiog neatsakingas. Nors tikriausiai neatsakingas vairuotojas vis tiek yra prastas.

- Kokius reikalavimus keliate besirinkdamas naują automobilį?

- Kai reikia naujo automobilio, mano visus reikalavimus pirmiausia išklauso mano uošvis, kuris užsiima automobilių prekyba. Tad kartais mano reikalavimai būna pakoreguojami, nes jis tiesiog tą išmano geriau. O

- Ekstremaliausia situacija vairuojant?

- Tiesą sakant, ko nors labai ekstremalaus vairuodamas pats nesu patyręs. Tačiau pamenu vieną epizodą iš vaikystės. Su tėčiu iš sodybos važiuoju jo žiguliuku, sprogo padanga ir mes kelis kartus apsvirtėme. Viskas baigėsi gerai, tačiau man kaip vaikui tuomet labiausiai buvo gaila pupų, kurias gliaudžiau visą dieną, o jos išsibarstė po visą automobilį. (Juokiasi.)

- Kiek automobilių esate turėjęs?

- Na, tikriausiai kokius tris.

- Esate greičio mėgėjas ar ramus vairuotojas?

- Manau, kad esu ramus vairuotojas, nors automobilis kaip ir prašosi greičio, bet vairuoju protingai ir kelyje vadovaujuosi posakiu.



TV projektų dalyvė Monika Šalčiūtė



Filmas „Mes dainuosim“ - žvilgsnis į Sausio 13-ąją iš kitos pusės

Į išankstinę filmo premjerą atvyko ne tik visa kūrybinė komanda, bet ir jų artimieji



Aktorius Darius Petkevičius



Aktorius Tauras Čižas

Prodiuseris Artūras Dvinelis
Stasio Žumbio nuotr.

Praėjusį antradienį, visai Lietuvai minint tragiškos 1991 m. Sausio 13-osios nakties įvykius, buvo pristatytas britų režisieriaus Roberto Mulano (Robert Mullan) filmas „Mes dainuosim“. Jame susipina skirtingų žmonių, tą naktį atsidūrusių Vilniuje prie Parlamento ir Televizijos bokšto, istorijos. Taip pat parodomas dviejų kartų - karšto kraujo jaunosios ir vyresnės - tarpusavio santykis.

Į antradienį vykusią premjerą susirinko filme dirbę aktoriai, jų draugai bei šeimos nariai. Pagrindinius vaidmenis čia atliko aktoriai Liubomiras Laucevičius, Tauras Čižas, Agnė Sunklodaitė, Ramunė Skardžiūnaitė, Perlius Vaisieta, Darius Petkevičius, Dovilė Karaliūtė, Šarūnas Zenkevičius, Aistė Diržiūtė ir kiti. Pastaroji visai neseniai gavo kvietimą dalyvauti prestižinėje naujų talentų programoje „European Shooting Stars“.

Tiesa, Agnės vaidmenį atlikusi Aistė 1991 m. dar nebuvo net gimusi. Dabar jai - 23-eji. „Grįžome į laikus, kai mano pačios buvimas egzistavo tik tėvų mintyse. Buvo keista ir įdomu, nes aš jau Nepriklausomybės laikų vaikas. Viena yra išmanyti istoriją, skaityti ir žinoti faktus, kas vyko 1991-aisiais, o kas kita - pabandyti įsigyventi į tas dienas“, - sakė aktorė.

Filmo kūrėjai pasakojo, kad dirbdami susidūrė su ne vienu išbandymu. Anot prodiuserio Artūro Dvinelio, daugiausia rūpesčių buvo dėl tanko, kurį žūt būt reikėjo prikelti antram gyvenimui. Laimei, kai jau atrodė, kad filmavimo darbus teks sustabdyti, viskas išsprendė.

Pats filmo režisierius R.Mulanas į Sausio 13-ąją vykusią premjerą atvykti negalėjo. Tačiau jį Lietuvos kino žiūrovai turėtų prisiminti iš kito filmo. Prieš kelerius metus jis Lietuvoje pristatinėjo savo darbą „Laiškai Sofijai“, kuriame buvo pasakojama garsaus kompozitoriaus Mikalojaus Konstantino Čiurlionio gyvenimo istorija. Kokios dar istorinės Lietuvos asmenybės ar įvykiai įkvėps britų režisierių imtis filmavimo kamerų, kol kas nežinia.



Aktorė Aistė Diržiūtė su tėvais



Aktorius Šarūnas Zenkevičius



Kadrai iš filmo „Mes dainuosim“



Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ



Aktorė Keitė Bekinseil
(Kate Beckinsale)



Džordžas Klunis (George Clooney)
ir Amal Kluni (Amal Clooney),
pasipuošusi „Christian Dior“ suknia
EPA-Eltos nuotr.



Modelis Sindi Krauford
(Cindy Crawford)

Raudonojo kilimo išbandymą išlaikė ne visi

Tikra „Auksinių gaublių“ apdovanojimų ceremonijos, vykusios sekmadienį Los Andžele, puošmena tapo Džordžas Klunis (George Clooney) ir jo žmona Amal, sulaukę bene daugiausiai dėmesio. Žymi teisininkė Amal Kluni (Amal Clooney) buvo pasipuošusi įspūdinga juoda „Christian Dior“ suknele, prie kurios priderino ilgas baltas pirštines. Prie rankinės buvo prisegtas užrašas „Je Suis Charlie“ („Aš esu „Charlie““). Niekad nevengiantis atvirai išreikšti savo pilietinę poziciją Dž.Klunis tokį užrašą, kuriuo reiškama parama teroro atakos prancūzų satyrinio savaitraščio „Charlie Hebdo“ redakcijoje aukoms, buvo prisisegęs prie atlapo. Nuolat į stilingųjų sąrašą patenkanti aktorė Keira Naitli (Keira Knightley) šįkart, daugelio nuomone, stipriai prašovė, kaip, beje, ir Dženifer Lopes (Jennifer Lopez). „Laisvalaikis“ siūlo susipažinti ir patiems įvertinti stilingiausius apdovanojimų ceremonijos žvaigždes, ir tas, kurioms pritrūko stiliaus pamokų.



Aktorė, atlikėja Dženifer
Lopes (Jennifer Lopez)



Aktorė Ema Stoun (Emma
Stone) su „Lanvin“ apranga



Eimi Adams (Amy Adams) su „Gucci“



Aktorius Čeningas Tatumas (Channing Tatum)
su žmona Džena Diuvan (Jenna Dewan)



Aktorė Keitė Hadson (Kate Hudson)
pasipuošė „Versace“ suknia



Aktorė Džesika Čestein
(Jessica Chastain)



Aktorė Dakota Džonson (Dakota Johnson) vakarui pasirinko „Chanel“



Aktorė Lupita Niongo (Lupita Nyong'o) su „Giambattista“ suknele



Aktorė Siena Miler (Sienna Miller) su „MiuMiu“ suknele
EPA-Eltos nuotr.



Su vyru Džeimsu Raitonu (James Righton) į renginį atėjusi aktorė Keira Naitli (Keira Knightly) pasirinko „Chanel“ suknelę



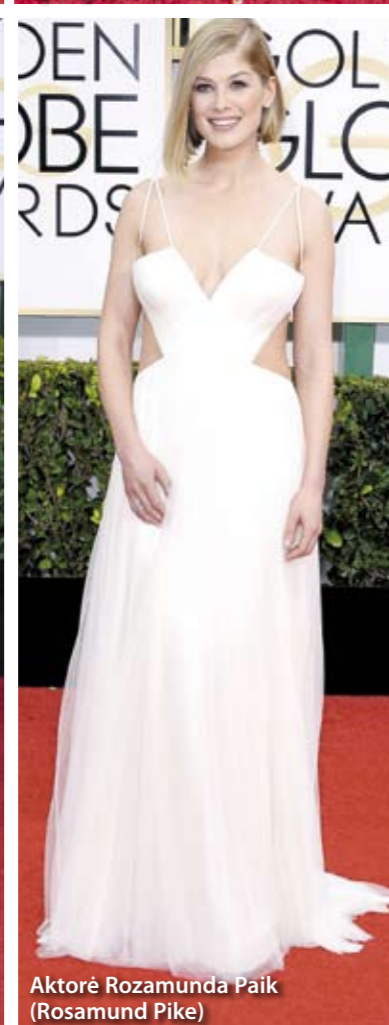
Aktorė, atlikėja Keli Osburn (Kelly Osbourne) išsiskyrė ekscentriška šukuosena



Grupės „Maroon 5“ lyderis Adamas Levinas (Adam Levine) su žmona modeliu Behati Prinslu (Behati Prinsloo)



Aktorė Selma Hajek (Salma Hayek) su puošnia „Alexander McQueen“ suknia



Aktorė Rozamunda Paik (Rosamund Pike)



Aktorė Teilor Šiling (Taylor Schilling)



Diana Kriuger (Diane Kruger) su puošnia „Emilia Wickstead“ suknele



Aktorė Džulija Goldani Teles (Julia Goldani Telles)



EPA-Eltos nuotr.

Žaibiškas S.Vergaros ir Dž.Manganielo romanai vis dar kelia susidomėjimą

Filmo „Moderni šeima“ žvaigždė **SOFIJA VERGARA** (Sofia Vergara, 42) ir po sužadėtuvių su aktoriumi iš gerai žinomo serialo „Tikras kraujas“ **DŽO MANGANIELU** (Joe Manganiello, 38) sako, jog jų taip staiga užgimę jausmai jai pačiai kelia nuostabą.

Garsioji pora nusprendė susižadėti per Kalėdas, kurias leido Havajuose. Pasak šaltinių, Dž.Manganielas iš anksto planavo pasipiršti savo mylimajai per kelionę. Prieš užduodamas lemtingą klausimą, vyras labai jaudinosi, mat nebuvo visiškai įsitikinęs, ar S.Vergara ištars „taip“. Gruodžio 25-ąją, po šešių mėnesių draugystės, fotografai užfiksavo gražuolę su spindinčiu sužadėtuvių žiedu ant bevardžio piršto. Vėliau garsioji pora atšventė Dž.Manganiello 38-ąjį gimtadienį. Po „Instagram“ paviešinta nuotrauka S.Vergara linkėjo „savo meilei ir geriausiajam draugui“ laimingo gimtadienio.

Pora pirmą kartą susitiko per Baltųjų rūmų Korespondentų vakarienę praėjusių metų gegužę. Praėjus kelioms savaitėms S.Vergara išsiskyrė su buvusiu sužadėtiniu Niku Lebu (Nick Loeb) ir pradėjo susitikinėti su Dž.Manganielu. Visi tik ir kalbėjo apie tokį „karštą ir audringą romaną“.

Aktoriui tai bus pirmoji santuoka, o gražuolei S.Vergarai - antroji. Moteris turi 22-ųjų sūnų Manolą (Manolo) iš pirmosios santuokos.



Monakas pamatė savo mažąjį princą ir princesę

Monako kunigaikštis **ALBERTAS II** (Albert II, 56) ir princesė **ŠARLEN** (Charlene, 36) neseniai pristatė savo mažylius dvynukus Gabrielą (Gabriella) ir Žaką (Jacques), gimusius 2014 m. gruodžio 10 dieną. Tai pirmas viešas garsiosios poros pasirodymas Monake su vaikais.

Pasak Šarlen, ji mėgaujasi laiku, praleistu su savo mažyiais. „Kiekviena sekundė greta jų yra nuostabi“, - teigė ji.

2011 metais susituokusiai porai tai yra pirmieji bendri vaikai. Albertas II turi du nesantuokinius vaikus - 22-ąją Džesminą Greis (Jazmin Grace) ir 11-ąją Aleksandrą (Alexandre).

Apie karališkųjų dvynių gimimą pranešta iššovus 42 pabūklų salves, po 21 kiekvienam naujagimiui. Pirmieji Alberto II ir Šarlen vaikai pakeis princo seserį Karoliną (Caroline) eilėje į sostą.

Nors princesė Gabriela gimė dviem minutėmis anksčiau už broliuką Žaką, sosto įpėdiniu taps sūnus.



Pagerbtos Itano Houko rankos

Aktorius **ITANAS HOUKAS** (Ethan Hawke, 44) linksmai nusiteikęs purvino rankas kišdamas jas į stingstantį cementą - aktoriaus rankų ir pėdų įspaudai nuo šiol bus išlieti prie Kinų teatro (TCL Chinese Theatre) Holivude esančioje garsenybių alėjoje.



EPA-Eltos nuotr.

B.Kamberbačas su sužadėtine laukiasi vaikelio

Filmo apie Šerloką Holmsą žvaigždė **BENEDIKTAS KAMBERBAČAS** (Benedict Cumberbatch, 38) ir jo sužadėtinė **SOFI HANTER** (Sophie Hunter, 36) laukiasi pirmagimio.

„Džiaugiuosi galėdamas patvirtinti, kad B.Kamberbačas ir S.Hanter laukiasi pirmojo jų vaikelio. Jie tuo labai džiaugiasi“, - sakė žiniasklaidai aktoriaus atstovas. Ši žinia pasiekė praėjus keliems mėnesiams, kai B.Kamberbačas Londono „The Times“ dienraštyje paskelbė apie savo sužadėtuves su režisierė S.Hanter. Vėliau aktorius atskleidė neplanuojantis iškelti itin prašmatnių vestuvių. „Manau, kad tai bus labai privačios vestuvės“, - taktart sakė filmo „Hobitas“ žvaigždė.

B.Kamberbačiui tai bus pirmasis vaikas ir pirmosios vedybos. Anksčiau vyras 12 metų draugavo su universiteto laikų meile aktole Olivija Pulė (Olivia Poulet). Pora išsiskyrė 2011 m. Vėliau iki 2012 m. garsusis aktorius susitikinėjo su artiste Ana Džeims (Anna James).

Parengė Jurga DRUNGILAITĖ



Kad blakstienos dangų siektų...

Blakstienų tušas, akių vokų šešėliai, blakstienų rietiklis, jų priauginimas, dažymas, cheminis užrietimas... Nieko keista, kad po daugybės procedūrų blakstienos nusilpsta ir neatrodo gražiai. Kaip žinome, blakstienomis rūpintis reikia taip pat dažnai kaip ir plaukais, nes jos yra neatskiriama moters grožio dalis. Yra keli lengvi būdai, kaip pasirūpinti blakstienomis ir suteikti joms apimtį.

STIPRINIMUI

- ✓ Blakstienas galite stiprinti paprasčiausiu alyvuogių aliejumi, tiesiog šepetėlių (geriausiai tinka švarus akių tušo šepetėlis) pamirkykite aliejuje ir perbraukite juo blakstienas. Geriausia procedūrą atlikti vakare, nusivalius makiažą, prieš miegą. Tokią procedūrą galima atlikti ir naudojant kitus aliejus.
- ✓ Patartina daryti ir blakstienų kaukes, kurių pagrindas – taip pat aliejus. Namų sąlygomis blakstienų priežiūrai galima pasigaminti mišinius iš įvairių aliejų: galima sumaišyti 2-3 ar net daugiau rūšių. Visas rūšis reikia maišyti lygiomis dalimis. Blakstienoms itin tinka:
 - migdolų aliejus (skatina jų augimą)
 - rožių aliejus (stabdo senėjimo procesus)
 - ricinos aliejus (skatina augimą bei atsinaujinimą, apsaugo nuo iškritimo)
 - persikų ir varnalėšų aliejai (stiprina)
- ✓ Erškėtrožių ir šaltalankių aliejai labai tinka blakstienoms stiprinti. Galite sumaišyti juos lygiomis dalimis ir blakstienas tepti vakarais prieš miegą.
- ✓ Rinkitės šalavijų, ramunėlių, juodosios ar žaliosios arbatos, rugiagėlių nuovirus. Vienu iš jų suvilgykite vatos tamponėlį ir priglauskite prie akių vokų ir blakstienų. Palaikykite apie 20 minučių, paskui nuplaukite ir patepkite blakstienas maitinamuoju aliejumi.
- ✓ Užplikykite arbatą, jos maišelius palikite atvėsti ir tiesiog užsidėkite ant užmerktų akių. Arbata gali būti tiek juodoji, tiek žalioji. Svarbu, kad joje būtų kofeino. Ši kaukė padės ir odai aplink akis, ir blakstienoms.

DRĖKINIMUI

- ✓ Sumaišykite augalinį aliejų su smulkiai pjaustytomis petražolėmis arba alavijų sultimis, gautą masę po paros perkoškite. Vokų masažas sustiprina kaukės poveikį, o petražolių ir alavijų sultys drėkina odą aplink akis, lygina smulkias raukšleles. Kaukę laikykite 10 min.
- ✓ Puiki priemonė – kompresai. Džiovintos rugiagėlės, medetkos, ramunėlės ir šalpusniai (jų galima nusipirkti vaistinėse) užpilamos verdančiu vandeniu, po keliošimties minučių nukošiamos ir sudrėkinus jų nuovire vatos diskelius galima daryti kompresus. Ant akių vokų juos reikia laikyti iki 20 min. Labai veiksmingas medetkų ir rugiagėlių žiedų nuoviras. Žiedus užplikite verdančiu vandeniu ir palikite 3 dienas tamsioje. Pamirkytus vatos tamponėlius dėkite ant akių ir laikykite 10-15 min. Nuėmus kompresą reikia palaukti, kol blakstienos išdžius, tada patepti jas kuriuo nors aliejumi.

Kaitaliojant šias priemones jau po poros savaičių bus galima pamatyti teigiamus pokyčius. Žinoma, jei kas vakarą nepamirštama nusivalyti makiažą.

AUGIMUI

- ✓ Kiekvienos blakstienos „gyvenimo“ trukmė yra 5-6 mėnesiai, jos reguliariai iškrenta ir atauga, tačiau tankias ir ilgas blakstienas galima užsiauginti vos per kelias savaites.
- ✓ Pati efektyviausia, blakstienų augimą skatinanti priemonė, suteikianti žvilgesio ir paryškinanti jų spalvą, – tai romo ir ricinos aliejaus mišinys. Sumaišykite komponentus lygiomis dalimis ir užtepkite ant blakstienų. Saugokite, kad mišinys nepatektų į akis.
- ✓ Truputį ricinos aliejaus galima sumaišyti su tokiu pat kiekiu alijošiaus sulčių arba rožių aliejaus. Taip pat augimą skatins lygiomis dalimis sumaišytas ricinos ir varnalėšų aliejų mišinys. Į šiuos mišinius galima įlašinti porą lašų aliejinių vitaminų A ir E. Tas kaukes reikia laikyti šaldytuve ir kas antrą dieną kuria nors iš jų šepetėliu arba vatos lazdele patepti blakstienas, o po maždaug pusvalandžio būtina nuvalyti.
- ✓ Puikiai blakstienoms tiktų šis paprastas receptas: sumaišykite linų sėmenų, ricinos, kviečių gemalų, vynuogių kauliukų aliejus ir užtepkite ant blakstienų bei vokų. Palaikykite 10 minučių ir nuplaukite. Visi šie aliejai gerina blakstienų struktūrą, stabdo jų kritimą, skatina augimą, nuramina vokų odą ir saugo nuo senėjimo.
- ✓ Blakstienos greičiau augs, jeigu rinksitės ricinos aliejų ir įpilsite į jį šiek tiek morkų sulčių ir vitamino A. Sumaišykite ir švelniai užtepkite gautą masę ant blakstienų.
- ✓ Migdolų aliejus tinka ne tik blakstienų, bet ir antakių plaukelių augimui spartinti. Patepkite plaukelius šiltu aliejumi ir leiskite įsigerti.



Atėjus brandai nustojo dažytis

Buvęs modelis ir aktorius Marius Jampolskio žmona **RENATA JAMPOLSKĖ** (29) džiaugiasi ramiu šeimyniniu gyvenimu ir kasdieniais vyro komplimentais. Ji atskleidžia, kada savo vyrui yra gražiausia, kaip rūpinasi savo išvaizda, taip pat išduoda, be ko negali išėiti iš namų.

Paaugliškos užgaidos

Makiažas mane pradėjo dominti, kai buvau 15 metų. Tai buvo pirmieji bandymai atrasti save, noras greičiau užaugti ir tapti moterimi. Būdamą 16-os dažiausi gan ryškiai, o dabar, kai tapau moterimi, beveik nesidažau. Net eidama į vakarėlį naudoju tik pagrindines priemones: pudrą, blakstienų tušą, lūpų dažus. Manau, užaugau. *(Juokiasi.)* Dabar man malonu, kai parduotuvėje manęs papraso parodyti dokumentus. Kadangi savo vyro Marius komplimentų sulaukiu kasdien, o dažausi tik retkarčiais, eidama į svarbius renginius, galiu daryti prielaidą, kad ir jam labiausiai patinku, kai atrodau natūraliai. *(Šypsosi.)*

Kūniui ir sielai

Manau, makiažas nėra svarbiausias moters grožio ritualas, tačiau kiekviena turi save prižiūrėti. Savo grožį neretai patikiu profesionalams: kas mėnesį lankausi pas plaukų stilistą, manikiūro specialistą. Žinoma, pasidažyti ar susišukuoti lengvai galiu pati, tačiau, tarkim, ilgalaikio manikiūro pati niekaip nepasidaryčiau. Mano grožio procedūros priklauso nuo sezono: žiemą daugiau dėmesio skiriu plaukams, odai, o vasarą – manikiūru ir pedikiūru. Kadangi nemėgstu masažų ar viešų baseinų, kurie neatrodo labai higieniški, man geriausias atsipalaidavimas ir SPA – šilta vonia su burbuliukais namuose.

10 buteliukų - mažai

Nueiti susitikti su draugais ar panašiai galiu ir nepasidažiusi, tačiau negaliu išėiti iš namų nepasikvėpinusi. Kiek tik save pamenu, visuomet mėgau kvėpalus, prašydavau jų gimtadienio proga ar laukdavau iš Kalėdų Senelio. Dabar mano lentynėlėje 10 buteliukų, tačiau tai nėra daug, vienu metu turėjau net 37. Žinoma, kvapai labai priklauso nuo sezono. Vasarą labiausiai mėgstu gavius, lengvus kvapus, o žiemą – moteriškesnius, sunkesnius, pavyzdžiui, „Cartier“, kuriuos neseniai padovanojo vyras, „Giorgio Armani“, „Givenchy“. Kvėpalai man kur kas svarbesni nei makiažas.

RENATOS FAVORITAI

- **Kosmetikos priemonės, kurios visada rankinėje:** lūpų balzamas, blakstienų tušas ir pudra.
- **Pati svarbiausia kosmetikos priemonė:** blakstienų tušas.
- **Kvėpalai:** „Cartier“.

Puslapius parengė Eimantė JURŠĖNAITĖ

Priklausomybė nuo saldumynų ir naktipiečių. Kas ją sukelia?

Traškūs grūdų batonėliai, juodasis šokoladas, kai kuriems - guminukai. Visi turime maisto produktų, kuriems jaučiame ypatingą silpnybę. Bėda ta, kad vieni moka savo silpnybėms atsisipirti, o kiti - ne. Apie priklausomybę nuo maisto „Laisvalaikis“ kalbėjosi su psichologe-psichoterapeute **MARIJA VAŠTAKĖ**.

Ringailė STULPINAITĖ

- Priklausomybė nuo maisto - ar tai reali problema?

- Priklausomybė nuo maisto šiuo metu yra labai aktuali tema. Mes neretai esame draskomi konflikto: maisto pramonė mums siūlo naujus produktus, produktų reklamos rėkte rėkia „paragauk mane“, „suvalgyk mane“, bet tuo pat metu ant žurnalų viršelių puikuojasi liekni žmonės, kurie yra laimingi, lydimi sėkmės, patrauklūs. Priklausomybė - tai reiškinys, kai žmogus tampa priklausomas, valdomas, praranda kontrolę ir saiką. Priklausomybę nuo maisto ar atskirų jo produktų, pavyzdžiui, saldumynų, galima apibūdinti kaip sutrikusį santykį su maistu. Maistas užima nemažą dalį mūsų gyvenimo ir jis tenkina ne tik fiziologinius mūsų poreikius. Su maistu mes kontaktuojame įvairiais pojūčiais: uostome jį, liečiame, ragaujame, girdime jo garsą valgydami. Maistas užpildo ne tik skrandį, neretai jis teikia teigiamų emocijų, pakelia nuotaiką, suteikia saugumo jausmą, mažina nerimą. Per maistą jaučiame, kad priklausome tam tikrai žmonių grupei, palaikome socialinius kontaktus (dalykiniai pietūs, derybos). Valgytas su kitais nuo senų laikų laikomas draugiškumo, bendrumo užmezgimu, o atsisakymas valgyti kartu rodo distanciją, nepriėmimą, atstūmimą.

IŠ MAISTINIŲ MEDŽIAGŲ DAŽNIAUSIAI PRIKLAUSOMYBĘ SUKELIA CUKRUS, O JO JUK YRA VISUR: KEPINIuose, DRIBSNIuose, PUSFABRIKAČIuose, VAIKŲ MAISTELYJE, GAZUOTUOSE GĖRIMUOSE IR T.T.



ŽMONĖS, KURIE DIRBA LABAI ĮTEMPTĄ DARBĄ, ATĖJĘ NAMO ĮTAMPAI MALŠINTI UŽKANDŽIAUJA, NES VALGYMAS YRA VIENAS IŠ BŪDŲ NUSLOPINTI ĮTAMPĄ

- Ar tikrai egzistuoja ir priklausomybė nuo saldumynų?

- Priklausomybė nuo saldumynų tapo viena populiariausių temų, kalbant apie priklausomybes, ypač nuo maisto. Mokslininkai neretai žmones, jaučiančius ypatingą potraukį saldumynams, vadina „narkomanais“, nors tarp šių priklausomybių yra esminiai skirtumai. Narkotikai - tai medžiagos, kurios nereikalingos organizmui, kurių reikia atsisakyti, o maistas mums gyvybiškai svarbus, jo atsisakyti neįmanoma. Todėl siekiant atsikratyti priklausomybės nuo maisto ar atskirų jo produktų reikia lavinti saiko pajautimą. Ir ne be reikalo - minutinis malonumas neretai virsta kitos „saldžiosios dozės“ noru, palikdamas pėdsakus organizme. Ne tik papildomi kilogramai, bet ir gliukozės šuoliai piktnaudžiaujantiems saldumynais kelia kitų sveikatos sutrikimų.

Suvalgius saldaus, dėl didelės sacharozės skvarbos pirmiausia poveikį patiria smegenys, todėl mažėja nerimas, įtampa, atsipalaiduojama. Vėliau gliukozė pasiekia raumenis, inkstus ir kitus organus. Patekus cukrui į organizmą, išsiskiria insulinas. Jis cukrų pašalina iš kraujo, todėl greitai atsiradęs poveikis greitai ir išnyksta. Jaučiame angliavandenių badą, norisi tai pakartoti vėl. Taip patenka į užburtą ratą, ir tai jau pirmas žingsnis priklausomybės link.

- Kokie produktai mums pavojingiausi?

- Iš maistinių medžiagų dažniausiai priklausomybę sukelia cukrus, o jo juk yra visur: kepiniuose, dribsniuose, pusfabrikačiuose, vaikų maistelyje, gazuotuose gėrimuose ir t.t. Cukrus veikia žmogaus psichiką - pakelia nuotaiką, mažina nerimą, depresinę simptomatiką. Galima sakyti, jis veikia kaip antidepresantas. Cukrus sukelia energijos antplūdį, neretai tampa „dopingas“. Šokoladas - tai antaras pagal populiarumą produktas, sukeliantis

- Kokie produktai mums pavojingiausi?

- Iš maistinių medžiagų dažniausiai priklausomybę sukelia cukrus, o jo juk yra visur: kepiniuose, dribsniuose, pusfabrikačiuose, vaikų maistelyje, gazuotuose gėrimuose ir t.t. Cukrus veikia žmogaus psichiką - pakelia nuotaiką, mažina nerimą, depresinę simptomatiką. Galima sakyti, jis veikia kaip antidepresantas. Cukrus sukelia energijos antplūdį, neretai tampa „dopingas“. Šokoladas - tai antaras pagal populiarumą produktas, sukeliantis

kurį žinda kūdikis, yra salstelėjęs. Kol vaikas žinda, jis jaučiasi saugus, ramus. Panašiai mes galime jaustis suvalgę ką nors saldaus. Taip pat, prisiminkite, turbūt ne vieną iš mūsų tėvai apdovanodavo už gerus darbus saldiniu ar kitu skanėstu. Tačiau pomėgis valgyti saldumynus gali būti tiesiog pomėgis: jei žmogus suvalgo desertą ir sustoja, jo nepersekioja mintys apie saldumynus, jis nejaučia ypatingos traukos saldėsiams, gali jiems atsisipirti ir sustoti valgydamas, tai nėra priklausomybė.

- Kokius žmones labiausiai traukia įvairūs saldėsių? Ir kodėl vieni jiems atsisipiria lengviau už kitus?

- Polinkis į saldumynus yra individualus. Manoma, kad saldumynų mėgėjų smegenyse mažiau išsiskiria serotonino (laimės hormono). Mano praktikoje neretai pasitaiko klientų, kurie skundžiasi, kad kaip atsipalaidavimo būdą jie pasitelkia persivalgymą saldumynais. Po tokio persivalgymo seka pažadas sau, kad tai buvo paskutinis kartas, griežtos dietos, kurių metu ribojami angliavandeniai, dėl to pajuntamas jų badas. O jei užklumpa neigiamos emocijos, nesėkmė, žmogus nutrūksta, vėl persivalgo ir vėl žada sau, kad tai buvo paskutinis kartas. Tokių paskutinių kartų būna labai daug, žmogus nusivilia savimi, pats iš to negali ištrūkti. Labai svarbu kiekvienam suprasti, kas paleidžia šį mechanizmą, dėl ko norisi saldaus, kokios emocijos yra „suvalgomos“, kas šiuo metu vyksta gyvenime, kas kankina. Kelias atsakyti į šiuo klausimus, tai ištyrinėti nėra lengvas, neretai prireikia psichoterapinės pagalbos.

- Tačiau žmonės būna priklausomi ne tik nuo saldėsių. Kiti itin mėgsta naktipiečius.

- Kartais tai būna susiję su žmogaus darbo ir poilsio režimo nebuvimu. Žmonės būna itin užimti, neranda laiko pasirūpinti savimi. Visą dieną dirba, o vakare, atslūgus įtampai, pajunta alkį. Susikaupęs per dieną alkio jausmas skatina suvartoti kur kas daugiau maisto, nei jo būtų suvalgoma įprastai, valgant keturis kartus per dieną. To pasekmė - ir svorio augimas. Kitas dalykas, žmonės, kurie dirba labai įtemptą darbą, atėję namo įtampai malšinti užkandžiauja, nes valgytas yra vienas iš būdų nuslopinti įtampą. Kitas dalykas, žmonės, kurie nesilaiko miego režimo, mažai miega, sutrikdo hormono (leptiną). Dėl to būna alkio protrūkių. Todėl patariama susitvarkyti ir normalizuoti savo režimą.

- Kaip mes išsiugdome priklausomybę nuo kavos, apskritai nuo tam tikrų maisto produktų?

- Dažniausiai priklausomybė nuo maisto - tai tik simptomas, slepiantis daug didesnes problemas. Neretai klientai atėję įvardija, kad jie turi priklausomybę nuo saldumynų, šokolado ar tiesiog be saiko valgo. Tuomet jiems atrodo, kad tai yra pagrindinė problema, ir net nenutuokia, kad tai yra tik ledkalnio viršūnė. Priklausomybė nuo saldumynų gali slėpti vidinę tuštumą, nerimą, baimes, meilės stoką. Neretai šios problemos yra išstumiamos kažkur giliai, neigiamos, slopinamos. Iš čia ir kyla priklausomybė.

- Kaip šias priklausomybes įveikti?

- Viskas, kas yra daroma be saiko, yra žalinga. Per daug rafinuotų angliavandenių - taip pat. Tai sukelia fiziologinius organizmo pokyčius, ligas. Tai gali tapti priemone neigiamoms emocijoms malšinti, įtraukti į užburtą ratą. Kaip tai įveikti, universalaus patarimo nėra. Priklausomybė atsiranda, kai yra priežastis. Kiekvieno žmogaus priežastis skirtinga. Todėl ir įveikimo būdas yra skirtingas, individualus. Tačiau, kaip minėjau, potraukis prie saldumynų slepia gilesnius dalykus, ir reikia juos nuodugniai ištyrinėti, suprasti tikrąsias priežastis. Galiausiai visuomet galima kreiptis į specialistus.



Psichologė-psichoterapeutė
Marija Vaštakė

Jų jaunystės receptas

Kiekviena tauta, kurioje gausu šimtamečių, turi savų ilgaamžiškumo receptų. Kiekvienoje šalyje jie yra skirtingi, kartais net priešingai. Vieni iš jų „tinka“ tik vietos gyventojams, kiti yra universalūs, juos gali prisitaikyti kitų tautų atstovai.



Japonija

Vidutinė gyvenimo trukmė - 81 metai (ilgiausia pasaulyje). Iki 1941 m. japonai vidutiniškai gyvendavo vos per 40 metų, padėtis visiškai pasikeitė po karo. Ilgaamžiškumo paslaptimi laikomi jūrinis klimatas, maisto racionas, kuriame vyrauja patiekalai iš sojų, gerinančių kaulų būklę ir užkertančių kelią širdies ligoms, žalioji arbata, aktyvinanti medžiagų apykaitą, ir jūrų gėrybės, praturtinančios organizmą jodu ir fluoru. Statistinės duomenimis, šioje šalyje tik 3 proc. žmonių turi antsvorio.

Patarimas: įtraukite į savo valgiaraštį žaliąją arbata, sojas ir žuvį - tik ne žalią, kuri gali būti užkrėsta parazitais.

Prancūzija

Vidutinė gyvenimo trukmė - 77,7 metų. Įdomu, kad prancūzų racione gausu produktų, kurie tradiciškai yra laikomi kenksmingais - sūris, grietinė, mėsa, įvairūs paštetai, vynos. Prancūzai valgo labai saikingai, porcijos šalies restoranuose yra pastebimai mažesnės nei kitose šalyse. Prancūzijoje yra įprasta valgyti lėtai.

Patarimas: neskriauskite organizmo, atimdami iš jo skanų maistą ir niekada nevalgykite skubėdami! Mėnesį maitinantis lėtai, su pasimėgavimu, galima numesti 4-5 kg nereikalingo svorio (organizmas spėja pasisotinti mažesniu maisto kiekiu).

Skandinavija

Vidutinė gyvenimo trukmė - 75-78 metai. Tradiciškai įsivaizduojama, kad atšiaurus klimatas ir trumpa vasara neprisideda prie ilgaamžiškumo, tačiau skandinavams tai, regis, nė motais. Jų ilgo gyvenimo paslaptis yra įvairių rūšių riebi žuvis. Žuvyje esantys riebalai apsaugo širdį, kraujagysles, sąnarius ir lėtina Alzheimerio ligos išsivystymo procesą. Įdomi padėtis yra Suomijoje: 8-ojo deš. pradžioje šalis užėmė pirmąją vietą pasaulyje pagal mirčių nuo širdies ligų skaičių. Problema buvo išspręsta propaguojant mankštą gryname ore - statistikos duomenimis, 70 proc. suomių aktyviai sportuoja.

Patarimas: valgykite žuvį ir sportuokite lauke, o ne salėje.

Italija

Vidutinė gyvenimo trukmė - 77 metai. Italai - vieni iš smarkiausių rūkalių Europoje, bet kartu Apeninų pusiasalio gyventojai mažai serga širdies ir kraujagyslių ligomis bei vėžiu. Ilgaamžiškumo paslaptis - švelnus jūrinis klimatas, aštrūs raudonieji pipirai ir stiprūs giminytės sėklai.

Patarimas: neužsisklęskite savyje ir nepasinerkite visa galva į darbą!

Kuba

Vidutinė gyvenimo trukmė - 76 metai. Šalyje, kurioje pagrindiniai maisto produktai parduodami pagal korteles, o gyventojai rūko stipriausius cigarus ir litrais maukia kavą, ilgaamžių būti neturėtų. Bet Kuboje yra įdiegta viena iš efektyviausių sveikatos apsaugos sistemų, be to, kubiečiai - optimistai.

Patarimas: depresija yra kenksminga, todėl nesutelkite viso dėmesio į nesėkmes.

Šifruojame organizmo siunčiamus signalus

Organizmas mums visada siunčia signalus - tereikia mokėti įsiklausyti į juos ir padaryti išvadas. Kad būtume sveiki ir gyvybingi.

Dilgčiojimas kojose ir rankose

Kartais ilgai sėdime viena poza, o atsistoję jaučiame, kad kojos arba rankos apmirė. Bet pradėjus judėti nutirpimas po truputį praeina. Ši visiems pažįstama būseną vadinasi parestezija. Jai būdingas dilgčiojimas ir pojūtis, kad „bėgioja skruzdėlės“. Apmirimas ir jautrumo sutrikimas vyksta dėl paviršinio nervo dirginimo jį spaudžiant arba laikinai sutrikus rankų ir kojų kraujotakai. Atkreipkite dėmesį: jei nutirpimas trunka ilgiau, tai rimta priežastis kreiptis į neurologą. Chroniška parestezija gali būti požymis, kad yra pažeistos įvairios nervų sistemos dalys.

Voko trūkčiojimas

Sėdite prie kompiuterio, skaitote arba šnekatės, ir staiga akis ima savaime trūkčiuoti. Ši būseną vadinasi blefarospazmas - voko

raumenų nevalingas susitraukimas. Jo priežastis gali būti stresas, nuovargis ir didelis kofeino kiekis. Šis nemalonumas paprastai būna nepavojingas ir praeina savaime. Kad spazmai nesikartotų, pašalinkite streso priežastį ir būtinai miegokite ne mažiau kaip 8 val. per parą.

„Pabaisa“ pilve

Pilvo urzgimas gali jus užklupti netinkamiausią akimirką - per susirinkimą arba romantišką pasimatymą. Kartais ši „pabaisa“ riaumoja taip, kad, regis, girdėti per kilometrą!

Pilvo gurgimą sukelia skrandžio ir plonosios žarnos raumenų susitraukinėjimas. Jiems vykstant, skrandžio turinys slankioja aukštyn žemyn ir maistas sutrinamas į vienalytę košę, kuri vadinasi chimusas. Kai esame alkani, o skrandyje tuščia, chimusas, du-

jos ir oras pradeda judėti, pilve sukeldami triukšmą. „Pabaisą“ pamaitinus, garsai iškart nuslopsta. Kartais raumenų susitraukimai būna atsitiktiniai, nesusiję su alkio jausmu. Jei pilvas gurgia ir prieš valgant, ir po valgio, ko gera, turite virškinimo problemų. Keiskite mitybą, pasitikrinkite žarnyną ir skrandį.

Degantys skruostai

Kiekvienam iš mūsų yra tekę atsidurti nepatogioje padėtyje. Be padažnėjusio širdies plakimo, tikriausiai kyla pojūtis, kad skruostai liepsnoja. Kai kurių žmonių skruostai išties tampa burokiniai, o tai dar daugiau didina nesmagumo jausmą.

Kai varžomės ar gėdijamės, širdis plaka dažniau ir į veidą priplūsta kraujas, todėl skruostai ir ausų galiukai parausta. Beje, puikus būdas sumažinti nuorauđį - tą akimirką, kai jaudinatės, įsivaizduoti, jog esate saugioje, jūsų mėgstamoje vietoje. Mintimis persikelkite į ramų kempelį, ir jaudulys būtinai sumažės.

Puslapius parengė Milda KUNSKAITĖ

Išdalyti futbolo „Oskarai“

Ciuriche (Šveicarija) pirmadienį per „Auksinio kamuolio“ apdovanojimų ceremoniją iškilmingai įteikti prizai geriausiems pasaulio futbolininkams ir treneriams - jie nugalėjo Tarptautinės futbolo federacijos (FIFA) kartu su Prancūzijos žurnalu „France Football“ surengtuose rinkimuose.



Vokietijos rinktinės treneris Joachimas Liovas (Joachim Loew)

GERIAUSIAS FUTBOLININKAS. 2014 metų geriausių pasaulio futbolininku išrinktas Portugalijos rinktinės ir Madrido „Real“ (Ispanija) klubo puolėjas Krištianas Ronaldas (Cristiano Ronaldo, 29). K. Ronaldui įteiktas „Auksinis kamuolys“. Portugalų futbolininkas laureatu tapo trečią kartą. Jis geriausių pasaulio futbolininku buvo išrinktas ir 2008 bei 2013 metais. K.Ronaldas surinko 37,66 proc. balsų.

ANTRAS liko 2009-2012 metų laureatas argentinietis Lionelis Mesis (Lionel Messi, „FC Barcelona“, Ispanija), surinkęs 15,76 proc. balsų.

TREČIAJĄ VIETĄ užėmė Vokietijos rinktinės vartininkas Manuelis Nojeris (Manuel Neuer, Miuncheno „Bayern“, Vokietija), kuriam atiteko 15,72 proc. balsų.

GERIAUSIA FUTBOLININKĖ. 2014 metų geriausia pasaulio futbolininkė išrinkta 26-erių vokiečių Nadinė Kesler (Nadine Kessler, 17,52 proc.). Ji prano brazilę Martą (14,16 proc.) ir amerikietę Ebę Vombak (Abby Wambach, 13,33 proc.).

GERIAUSIAS TRENERIS. Geriausių vyrų futbolo treneriu išrinktas pasaulio čempionės titulą iškovojusios Vokietijos rinktinės strategas Joachimas Liovas (Joachim Loew), o geriausiu moterų futbolo treneriu tapo su „VfL Wolfsburg“ (Vokietija) klubu moterų Čempionų lygoje triumfavęs Ralfas Kelermanas (Ralf Kellermann).

GRAŽIAUSIAS ĮVARTIS. Už gražiausią įvartį apdovanotas Kolumbijos rinktinės saugas Chamesas Rodriguesas (James Rodriguez).



Geriausia futbolininkė - vokiečių Nadinė Kesler (Nadine Kessler)

Geriausius futbolininkus apklausoje rinko 181 nacionalinių komandų treneris, 182 kapitonas bei 181 futbolo apžvalgininkas.



Vokietis Filipas Lamas (Philipp Lahm) su žmona Klaudivja (Claudio)



Argentinijos futbolininkas Lionelis Mesis (Lionel Messi) su drauge Antonela (Antonella)



Krištianas Ronaldas su sūnumi Krištianu (Cristiano Jr), mama Marija Dolores (Maria Dolores) ir broliu Hugo (Hugo)



Kolumbijos futbolininkas Chamesas Rodriguesas (James Rodriguez) su žmona Daniela



Serdžio Rambs (Sergio Ramos) su drauge Pīlar (Pilar)



Krištianas Ronaldas (Cristiano Ronaldo) trečią kartą išrinktas geriausiu pasaulio futbolininku

GERIAUSI PASAULIO FUTBOLININKAI

- 1991 - Lothar Matthaeus (Vokietija/Milano „Inter“)
- 1992 - Marco van Basten (Olandija/„AC Milan“)
- 1993 - Roberto Baggio (Italija/Turino „Juventus“)
- 1994 - Romario (Brazilija/„FC Barcelona“)
- 1995 - George Weah (Liberija/„AC Milan“)
- 1996 - Ronaldo (Brazilija/„FC Barcelona“)
- 1997 - Ronaldo (Brazilija/Milano „Inter“)
- 1998 - Zinedine Zidane (Prancūzija/Turino „Juventus“)
- 1999 - Rivaldo (Brazilija/„FC Barcelona“)
- 2000 - Zinedine Zidane (Prancūzija/Turino „Juventus“)
- 2001 - Luis Figo (Portugalija/Madrid „Real“)
- 2002 - Ronaldo (Brazilija/Madrid „Real“)
- 2003 - Zinedine Zidane (Prancūzija/Madrid „Real“)
- 2004 - Ronaldinho (Brazilija/„FC Barcelona“)
- 2005 - Ronaldinho (Brazilija/„FC Barcelona“)
- 2006 - Fabio Cannavaro (Italija/Madrid „Real“)
- 2007 - Kaka (Brazilija/„AC Milan“)
- 2008 - Cristiano Ronaldo (Portugalija/„Manchester United“)
- 2009 - Lionel Messi (Argentina/„FC Barcelona“)
- 2010 - Lionel Messi (Argentina/„FC Barcelona“)
- 2011 - Lionel Messi (Argentina/„FC Barcelona“)
- 2012 - Lionel Messi (Argentina/„FC Barcelona“)
- 2013 - Cristiano Ronaldo (Portugalija/„Real“)
- 2014 - Cristiano Ronaldo (Portugalija/„Real“)

Parengė Jurga DRUNGILAITĖ

Labiausiai paplitę *mitai apie seksą* (2)



Praėjusiame numeryje „Laisvalaikis“ pristatė pirmąją temą apie labiausiai paplitusius sekso mitus dalį. Šį kartą skaitytojams pristatoma antroji dalis, apie tai, kaip iškreiptai tie mitai veikia mūsų sąmonę ir gyvenimą. Kodėl manoma, kad seksas sutvirtina vyro ir moters ryšius, apsaugo nuo ligų ar kitų negalavimų? Apie tai „Laisvalaikis“ kalbėjosi su psichologe **RAMUNE ŽELIONIENE**.

Ringailė STULPINAITĖ

1. Seksas sustiprina santuoką, draugystę.

Šiais laikais vis dažniau žmonės mylisi su visai nepažįstamais arba mažai pažįstamais žmonėmis. Apsisaugojimo priemonių bumas žmonėms suteikė visas galimybes netrukdomai ištvirkauti. Nuo sekso gali prasidėti draugystė, o gal net ir santuoka. Vis dėlto jei norime sąmoningo gyvenimo, turime suprasti, kad visavertis mylėjimasis įmanomas tik esant darniems santykiams. Visų pirma santykius reikia sukurti, pažinti vienas kitą, išmokti pasitikėti vienas kitu, suprasti, ar šis žmogus tinkamas gyvenimui, reikia patirti daug visokių situacijų. „Retai kas susimąsto, kad intymių santykių dermė daro mažiausią įtaką santykių darnai, gerovei, ilgaamžiškumui. Moterys, būdamos emocingos, visai nenori mylėtis, kai konfliktuoja su vyru, jaučiasi nemylimos, negauna pakankamai dėmesio. Vyras turėtų gerbti tokį atsitolinimą ir stengtis artėti prie švelnių savo antrųjų pusių. Dažnai moterys skundžiasi, kad vyrai manipuliuoja: aš vyras, man reikia sekso, tad pasistenk, arba aš turėsiu ieškoti kitų išeičių. Tai tiesiog primityvu. Bet jei moteriai toks vyras tiko santuokai, tai belieka pasistengti pakeisti įpročius. O vyrai yra labai paslankūs, tik reikia išbandyti konkrečiam vyrui tinkamus būdus ir duoti sau bei jam laiko“, - pasakojo R.Želionienė. Svarbu paaiškinti vyrui, kad moteris jo neatstumia, tiesiog dabar negali nuoširdžiai atsiduoti, nepasiruošusi atviriems santykiams. Net jei vyras nesupras, moteriai nevalia savęs prievartauti. Taip pat nevertėtų mylėtis po barnio, konflikto.



Psichologė
Ramunė
Želionienė

2. Seksas apsaugo nuo įvairių intymių negalavimų.

„Teko girdėti moteris guodžiantis, kad vyrai teigia, jog susijaudinus, bet nepasimylėjus jiems skauda jų lytinį organą. Ką gi, lai mažiau jaudinasi. Ir moterys lai mažiau juos gundo, lai nevilioja, jei nenusiteikusios vilionių pratęsti. Mat vyras, kuris neturi tvirtos valios, negali pademonstruoti didelės savikontrolės, todėl žaisti su ugnimi nerekomenduojama. Vis dėlto tenka pripažinti, kad prostatos negalavimai susiję su fiziologija, kuri priklauso nuo psichologinių momentų. Pvz., vyrui, kuris nesijaučia geru vyru, kuris abejoja savo sugebėjimu tinkamai išlaikyti save ir savo šeimą, gali būti būdingas pirmalaikis sėklos išsiliejimas. Kitaip tariant, vyras, kuris kaip vyras jaučiasi blogai, sunkiai suvaldo ir savo lytinį organą, jam būdingos sutrikusios funkcijos“, - tikino psichologė. Potencijos sumažėjimas siejamas su vyriškųjų hormonų sumažėjimu. O kiek daug moterų girdi, kad jos nemoka tinkamai sujaudinti vyrų. Intymios kūno dalies negalavimai siejami su netinkamu tos kūno dalies naudojimu arba jos resursų išsekimo. Tai galioja ir vyrams, ir moterims. Žmonėms trūksta žinių, todėl labai lengva įtikėti įvairiomis pasakomis. Kuris žinoti, kad vyras, kuriam daug metų ir vyras negalėti mylėtis, yra visiškai sveikas vyras. Jam jau

ne laikas mylėtis. Ką sako „šiuolaikiniai“ daktarai? Jums sutriko potencija ir pan. Niekas nesutriko, žmogus sensta, o senas žmogus neskirtas mylėtis. Jis turi kitus gyvenimo tikslus.

3. Seksas sutvarko moters ciklą.

Moters ciklas pastovus tuomet, kai moteris yra laiminga. O moteris laiminga tada, kai visuose keturiuose lygiuose - fiziniame, emociniame, dvasiniame ir intelektualiniame - yra darna. „Nesutikau nė vienos moters, kuri laiminga tik todėl, kad gali mylėtis, kada nori, kaip nori ir su kuo nori. Moters laimę garantuoja jos pasaulėžiūra, hormonų pusiausvyra, meilė sau ir dar daug kitų dalykų. Visi keturi lygiai papildo vienas kitą, todėl fiziologinė sveikata labai priklauso nuo kitų moters gyvenimo sričių. Kai moteris nepriima savo unikalios moteriškumo, kai moteris elgiasi kaip vyras, gyvena labiau kaip vyras, jai tenka patirti daug įtampos darbe, namuose, jai tenka daug, ilgai ir sunkiai dirbti, kai moteris vengia dėvėti laisvus drabužius, sijonus, dažnai šaldo save trumpais sijonais, nepaiso savo kūno ženklų, pasižymi netvarkingumu intymiu gyvenimu, dažnai keičia partnerius ir dar daugybė kitokių kriterijų, moteris neturi pastovaus ciklo, dažnai kankinasi dėl skausmingo PMS“, - sakė R.Želionienė. Senoliai pataria nesimylėti moteriai tol, kol ciklas neatsikuria. Šiais laikais mes vėl painiojame priežastis su pasekmėmis, klaidinamės ir dar labiau save žalojame. Ypač įvairiomis kontraceptinėmis priemonėmis, kurios sunaikina moters organizme natūralų gyvybės kūrimo ciklą ir daro moterį visada prieinama seksui patele.

4. Seksas gerina miegą.

Pasak psichologės, jei seksą naudojame kaip priemonę įtampai mažinti, stresui numalšinti, miegui pagerinti, mes mažai kuo skiriamės nuo garsaus mokslininko Pavlovo tiriamųjų. Sąmoningas žmogus normaliu atveju ramiai užmiega tada, kai jo sąžinė ramia, kai jis laimingas, kai jis įgyvendino savo dienos uždavinius. Nemigą sukelia nerimas ir daugybė kitų priežasčių, kurių sprendimas niekaip nesusijęs su mylėjimusi. Kokie gi tie vyrai ir moterys? Seniai žinoma, kad pasimylėjus moteriai dar norisi atvirai bendrauti, ji tarsi gelė atsiveria, jai dar norisi švelnumo ir pan. Vyro psichika sukurta taip, kad

jis po mylėjimosi labiausiai nori atsipūsti, t. y. vyras išnaudojo daug energijos ir jam reikia atgauti jėgas. O miegas yra vienas puikiausių būdų atkurti organizmo fizinę pusiausvyrą. Seksas nei gerina, nei blogina miegą. Tiesiog vyrai ir moterys yra skirtingi. Pavargęs vyras puikiai miega ir be sekso. Tad jei norite gerai miegoti, geriau pavargti įgyvendinant savo gyvenimo tikslus.

MEGAS YRA VIENAS PUKIAUSIŲ BŪDŲ ATKURTI ORGANIZMO FIZINĘ PUSIAUSVYRĄ. SEKSAS NEI GERINA, NEI BLOGINA MIEGĄ

5. Pastovus seksas apsaugo nuo nevaisingumo.

R.Želionienė įsitikinusi, jog seniai seniai, kai vyrai buvo vyrais, o moterys buvo moterimis, partneriai susilaikydavo nuo intymių santykių tam, kad galėtų pradėti vaikelių stiprybę. Todėl vyras ir moteris sąmoningai atsisakydavo mylėtis metus, kad galėtų atiduoti vaikeliui visas savo jėgas, stiprybę. Kas nutiko šiuolaikinei medicinai - nežinia. Bet kai kurie mitai tiesiog prajuokina, ir nieko daugiau. „Jei norite būti vaisingi, aukite, bręskite, išsirinkite tinkamą partnerį, sukurkite šeimą, turėkite vaikų, juos auginkite, jais rūpinkitės, o kai vaikai užaugs, daugumai jūsų bus nebeaktuali vaisingumo-nevaisingumo tema, nes nebus poreikio ką nors apvaisinti. Žmogus, kuris sulaukęs 40 metų, leidžia sau išsiskirti, turi labai gerai įvertinti save: ar pajėgs jis pagal metus būti aktyviu visaverčiu partneriu dažnai pageidaujama jaunesnei moteriai. Su šia dilema susiduria vyrai. Štai kodėl įvairių skatinamųjų preparatų pramonė klesti. Moterims yra lengviau. Mat jų aktyviausias poreikis intymiems santykiams prasideda sulig 30 gimtadieniu ir ties 37 gyvenimo metais pasiekia piką“, - aiškino psichologė. Tad moterys tarsi gali sau leisti tuoktis su jaunesniu vyru. Būkime atsakingi savo gyvenime ir priimkime atsakingus sprendimus, kad nereikėtų įtikėti įvairiausiais mitais apie intymų gyvenimą ir intymias kūno dalis.

Kas vyksta Žemės viduje

Kad mūsų planetos viduje yra metalinis branduolys, jau 1692 m. spėjo astronomas Edmundas Halis (Edmond Halley), atradęs kometa, vėliau pavadintą jo vardu (Halio kometa). Tokią išvadą mokslininką vertė daryti faktas, kad Žemė turi magnetinį lauką ir kad jis juda vakarų kryptimi. Bet svarių įrodymų E.Halis tuo metu neturėjo. Dabar juos pateikė geofizikai iš Lidso universiteto ir išaiškino giliai Žemės gelmėse vykstančio proceso mechaniką.

Jei tikėsime naujausiais duomenimis, mūsų planeta turi du branduolius. Pačiame jos centre yra kietas geležinis branduolys - vadinamasis vidinis. Jį supa skystas išsilydžiusios geležies branduolys - išorinis. Abu jie sukasi, bet labai sudėtingai. Vidinis, kietasis branduolys sukasi iš vakarų į rytus, kaip ir Žemė, bet greičiau už ją. Jis visą apsisukimą padaro dviem trečdaliais sekundės anksčiau už planetos paviršių. Vidinis - skystasis - branduolys sukasi į kitą pusę, tai yra iš rytų į vakarus.

Pirmą kartą šiuos branduolių sukimosi ypatumus prieš 10 metų pastebėjo Kolumbijos universiteto mokslininkai. Britų specialistai rėmėsi kolegų tyrimais ir atliko savo, naudodami pastarųjų 50 metų duomenis apie seismines bangas. Modeliuojama buvo Šveicarijos federalinio technologijos instituto geofizikos centro superkompiuteriu. Pasak britų geofizikų vadovo dr.Filipo Laivmoro (Philip Livermore), kietąjį vidinį branduolį veikia Žemės magnetinis laukas, išorinis branduolys priešinasi. Kilusi atoveiksmio jėga jį stumia į kitą pusę. Toks yra fenomenas mechanizmas, kuris kai kada - neprognozuojamai - keičiasi, o tai kelia tam tikrų bėgštamų dėl potencialios žalos biosferai.

Ištyrę uolienų, kurioms uždeda atspaudą Žemės magnetinis laukas, būklę, mokslininkai nustatė, kad maždaug prieš 3 tūkstančius metų branduoliai sukosi į kitą pusę: vidinis - iš rytų į vakarus, išorinis - iš vakarų į rytus. O magnetinis laukas dreifavo į priešingą dabartinei pusę. Laimė, jokie globaliniai kataklizmai keičiantis sukimosi kryptį nevyko, bent jau netolimoje praeityje nieko tokio nebuvo pastebėta. Galbūt Žemės gelmėse vykstantys procesai ne taip stipriai veikia žmoniją, kaip kai kas mano. Nors be magnetinio lauko, kurio formavimąsi šie procesai veikia, gyvenimas Žemėje būtų ne toks malonus kaip dabar. Juk tas laukas apsaugo nuo kartais pražūtingų kosmoso spindulių.



EPA-Eltos nuotr.



Įdomūs faktai *iš viso pasaulio*

Apie gamtą

- Būna upių be vandens, ir jų ne taip jau maža. Daugiausia jų pasitaiko dykumose: vanduo šių upių vagose pasirodo tik lyjant, o kitu metu jos yra tiesiog sausi grioviai.
- Mėlynojo deimanto iš filmo „Titanikas“ vaidmenį atliko visai kitas brangakmenis - tanzanitas. Vienintelė pasaulyje šių akmenų radimvietė - netoli Kilimandžaro šlaitų Tanzanijoje, kur jį aptiko medžiotojai masajai. Kurį laiką šis brangakmenis buvo pigesnis mėlynų safyrų pakaitalas.
- Perlas užauga kriauklėje ne tik dėl atsitiktinai ten patekusios smiltelės. Perlo kilmė gali būti ir ne tokia romantiška. Gražiausias perlas - tai perlamutrinis kirmino sarkofagas. Perlas gimsta, kai kriauklytėje miršta mažytis parazitas, prasibrovęs ten užkūsti midijos mėsos.
- Tinginiai beveik visą gyvenimą kybo medžiuose nugara žemyn. Jų vidaus organai yra išsidėstę visiškai kitaip nei daugelio žinduolių. Šių gyvūnų kepenys pasuktos į nugarą, blužnis yra iš dešinės, o ne iš kairės. Dvipirščiai tinginiai turi 6-7 kaklo slankstelius, o tripirščiai tinginiai - 9 (tai rekordas tarp žinduolių). Krūtininių slankstelių gali būti iki 25! Tai yra būtina vidaus organams iš nugaros pusės prilaikyti, juk jei ties pilvo ertme nebus šonkaulių, žarnynas nukars, nes tinginio nugaros ir juosmens raumenys yra labai silpni. Kadangi prisieina kyboti beveik visą gyvenimą, jų kaklo, pečių ir klubų raumenys yra gerai išsivystę.

Apie papročius

- Pagal britų jūrų laivyno įstatymus laidojant jūroje kūnas būdavo užsiuvas maiše. Paskutinis dygnis turėjo būtinai būti pervertas per velionio lūpas, norint įsitikinti, kad žmogus tikrai mirė.
- Tradicija susidaužti taurėmis atsirado viduramžiais, kai rizika, kad puotaujant į indą su gėrimu bus įberta nuodų, buvo tikrai didelė. Todėl siekdami apsisaugoti žmonės savo puodeliais trinksėdavo į svetimus, kad gėrimas, išsiliejęs per kraštus, susimaišytų su jų gėrimu. Tai buvo garantija, kad niekas iš puotos dalyvių nėra nuodytojas, priešingu atveju nuodų tektų ir jam pačiam.
- Spausti ranką sveikinantis anksčiau buvo gyvybiškai būtina, tai garantavo saugumą. Senovės žmonės susitikę rodydavo vieni kitiems delnus, taip demonstruodami, kad rankose neturi jokie ginklo. Tačiau Romos imperijos laikais parodyti delnų nebeužteko, nes daug kas galėjo durklą slėpti rankovėje. Būtent todėl Romos ir aplinkinių teritorijų gyventojai susitikę pradėjo spausti vieni kitų riešus, laikydami rankas ties juosmeniu ir tikrindami, ar žmogus neturi durklo.

Apie maistą ir gėrimus

- Pirkinių vežimėlių, tokį naudingą apsiperkant, 1936 metais sukonstravo maisto parduotuvės „Piggly-Wiggly“ savininkas Silvanas Goldmanas. Šis pagarbos vertas žmogus išties rūpinosi pirkėjų patogumu. Ir rado būdą padėti klientui įsigyti daugiau prekių.
- Greitai paruošiami makaronai - ne mūsų laikų išradimas. Istorikai mano, kad pirmasis toks gaminytis buvo makaronai „e fu“, atsiradę Kinijoje XVI a. Išliko dokumentai, kad Jančžou mieste magistrato virėjas iš anksto pasiruošdavo smarkiai apkepintų makaronų atsargų. Prieš patiekiant jie būdavo sudedami į karštą sultinį.
- Gazuotiems gėrimams - jau apie 200 metų! Gėrimo paslaptį atskleidė britų chemikas Džozefas Pristlis (Joseph Priestley). Dž.Pristlis buvo labai įvairiapusiškas žmogus: be gamtos mokslų, domėjosi filosofija, teologija, tyrė fotosintezės procesą, atrado „linksminamašias dujas“. Daugelį atradimų padarė stebėdamas procesus, į kuriuos nekrepė dėmesio kiti tyrinėtojai. Taip atsitiko ir su gazuotais gėrimais.
- „Kruvinoji Meri“, vienas iš garsiausių kokteilių, buvo sukurtas Paryžiuje.

Apie chirurgiją

- Senovės Romoje buvo plačiai praktikuojamos plastinės chirurgijos procedūros randams ant nugaros pašalinti. Vyrai turėti tokių randų buvo gėda, nes buvo galima pamanyti, kad žmogus mūšio metu atsuko priešui nugarą.
- Anksčiau dantų protezai buvo gaminami iš... dantų. Istorikai turi įrodymų, kad Egipte jau prieš 5 tūkstančius metų buvo rastas paprastas būdas pakeisti dantį: turtooliui būdavo įsodinamas kito žmogaus dantis, paprastai vergo arba vargšo. Faraonams būdavo naudojami implantai iš dramblio kaulo. Dirbtiniai dantys prie savų būdavo pritvirtinami aukso vielutėmis. Kitose šalyse dantų protezai senovėje būdavo gaminami iš midijų kiauto, žvėrių dantų, kvarco ir ametisto.



EPA-Eltos nuotr.

Originalus pristatymas

Biškeke (Kirgizstanas) surengta paroda „Laimingi tropikai“, kurioje originaliai pristatoma drugelių įvairovė.



Parengė Milda KUNSKAITĖ

DAINININKĖ S. BRAITMAN
RUOŠIASI KELIONEI Į KOSMOSĄ



Britų atlikėja Sara Braitman (Sarah Brightman), kurios kelionė į kosmosą planuojama šių metų rugsėjį, pradeda pasiruošimą viename iš Rusijos mokymų centrų.

Planuojama, kad atlikėja 10 dienų praleis Tarptautinėje kosmoso stotyje. S. Braitman, vaidinusi Endriu Loido Vėberio (Andrew Lloyd Webber) miuziklę „Operos fantomas“, yra visame pasaulyje žinoma atlikėja. Pirmą kartą apie kelionę į kosmosą ji prkalbo 2012 metų rugpjūtį.

Vienų pirmųjų kosmoso turistų laikomas amerikietis Denis Titas (Dennis Tito), kuris 2001 metais nuvyko į Tarptautinę kosmoso stotį (TKS) ir ten praleido 8 dienas. Ši kelionė kainavo 20 mln. dolerių (23,7 mln. eurų). Vienintelė kosmoso turistė moteris, pasiekusi TKS, yra Anušė Ansari (Anousheh Ansari), iš Irano kilusi amerikietė inžinierė. Ji keliavo 2006 metais ir už kelionę sumokėjo taip pat 20 mln. dolerių.

KOSMINĖ KAPSULĖ „DRAGON“
SUSIJUNGĖ SU ORBITINE
STOTIMI TKS

Amerikiečių bendrovės „SpaceX“ nepilotuojama kapsulė „Dragon“ sėkmingai susijungė su Tarptautine kosmine stotimi (TKS). 2,6 tonos krovinį atgabensų laivą 11.54 val. Vidurio Europos laiku nustovėre TKS roboto ranka. Susijungimo manevras sklandžiai užbaigtas 14.54 val., pranešė NASA. Kapsulė, be kita ko, atgabeno maisto kosmonautams ir mokslinės įrangos. Vasario pradžioje „Dragon“ su 1,6 tonos šukšlių ir nereikalingos įrangos grįš į Žemę.

„SpaceX“ ir NASA sudarė 1,35 mlrd. eurų sutartį, kuri numato mažiausiai 12 tokių skrydžių į kosmosą. „Dragon“ kapsulė į kosmosą iškėlė raketa nešėja.

Eltos inf.



EPA-Eltos nuotr.

Kaip atpažinti genijų, arba Kaip pastebėti genialumo potencialą

Genijais vadiname žmones, padariusiais reikšmingų atradimų kokioje nors srityje. Bet aiškių genialumo kriterijų mokslas kol kas nenustatė. Ir vis dėlto pagal kai kuriuos požymius galima numatyti, ar žmogus bent jau turi genialumo potencialą.

Iš pirmo žvilgsnio atrodytų, kad genialiu galima vadinti tą, kurio intelekto koeficientas yra itin aukštas. Bet dalykas tas, kad yra daug intelekto rūšių, pavyzdžiui, vizualinis erdvinis, kinetinis arba muzikinis, kurių neįmanoma išmatuoti standartiniais IQ testais. Toks žmogus gali atsilikti fizikoje ar matematikoje, bet būti nepaprastai gabus literatūrai, muzikai, tapybai arba dar kam nors. Specialistų manymu, genialumo prielaida gali būti nestandartinis mąstymas ir gyvenimiška išminis, kuri paprastai įgyjama kaupiant patirtį. Anksčiau buvo manoma, kad genialumas - išskirtinai įgimta savybė. Tai kokiomis savybėmis turėtų pasižymėti geniali asmenybė?

Įvairiapusisumas

Apie tokius žmones sakoma: „Talentingas žmogus visur talentingas.“ Jei pranokstate aplinkinius keliose srityse, tarkim, matematikoje, piešime ir sporte, turite daug šansų tapti genijumi. Bet kalbama būtent apie išskirtinius talentus ir įgūdžius, o ne apie šiaip gabumus.

Nepaprastas jautrumas ir imlumas

Tokie žmonės iš aplinkos gaunamą informaciją priima kur kas giliau ir subtiliau negu dauguma ir daug sėkmingiau ją apdoroja. Jie

dažnai skiria dėmesį tokiems dalykams, kuriems visi kiti tiesiog neteikia reikšmės, ir dar pasižymi puikia intuicija. Aplinkiniai tokį žmogų neretai laiko pernelyg pažeidžiamu, užsisklendusiu savyje ir nekomunikabiliu, priskirdami jį „intravertams“. Tačiau būtent šios savybės padeda itin kruopščiai analizuoti iš aplinkos gaunamus duomenis, taip pat apsaugo intraverto psichiką nuo perkrovų.

Ypatingas smalsumas

Jau vaikystėje tokie žmonės nepaprastai mėgsta klausinėti - jiems būtina apie aplinkinį pasaulį žinoti viską. Mėgstamiausias užsiėmimas būnant kokių šešerių gali būti enciklopedijos tomų skaitymas. Ką jau kalbėti apie tai, kad tokie vaikai ryte ryja įvairiausių tematikos knygas. Jie turi daugybę įvairiausių interesų, mėgsta mokytis ir paprastai baigia ne vieną aukštąją mokyklą, neskaitant įvairiausių kursų. O mokosi jie ne dėl diplomo ir profesijos, o dėl naujų žinių. Taip pat jie mėgsta keliones ir ekstremalų sportą, nes tai suteikia naujų iššūkių apie pasaulį. Tiesa, jiems nuolatos reikia patirti ką nors naujo, todėl jie neretai nepajėgia ilgai užsiimti vienos rūšies veikla, būti vienoje vietoje arba palaikyti santykius su vienu žmogumi - tokiu atveju jie jaučia nepasitenkinimą gyvenimu ir kai kada depresiją.

Perfekcionizmas

Perfekcionistai reiklūs sau ir aplinkiniams. Jie viską nuodugnai seka ir tikrina. Gali darbą perdaryti daugybę kartų, kad pasiektų idealų rezultatą, ir to paties reikalauja iš kitų, todėl su jais būna sunku. Jei toks žmogus nepasiekia tobulumo, darbą jis meta. Jis gali niekada nebaigti rašyti knygos, disertacijos, tapyti paveikslo, kurti operos, nes nežino, kaip pasiekti tobulumo, o tik šiaip geras rezultatas jam yra nepriimtinas. Bet kai kurie žmonės mokosi išnaudoti perfekcionizmo energiją ir iš tiesų pasiekia puikių rezultatų.

Kryptingumas

Geniali asmenybė geba išsikelti tikslą ir nusiteikti jį įgyvendinti. Toks žmogus negaiš laiko, jo požiūriu, neperspektyviai veiklai. Jei darbas nesiseka, jis ieškos „aplinkinių kelių“, siūlys nestandartinius sprendimus, o to gali nesuprasti aplinkiniai... Jei galutiniam tikslui pasiekti nereikia kitų žmonių dalyvavimo, jo šansai įgyvendinti sumanymus yra didesni. Tiksliai įsivaizduodamas galutinius rezultatus ir kryptingai dirbdamas, toks žmogus išties dažnai sulaukia įspūdingos sėkmės.

Suprantama, jei jūs arba kas nors iš jūsų pažįstamų atitinka vieną ar dvi čia aprašytas charakteristikas, tai dar nėra pretekstas jį vadinti geniali. Bet jei tokių savybių susikaupia bent daugiau kaip trys, jau galima susimąstyti...

Parengė Milda KUNSKAITĖ

JAV tėvai su vaikais žaidžia mažiau nei europiečiai

Tėvai Jungtinėse Valstijose ne per daugiausia mėgsta dalyvauti vaikų žaidimuose, o štai europiečiams „normalu sėdėti ant grindų su savo atžalomis ir kartu su jomis žaisti“, teigia „Lego's Future Lab“ vadovė Ana Flemert-Džensen (Anne Flemmert Jensen), atlikusi beveik dešimt metų trukusius vaikų psichologijos tyrimus.

„Amerikiečiai tėvai nemėgsta kištis į vaikų žaidimus ir yra nelinkę jiems padėti“, - sakė A. Flemert-Džensen. - Jie nori, kad jų vaikai mokėtų žaisti patys“.

O štai europiečiai tėvai, pasak „Future Lab“ vadovės, mielai įsitraukia į žaidimo procesą. „Mes matome, kad daugeliui tėvų Europoje yra visiškai normalu sėdėti ant grindų su savo vaikais ir kartu su jais žaisti“, - pastebėjo ji.

Į šių tyrimų rezultatus atsižvelgia „Lego“ rinkodaros skyrius, organizuodamas įvairių konstruktorių rūšių parodavimus atskiruose regionuose. Pavyzdžiui, JAV paprastai parduodami mažiau sudėtingi rinkiniai, nes vaikams greičiausiai teks juos surinkinėti savarankiškai, be suaugusiųjų pagalbos.

Eltos inf.



MOKSLO RAIDA GAMTA TECHNOLOGIJOS ISTORIJA VISATA



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

AR ŽINAI
KAD?

PRENUMERUOTI
PIGIAU!

WWW.ZURNALAI.LT

arba visuose Lietuvos pašto skyriuose

IDOMU

Kanados kavinių tinklas „Second Cup“ įžengė į Lietuvą



Vilniuje duris atvėrė pirmoji Lietuvoje kanadiečių kavinių tinklo „Second Cup“ kavinė.

„Savo gimtinėje Kanadoje „Second Cup“ yra tapęs prekės ženklu-ikona, kurį vartotojai sieja su šviežia, aromatinga *premium* segmento kava bei gardžiais užkandžiais. Džiaugiamės galimybe ir Lietuvoje skleisti „Second Cup“ požiūrį į kavinę kaip šiuolaikišką, jaukią, tarptautinę erdvę, kurioje malonu bendrauti ir mėgautis kokybiškos kavos vartojimo patyrimais“, - sako Lorenas Vilaminas (Laurence Villamin), „Second Cup“ franšizės Lietuvoje vadovas.

„Second Cup“ - 1975 m. Kanadoje įkurtas kavinių tinklas, franšizės pagrindu veikiantis 22 valstybėse nuo Šiaurės Amerikos iki Tolimųjų Rytų. Kanadoje veikia 349 „Second Cup“ kavinės, kuriose dirba apie 4000 darbuotojų. Savo veikloje „Second Cup“ vadovaujasi socialiai atsakingos veiklos principais, jos platinama kava turi „Fair Trade“ bei „Rainforest Alliance“ sertifikatus. „Second Cup Ltd“ akcijos kotiruojamos Toronto akcijų biržoje.

„Second Cup“ kavinė Vilniuje įsikūrusi verslo centre „3 burės“, adresu Lvovo g. 25. Į kavinę investuota 200 tūkstančių eurų. Ateityje planuojama Lietuvoje atidaryti ir daugiau „Second Cup“ kavinių.

Eltos inf.

Visuotinė pramoga



Ne tik Seulo (Pietų Korėja) gyventojai, bet ir atvykusieji iš kitų miestų, mėgsta pramogauti su visa šeima žvejojami. Tad poledinės žūklės mėgėjų ant užšalusios upės tirsta.



Pilnametystės šventė



EPA-Eltos nuotr.



Antrąjį sausio pirmadienį Japonijoje švenčiama Pilnametystės diena. Tai diena, kai vaikinai ir merginos, sulaukę 20 metų amžiaus, oficialiai pripažįstami pilnamečiais. Japonijoje tai - laisvadienis. Ši šventė oficialiai buvo įteisinta 1948 metais.

Vaikinai ir merginos, kuriems sukako 20 metų, turi atvykti į savo miesto savivaldos įstaigoje rengiamą ceremoniją „Seijin shiki“. Į šią oficialią šventės dalį visi jaunuoliai atvyksta dėvėdami tradicinius drabužius. Vaikinai kartais dėvi kimono su hakama - tai vienas formaliausių vyriškos aprangos stilių. Tačiau dabar jie dažniau renkasi vakarietiškus stilių - kostiumus su kaklaraiščiu. Merginos dėvi ypatingą kimono, vadinamą furisode. Tai kimono, kurį gali dėvėti tik netekėjusios merginos. Išskirtinis jo bruožas - itin ilgos raštuotos rankovės. Šiai šventei ypač ruošiasi merginos: eina į grožio salonus pasidaryti šukuoseną, makiažą, taip pat meldžiasi, rašo norus ir pažadus ateičiai simbolinėje „norų lentoje“.

Talismanai sustatyti

Kataras jau pasiruošė pasaulio rankinio čempionatui, vykšančiam čia nuo sausio 17-os iki vasario 1 dienos.



EPA-Eltos nuotr.

Parengė Jurga DRUNGILAITĖ

Jaunatviškasis Tartu



Tartu senamiestyje įsikūręs pagrindinis Tartu universiteto pastatas



Tartu universiteto muziejus - viduramžius menančioje katedroje. Jis interaktyvus, tad veiklos ras visa šeima
Ringailės Stulpinaitės nuotr.

TARTU UNIVERSITETAS

Tai vienas iš dviejų Tartu esančių universitetų. Jis įkurtas 1632 metais. Įspūdingai atrodančius klasikinius pagrindinio pastato rūmus galite pamatyti tiesiog vaikštinėdami po senamiestį. O šio universiteto botanikos soduose galima išvysti net pusseptinto tūkstančio augalų rūšių iš viso pasaulio. Taip pat būtina užsukti į Tartu universiteto muziejų, įsikūrusį viduramžius menančioje apgriuvusioje buvusioje katedroje. Jis bus įdomus visiems šeimos nariams. Čia puikios ekspozicijos, susijusios ne tik su universiteto istorija, bet ir su medicina, įvairiaisiais atradimais, veiklos ir bandymų kambariais vaikams.

SENAMIESTIS

Tartu senamiestis nėra didelis, bet tikrai įspūdingas, o ypač gražiai jis atrodo vakarop, kai apšviečiami sienieji pastatai. Klaidžiodami senamiesčio gatvelėmis ir kalvomis rasite Velnių ir Angelų tiltus. Sakoma, kad einant per Angelų tiltą, reikia sulaukyti orą, sugalvoti norą ir vėl pradėti kvėpuoti galima tik perėjus per tiltą. Tuomet noras išsipildys.

ROTUŠĖS AIKŠTĖ

Aikštėje esantys pastatai yra net kelių stilių, nuo klasicizmo iki rokoko. Ji savotiškai primena Vilniaus rotušės aikštę. Beje, visais metų laikais čia vyksta įvairiausi renginiai, nuo studentiškių iki valstybinių švenčių minėjimų. Šalia taip pat rasite ir geriausias restoranus.

Tartu rotušės rūmai



TARTU MENŲ MUZIEJUS

Šį rasite visai netoli besibučiuojančių studentų skulptūros miesto rotušės aikštėje. Stovint nugara į rotušę - kiek paėjus į kairę pusę. Tačiau jį pastebėsite iš bet kurios aikštės pusės, nes šis muziejaus pastatas vadinamas Estijos Pizos bokštu. Jis yra pasviręs. Apsilankyti tiesiog privalote, ką gali žinoti, gal ten viskas stovi kreivai?



Tartu menų muziejus ir bene labiausiai akį traukiantis pastatas visame mieste. Tai lyg savotiškas Estijos Pizos bokštas



Tartu kūrybinių industrijų centre galėsite rasti netikėčiausių lauktuvių draugams

ĮDOMU

Tartu kūrybinių industrijų centras

Norintiems pamatyti ne tik miesto grožybes, bet ir susipažinti su tuo, ką gamina Estijos jaunimas, dizaineriai ir pradedantieji verslininkai, privalo užsukti į Tartu kūrybinių industrijų centrą. Čia ne tik apžiūrėsite įdomias stiliaus ar interjero detales, bet ir rasite išskirtinių lauktuvių draugams.



ANTONIJAUS KIEMAS

Tai amatų ir meno centras, kuriame galima stebėti, kaip apdirbama oda, stiklas, porcelianas, įvairūs audiniai, rankomis gaminami batai.



Angelų tiltas - ant jo išsipildo karščiausi norai. Tereikia sugalvojęs norą nekvėpuojant pereiti per tiltą
Visitestonia.com nuotr.



Tartu - antras pagal dydį ir itin gražus miestas Estijos pietuose. O jaunatviškasis jis dėl to, kad čia gausu aukštųjų mokyklų ir, žinoma, studentų. Apie miesto jaunatviškumą byloja net ir besibučiuojančių po skėčių studentų porėlė miesto rotušės aikštėje - tai miesto simbolis. Taigi, manykime, kad Tartu skiriate vieną iš savo kelionės po Estiją dienų. Ką pamatyti?

Parengė Ringailė STULPINAITĖ

El. reklama: nustebinti savo gerbėją



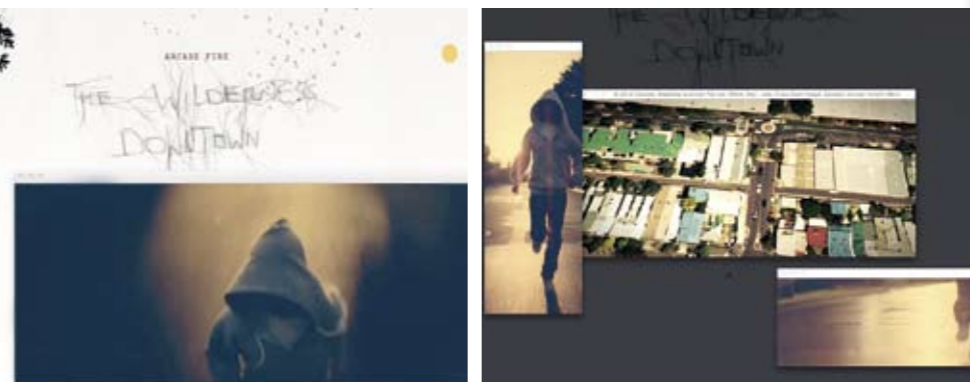
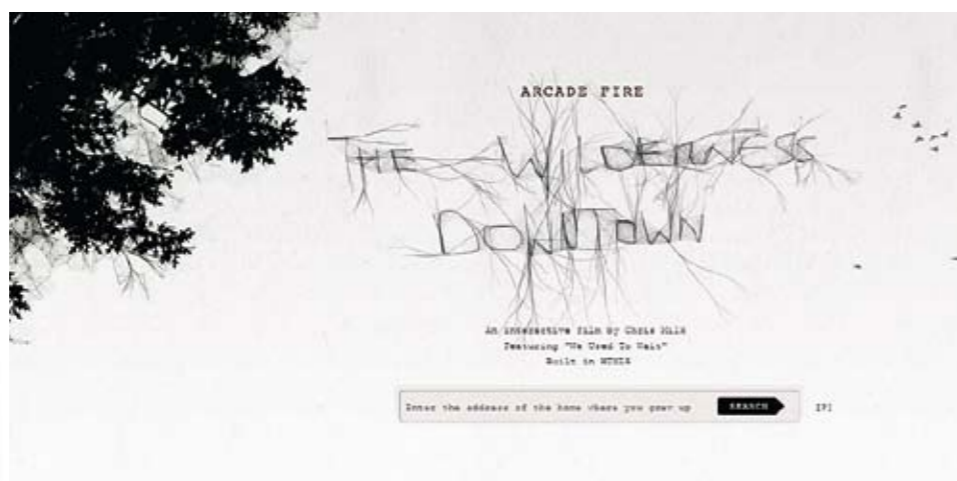
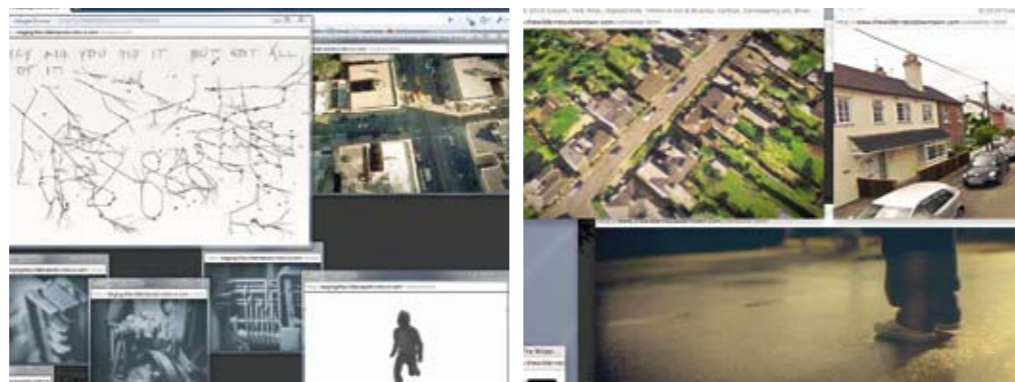
Darius Bagdžiūnas

RUBRIKĄ PRISTATO „GAUMINA“

Ar tiesa, kad „Arcade Fire“ grupės klipė gali išvysti savo kiemą? Kaip sudominti pop-princesę Teilor Swift (Taylor Swift), kad ji Kalėdoms atsiųstų asmeninę dovaną? Ar gali egzistuoti tokia grupė, kurią pasaulis myli ne dėl kuriamos muzikos, o dėl keistų vaizdo klipų? Visus atsakymus rasite čia.

Vietoj IŠVADŲ

■ Vien gerą muziką kurti šiais laikais neužtenka, klausytoją reikia dar ir nustebinti.



<http://thewildernessdowntown.com>

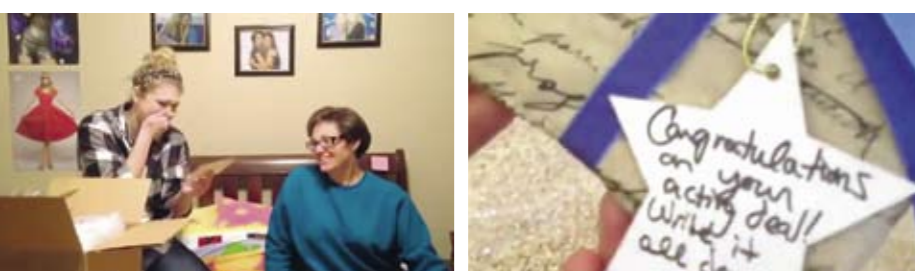
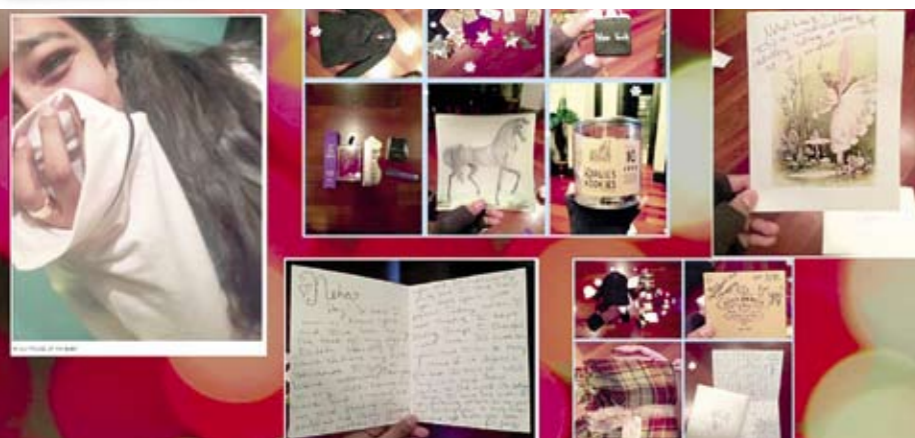
Vaizdo klipas, nufilmuotas tavo kieme

Kas?
„Arcade Fire“.

Ką padarė?
Kanadiečių indie roko grupės „Arcade Fire“ melomanams pristatyti nebereikia. Tačiau nemenko pasaulinio dėmesio sulaukiantys atlikėjai ant laurų snustelėti ne neketina ir pristato naują vaizdo klipą. Vis dėlto jis nuo įbrasto televizinio filmo skiriasi kaip diena nuo nakties - nufilmuota tik viena konkreiti scena, kuri papildoma html5 sprendimais.

Kodėl veikė?
Muzikantai šįkart susikooperavo su „Google“ komanda. Tam buvo sukurtas specialus tinklalapis, raginantis įvesti namų, kuriuose praleidote vaikystės dienas, adresą. Iššokančiame lange rodomas bėgantis vaikinai, o siužetas papildomas „Google Street View“ vaizdais - iš paukščio skrydžio matomi pastatai, o jau po akimirkos stovite prie savo namų vartų.

Rezultatai?
Nostalgija kvepiantis projektas sulaukė didžiulio internetų dėmesio. Kadangi jis veikė tik per „Chrome“ naršyklę, riebių plusų užsidirbo ne tik „Arcade Fire“ muzikantai, bet ir „Google“ komanda.



<http://goo.gl/0oYSrJ>

Asmeninė dovana nuo popžvaigždės

Kas?
Teilor Swift.

Ką padarė?
2014-ieji amerikiečių popdainininkei Teilor Swift (Taylor Swift) buvo tiesiog toboli. Net du singlai užvaldė JAV ir Jungtinės Karalystės topų viršūnes, o studijinis albumas „1989“ įvertintas kaip geriausias Europoje ir už Atlanto parduodamas diskas. Atlikėja nusprendė atsidėkoti savo gerbėjams, tad aktyviausiems paruošė kalėdines dovanas.

Kodėl veikė?
Dainininkės komanda kruopščiai atrinko aktyviausiai socialiniuose tinklalapiuose besireiškiančius klausytojus. Išanalizavo jų profilius ir pagal tai parinko individualias dovanas. Specialiame vaizdo klipė rodoma, kaip Teilor pati pakuoja siurprizus ir prideda ranka rašytus palinkėjimus.

Rezultatai?
Visi staigmenas gavę žmonės įamžino savo emocijas nuotraukose arba vaizdo klipuose. Taip socialiniuose tinkluose pasirodė galybė įrašų, pasakojančių apie akciją. Is-torijas greit pasigavo internetiniai portalai, o į „Youtube“ įdėta vaizdo medžiaga per porą savaičių peržiūrėta 15 mln. kartų.

<http://goo.gl/XA6ARF>

Grupė, kurią pasaulis myli ne dėl muzikos

Kas?
„OK Go“.

Ką padarė?
Alternatyviojo roko grupė iš Čikagos „OK Go“ yra savotiškas fenomenas. Jie jų dėmesį prikaustys ne tobulomis melodi-nėmis linijomis, o keistais vaizdo klipais. Kiekvienas jų darbas vis įdomesnis ir fil-muojamas naudojant vis kitokias technolo-gijas. Vienas tokių pristatytas ir prieš gerus du mėnesius.

Kodėl veikė?
Optimizmu dvelkiančiai dainai „I Won't Let You Down“ naudojamos riedžius pri-menančios transporto priemonės. Sincroniškas šokis perauga į filmuojamą iš paukš-čio skrydžio performansą, kurio metu iš žmonių dėliojamos keisčiausios figūros.

Rezultatai?
Minėtasis vaizdo klipas jau dabar per-žiūrėtas 17 mln. kartų. Tačiau tai nėra gru-pės rekordas - 2010-aisiais dainai „This Too Shall Pass“ nufilmuotas darbas peržiū-rėtas net 46 mln. kartų, o 2012 m. perfor-mansas „Needing/Getting“ sulaukė 30 mln. peržiūrų.



Metų muzikos žvaigžde pripažintas lietuvis **TEN WALLS** - Vilniuje

„Po **TEN WALLS** slapyvardžiu besislepiančių Mario Basanov prisikviesti groti Lietuvoje nebuvo paprasta. Jis dirba su viena rimčiausių pasaulio agentūrų, šalia kurios glaudžiasi tokie vardai kaip Džeimsas Bleikas (James Blake), Džesi Ver (Jessie Ware), Džeimis Vunas (Jamie Woon) ir daugelis kitų“, - sako **TEN WALLS** j „Loftą“ sausio 23 dieną pakvietęs Viktoras Diavara (Diawara).

Pasaulinis pripažinimas

Iki šios dienos Mario Basanov ne tik koncertavo muzikos industrijos megapoliuose, o jo kūriniai spėjo nuskambėti aukščiausiuose Europos topuose, MTV bei „BBC Radio 1“ grojamiausių kūrinių dešimtuose - įtakingas elektroninės muzikos žurnalas „Mixmag“ jį pripažino metų žvaigžde.

Kiek anksčiau kitas svarbus britų žurnalas „DJ Mag“ lietuvių kūrinių „Walking With Elephants“ išrinko 2014-ųjų geriausiuoju.

TEN WALLS etapas prasidėjo anksčiau, nei apie jį išgirdo Lietuva

Didžioji Britanija, Kanada, Ibsa, Niujorkas, San Fransiskas, Majamis - tiek ir dar daugiau pasaulinių scenų pernai per kelis mėnesius apskriejo lietuvis.

TEN WALLS muzikinėje padangėje paslaptinai pradėjo šmėžuoti 2013 metų pavasarį. Tuo metu Mario naują savo tapatybę dar laikė paslapyje.

Berlyne įrašytas kūrinys „Gotham“ užkariavo didžiausias pasaulio koncertų sales ir festivalių scenas, o 2013 m. vasarą netgi tapo oficialiu vasaros himnu.

Kiti **TEN WALLS** įrašai pelnė dar daugiau įvertinimų ir pagyrų bei buvo vadinami potencialiais metų kūriniais. Taip ir atsitiko.

Mario Basanov savo rankose turi unikalią gebėjimą valdyti garsą ir iš jo sukurti tai, ką galėtum vadinti elektroninės muzikos menu. Pats atlikėjas tai prilygina sapnams.

Paskutinis Mario singlas „Walking with Elephants“ - tai kūrinys, kurį vieną kartą išgirdęs niekada neužmirši. Šis jo singlas tapo 2014-ųjų metų himnu.



TEN WALLS kūriniai skamba aukščiausiuose Europos topuose
Organizatorių nuotr.

TEN WALLS A/V šou - audiovizualinė patirtis ir „Boso“ naktis

Gyvi **TEN WALLS** pasirodymai ne mažiau kūrybiški ir įtraukiantis nei atlikėjo įrašai. Čia susipina ypatingi audiovizualiniai sprendimai, muzikiniai eksperimentai ir šviesų interpretacijos.

Tas vakaras „Loft“ bus ypatingas dar tuo, kad čia pasirodys „Boso“ leidybos kompanijai priklausantys atlikėjai, tarp kurių yra italas Lehar, lietuvių „Gardens of God“ ir Few Nolder. Šiai įrašų kompanijai vadovauja pats Mario Basanov.

„Ką reiškia toks „label night“? Tai galimybė išgirsti atrinktus puikius atlikėjus, kurie po kelerių metų mūsų rinkoje bus nebeperkami“, - priduria „Loft“ muzikos vadovas Viktoras Diavara.

Vėliau pasirodys įtakingajame „Sonar“

Taigi **TEN WALLS** tapo vienu iš paklausiausių naujų elektroninės muzikos kūrėjų.

Šiemet jis gros ir viename iš įtakingiausių elektroninės muzikos festivalių „Sonar“ Barselonoje. Tarp jų kartu su „The Chemical Brothers“, „Massive Attack“ pasirodys ir lietuvis, kitaip žinomas kaip Mario Basanov.

TEN WALLS bus pirmasis Lietuvos atstovas, grojęs šiame elektroninės muzikos tendencijas diktuojančiame festivalyje.

TEN WALLS pasirodymas - sausio 23 d. Menų fabrike „Loftas“



„Solstafir“ - progresyvieji islandų šamanai atvyks ir į Lietuvą

Lietuviškai auditorijai jau pažįstamas Islandijos muzikinės scenos fenomenas **„SOLSTAFIR“** leidžiasi į turą po Europą, kurio metu aplankys ir Baltijos šalių sostines. Naują albumą išleidusi grupė nepamirštamą dviejų valandų programą Vilniuje pristatys vasario 13 dieną klube „New York“, ir tai bus Baltijos šalių turą vainikuojantis koncertas.

Nepaiso žanro rėmų

Modernioje alternatyviojoje scenoje, kai, rodos, viskas išbandyta ir patirta, unikalus garsas yra retas reiškinys. Tačiau „Solstafir“ kūrybai šis trūkumas visiškai negresia. Per beveik du dešimtmečius trunkančią karjerą ketvertas iš Reikjaviko sugebėjo ne tik sulaužyti sunkiosios muzikos kanonus, bet ir apskritai išsiveržti iš bet kokių žanro rėmų.

Kūrybinė „Solstafir“ evoliucija - įspūdinga. Pradėję nuo *viking metal* ir *black metal* stilių, sulig kiekvienu albumu islandai, viena vertus, tolo nuo savo ištakų, kita vertus - lyg magnetas pritraukė vis daugiau naujovių, tuo pat metu išlaikydami individualų skambesį, šiaurietišką melancholiją, islandišką „ateiviškumą“, hipnotizuojantį misticizmą.

Grupės progresas yra gretinamas su „Ulver“ ir „Katatonia“ kūrybos poslinkiais - kaip ir pastarieji, metalo muzikos scenoje debiutavę „Solstafir“ ilgainiui visiškai peržengė tradicinės sunkiosios muzikos ribas.

Pristatys ir naują albumą

Geriausiai perėjimą į visai naują muzikalumo lygmenį atspindi naujausias „Solstafir“ albumas „Otta“ (2014). „Otta“ - neabejotina kulminacija grupės kūryboje, bylojanti apie gebėjimą tobulėti ir naujų horizontų paieškas. Albumo pasirodymas ne tik užgniauzė kvapą ištikimiams „Solstafir“ gerbėjams, bet ir tapo atradimu su sunkiąja scena nesusijusiai auditorijai. Nors „Otta“ albume išlaikoma *black metal* žanrui būdinga slogaus kartėlio atmosfera, Adalbjorno Trigvasono (Adalbjorn Tryggvason) vokalas čia kaip niekada įvairus ir demonstruoja itin platų bei dramatišką emocijų spektrą. Instrumentinėse albumo kompozicijose išryškėja *post* rokiui būdingi kontrastai ir *folk* lyriškumas, o visa tai dar sustiprina smuiko ir bandžos garsai, taip pat klasikinio roko, *punk* ir *sludge* įtaka.

„Solstafir“ pasirodymai trijų Baltijos šalių sostinėse - prestižinis ir ilgai puoselėtas projektas. Per visus grupės koncertus tiek Taline, tiek Rygoje ir Vilniuje ketiname sutelkti dėmesį į nepriekaištingą garso kokybę ir šviesos efektus,“ - žada „Solstafir Baltic Tour“ organizatoriai „ALT Events“. Pasak jų, nieko nuostabaus, kad bilietai į „Solstafir“ pasirodymus didžiuosiuose miestuose ištirpsta dar gerokai prieš renginio dieną. Šį islandišką fenomeną šlovina muzikos gurmanai ir visi, vertinantys kraują stingdančią psichodeliką, skoningą dramatiškumą, stilių eklektiką, kokybišką bei išliekamąją vertę turinčią kūrybą.

Bilietus platina muzikos festivalis „Velnio Akmuo“.

Gimtadieninė „4FUN“ dovana

Švenčianti keturioliktąjį gimtadienį grupė „4FUN“ pristato naują dainą „Kartais“. Šis akustinis kūrinys yra ypatingas tuo, kad jį įrašant dalyvavo ne tik grupės nariai, bet ir keli specialūs svečiai.

Kadangi dainos aranžuotėje nemažai „čigoniško džiaz“ (gypsy jazz) stiliaus atspalvių, „4FUN“ talkinti pasikvietė bičiulius muzikantus: akustinės gitaros partijas atliko Vadimas Stankevičius, smuiku grojo Tadas Dešukas, gerai pažįstamas klausytojams iš grupės „Saulės broliai“, o kontraboso partiją įrašė žinomas džiaz muzikantas Eugenijus Kanevičius. Šiam stilistiniam sprendimui grupę įkvėpė „4FUN“ lyderės Julijos Ritčik susižavėjimas tokiais atlikėjais kaip Zaz, „Caravan Palace“ ir „The Lost Fingers“ bei grupės būgnininko ir prodiuserio Laimono Staniulionio aistra egzotiškai perkusijai.

Pristatydama dainą „Kartais“, jos autorė Julija Ritčik tikisi, kad šis linksmas kūrinys privers klausytojus nusišypsoti, pakels nuotaiką.

Netrukus „4FUN“ ketina nufilmuoti dainos „Kartais“ videoversiją.

Gimtadienio proga grupė taip pat surengė pasirodymą neįprastoje aplinkoje. „Labai mėgstame pavasarį ir gatvės muzikos dieną, nes tai puiki proga išeiti į miestą ir pasidalinti savo muzika ne tik su gerbėjais, bet ir atsitiktiniais praeviais, - sako Julija. - Tačiau mūsų grupės gimtadienis yra sausis, tad nusprendėme surengti pasirodymą žiemos sąlygomis“. Grupė pakvietė gerbėjus į improvizuotą koncertą viename sostinės prekybos centre.



Parengė Vaida ANDRIKONYTĖ

LAISVALAIKIS REKOMENDUOJA

Ką veikti savaitgalį?



DAMOMS

KAS? Paskaita „Menas būti elegantiška - eisenos subtilybės“.

Pirmoje užsiėmimo dalyje vyks specialiai kūno elegancijai lavinti pritaikyti pratimai, kurių tikslas - sušildyti kūną, pažinti tam tikras kūno dalis, kurias lengviau būtų valdyti. Antroje dalyje bus gilinamasi į eisenos elementus - kaip turi judėti pėdos, kojos, klubai, rankos. Organizatoriai žada, kad po „Menas būti elegantiška“ mokymų moterys labiau pasitikės savimi, o jų elegantišką eisena pastebės ir aplinkiniai.

KUR? Lietuvos vaikų ir jaunimo centras (Konstitucijos pr.25, Vilnius).
KADA? Sausio 18 d. 16 val.
UŽ KIEK? 34,75 Eur - 120 Lt.

EPA-Eltos nuotr.

KINO GURMANAMS



Kadras iš filmo

KAS? Filmas „Mėlynas aksomas“.

Melancholiškasis režisieriaus Deivido Linčo (David Lynch) „Mėlynas aksomas“ užliūliuoja ir atrodo, kad tipiškame amerikietiška mieste visi gyvena idilišką, harmonijos ir ramybės apgaubtą gyvenimą. Taip atrodo ir pagrindiniam filmo herojui koledžo studentui Džefriui, sugrįžusiam į gimtąjį Lambertoną. Tačiau prie namų ant žolyno radus besimėtančių žmogaus ausį, netikėtai vaikiniui ima vertis tamsieji miestelio slėpiniai. Režisierius D.Linčas vienas pirmųjų taip negailėstingai atskleidė tilių Amerikos miestelių tamsiąsias paslaptis. Toks tamsumas 1986 m. šokiravo net Kanų kino festivalio rengėjus, kurie neįtraukė filmo į konkursinę programą.

KUR? „Skalvijos“ kino centras (A.Goštauto g.2, Vilnius).
KADA? Sausio 18 d. 18 val.
UŽ KIEK? 3,77 Eur - 13,02 Lt.

HUMORO MĖGĖJAMS



Redakcijos archyvo nuotr.

HIPHOPO GERBĖJAMS

KAS? Lietuvos hiphopo muzikos apdovanojimai.

Reikšmingiausias metų hiphopo įvykis Lietuvoje. Čia bus išrinkti atlikėjai, labiausiai 2014 metais nusipelnę hiphopui. Iš viso bus apdovanoti devynių nominacijų nugalėtojai. Apdovanojimus nulems kompetentinga komisija, kuri bus paskelbta tik per ceremoniją. Trečdalis balso nulems socialinio tinklo vartotojai.

KUR? Vilniaus menų fabrikas LOFTAS (Švitrigailos g.29, Vilnius).
KADA? Sausio 16 d. 20.30 val.
UŽ KIEK? 8,18-23,41 Eur - 28,23-80,83 Lt.



Imanto Sidarevičiaus nuotr.

KAS? „Vilnius Comedy Fest“.

Tai pirmasis tarptautinis komedijų festivalis, kurį organizuoja vienintelis profesionalus improvizacijos teatras Lietuvoje „Kitas kampas“. Organizatoriai yra suplanavę 3 tarptautinius ir kelis lietuvių humoro meistrų pasirodymus. Visi renginiai yra ypatingi - kiekvienas apima skirtingus komedijų žanrus: nuo „stand up“ pasirodymų jaunimui iki juoko teatro visai šeimai.

KUR? Teatro arena (Olimpiečių g.3, Vilnius).
KADA? Sausio 15-18 d.
UŽ KIEK? 14,19-25,78 Eur - 49-89 Lt.

KLUBINĖTOJAMS

KAS? „Studio 9“ trečiojo gimtadienio vakarėlis.

„Studio 9“ trečiojo gimtadienio proga į sceną sugrįžta „Bičiuliai“. Renginių serija draugams ir apie draugus 2015-aisiais pristatys tuos užsienio svečius, dėl kurių šokėjai salone labiausiai ėjo iš proto. O tokių per 3 metus buvo ne vienas. Herojams pagerbti skirtą tradiciją pradės amūras „Satin Jackets“. Kaukėlą vokiečių puotoje pasitiks St.Stereo, Valdemar ir Stepan Bitus. O smalžiams žadamas ir didelis gimtadienio tortas.

KUR? „Studio 9“ (Gedimino pr.9, Vilnius).
KADA? Sausio 16 d. 22 val.
UŽ KIEK? 0,87-1,74 Eur - 3-6 Lt.



Organizatorių nuotr.

VISAI ŠEIMAI

KAS? Tarptautinis teatro festivalis vaikams „Kitoks'15“.

Per festivalį vaikams ir šeimai bus pristatyti naujausi Lietuvos kūrėjų darbai bei trupinių iš Italijos, Švedijos ir Norvegijos pasirodymai mažiesiems teatro kritikams. Prieš spektaklius vaikai bus kviečiami siausti didele žaidimų aikštele viršiančioje „Menų spaustuveje“, o po spektaklių nepabėgti - kartu kurti ir diskutuoti po kiekvieno pasirodymo vyksiančiose su matytu spektakliu susijusiose kūrybinėse dirbtuvėse, prisiliesti prie dekoracijų ar leistis į kelionę po teatro užkulius.

KUR? „Menų spaustuve“ (Šiltadaržio g.6, Vilnius).
KADA? Sausio 12-18 d.
UŽ KIEK? 5 Eur - 17,26 Lt.



Organizatorių nuotr.

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

Keitė Mos - nepavaldi laikui

Britų supermodelis **KEITĖ MOS** (Kate Moss) sausio 16 d. švenčia savo 41-ąjį gimtadienį. Mados pasaulio ikona, praėjusiais metais minėdama savo 40-metį, drąsiai pozavo su kiškučio kostiumu žurnalui „Playboy“. Šiomet modelis tokių iššūkių priimti nesiruošė, o ir kam? Juk ji per savo karjerą ir taip papuošė daugiau nei 300 žurnalų viršelių.

Nors įžengusi į penktąjį dešimtmetį K.Mos retai kada žengia podiumu, bent po kartą per mėnesį ji reklamuoja vieną ar kitą naują produktą. Žinoma moteris užima ketvirtą vietą daugiausia uždirbančių modelių sąraše. Pavyzdžiui, 2012 m. gražuolė uždirbo 5,7 mln. dolerių (4,84 mln. Eur - 16,7 mln. Lt).

Nors garsus britų modelis savo asmeninį gyvenimą itin slepia, savo biografijoje knygoje ji rašė: „Jis man pasakė: niekada nesigailėk, niekada nesiteisink. Štai kodėl nesinaudoju jokiais socialiniais tinklais. Aš nenoriu, kad žmonės žinotų, kas tiesa, o kas - ne. Noriu išlaikyti intrišką“, - sakė manekenė.

Tiesa ta, kad intriškų K.Mos gyvenime niekada netrūko. Ji niekada nevengė skandalų. Dėl nepatvirtintų kaltinimų, kad modelis neva vartoja kvaišalus, K.Mos prarado ne vieną kontraktą, tačiau tai jos karjeros nesužlugdė. Nepaisant nieko, ji išlieka šių laikų mados ikona.

Keitė Mos (Kate Moss) pagal pajamas užima ketvirtą vietą daugiausiai uždirbančių modelių sąraše
EPA-Eltos nuotr.



DOSJĖ

- Keitė Mos (Kate Moss) gimė 1974 m. sausio 16 d. Londone, Anglijoje
- Modelio darbą pradėjo 1988 m., būdama vos 14 metų
- 2002 m. su vieno žurnalo redaktoriumi Džefersonu Haku (Jefferson Hack) susilaukė dukters Lilos
- 2011 m. susituokė su muzikantu Džeimiu Hincu (Jamie Hince, 46)

IDOMŪS FAKTAI

- K.Mos buvo pastebėta ir įtraukta į modelių verslą Niujorko oro uoste, kai jai buvo vos 14 metų.
- Per savo vestuves su Džeimiu Hincu turėjo 15 pamergių.
- Jei galėtų būti gyvūnas, būtų jūrų liūtė.
- Turi priklausomybę nuo arbatos. Per dieną jos išgeria 10-15 puodelių.
- Jos nuotraukos puikavosi daugiau nei ant 300 įvairių žurnalų viršelių. 33 kartus ji papuošė žurnalo „Vogue“ viršelį. Pirmą kartą ten pasirodė 1993 m.
- 2008 m. ji pati sau nupirko sužadėtuvių žiedą, nes tuo metu jos sužadėtinis Dž.Hincas negalėjo to sau leisti.
- Ji yra aktorius Džudo Lou (Jude Law) dukters Iris krikšto mama.
- Jos sesuo Loti (Lottie) taip pat yra modelis. Be to, modelio duonos ragavo ir jos jaunesnysis brolis Nikas (Nick).
- K.Mos nedaro asmenukų.
- 2005 m. nuogos K.Mos paveikslas, nutapytas dailininko Liusjeno Froido (Lucien Freud), buvo parduotas už 3,9 mln. svarų sterlingų (5 mln. Eur - 17,25 mln. Lt).
- Ji neišmeta jokių savo drabužių, juos saugo savo dukrai Lilai.
- Ji nėra natūrali blondinė.
- Ji yra didelė futbolo gerbėja.
- Ji susitikinėjo su tokiomis kino ir muzikos žvaigždėmis kaip aktorius Džonis Depas (Johnny Depp), muzikantas Pitas Dohertis (Pete Doherty) ir aktorius Risas Ifansas (Rhys Ifans).

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

TELEVIZIJA

2015 m. sausio 16-22 d.



Džulijanos Mur triumfas

Plačiau apie „Aukšinių gaublių“ apdovanojimus - 68-69 p.

EPA-Eltos nuotr.



Britų muziejuje Londone eksponuojama Marko Kvino (Marc Quinn) sukurta supermodelio skulptūra iš aukso, jos svoris - 50 kg

Deividą Meškauską

Šokėjas, šokių studijos „Soul Lounge“ įkūrėjas **DEVIDAS MEŠKAUSKAS** (27), pats kitados dažnai matytas per televizijos ekranus, šiaudien daug atidžiau renkasi projektus, kuriuose dalyvauti, o kuriuose - ne. Lygiai taip pat jis renkasi ir laidas, kurias žiūrėti, o kurių - ne. Šokėjas sutiko pasidalyti savo nuomone apie televizijos trūkumus ir pranašumus.



Stasio Žumbio nuotr.

PRAMOGINĖS LAIDOS

Jų nežiūriu, o ir pats atidžiai renkuosi, dalyvauti laidoje ar ne. Žiūriu, koks tos laidos tikslas, prasmė, kas pasikeis manajame ar kitų gyvenime dėl to, jei pamatysiu tą laidą ar joje sudalyvausiu. Kartais žiūriu tas diskusijų laidas ir suprantu, kad jos neturi visiškai jokios prasmės. Kalba apie kažkieno asmeninį gyvenimą, kaip kažkas susituokė, išsiskyrė, o paskui turtus dalinasi. Kam man reikalinga tokia informacija? Net nesuprantu, kodėl žmonės dalyvauja tokiose laidoose.

LIETUVIŠKI SERIALAI

Kai juos rodo, dažniausiai dirbu, o jei ir nedirbu - nežiūriu. Verčiau įsijungiu kokį nors informacinį ar dokumentikos kanalą. Man lietuviški serialai nesukelia jokio pasitenkinimo. Nesakau, kad jie padaryti neprofesionaliai, bet dar matyti tam tikrų klaidų.

OBJEKTYVUMO TRŪKUMAS

Jo ypač trūksta televizijos projektuose ir laidoose. Trūksta objektyvaus įvertinimo.

INFORMACINĖS LAIDOS

Jos man patinka. Visada vakarais, grįžęs po treniruotėlių ir repetacijų, įsijungiu arba „Info TV“, arba TV3, arba LNK. Tik klausimas, ar būtina rodyti tiek daug nusikaltimų rubrikų. Kita vertus, gal kitiems įdomu, jos dažnai priverčia susimąstyti, moko atsargiau elgtis. Galbūt, kilus nusikaltimo pavojui, žinosime, kaip reikėtų elgtis.

FILMŲ PASIRINKIMAS

Man patinka, ką transliuoja lietuviški televizijos kanalai. Džiaugiuosi, kad jie jau sugeba parodyti naujų ir gerų filmų.

DOKUMENTIKA

Puiku! Ją žiūrėdamas gali atsipalaiduoti, sužinoti ką nors naujo, išmokti.

TRUMPAI



Po truputį įsivažiuojanti nacionalinė atranka į „Euroviziją“ praėjusį šeštadienį atsiveikino su pirmiaisiais dalyviais. Susumavus komisijos ir žiūrovų balsus, paaiškėjo, kad kovos dėl kelialapio į bene didžiausią Europos dainų konkursą nebetęs vaikinių grupė „**ROLLIKAI**“. Antros laidos lyderiais tapo dainininkai Vaidas Baumila, Monika Linkytė ir Edgaras Lubys. Kas šiemet neš Lietuvos vėliavą didžiojoje „Eurovizijoje“, paaiškės vasario pabaigoje.



Sekmadienio vakarą baigėsi kelis mėnesius trukęs TV3 projektas „**LIETUVOS TALENTAI**“. Dėl nugalėtojų vardo ir 15 tūkst. eurų - 51,75 tūkst. litų varžėsi dešimt atlikėjų. Kam atiteks pergalė, sprendė TV žiūrovai. Savo balsus jie skyrė gatvės gimnastams „Project Mayhem“. Gimnastai jau žino, kur išleis laimėtus pinigus. Vaikiniai už juos ruošiasi įrengti gimnastikos aikštelę, kur galėtų treniruotis gatvės gimnastai.



Kaip seksis su delfiniais plaukioti dainininkei Liepai Mondeikaitei, paaiškės jau netrukus
Irmanto Sidarevičiaus nuotr.



„Šuolyje“ savo treniruotą kūną demonstruos ir diskžokejas Sezer Saylik (DJ Sezzy)
Stasio Žumbio nuotr.



„Mis publika 2013“ Elita Citovičiūtė jau ruošiasi šuoliams į vandenį TV3 projekte „Šuolis“
TV3 nuotr.

TV eterijoje atidarytas plaukiojimo sezonas

Nors už lango - gili žiema, televizijos eterijoje žinomi žmonės jau netrukus ne tik šokinės į vandenį nuo aukščiausių tramplinių, bet ir nardys su delfiniais. Net dvi televizijos nutarė tikrąja ta žodžio prasme išmaudyti pramogų pasaulio atstovus. LRT eterijoje jie plaukios su delfiniais, o TV3 - šokinės į baseiną. Kam seksis geriau, netrukus paaiškės.

„Šuolis“ sugrįžta

Praėjusiais metais drąsiausias šalies įžymybės TV3 projekte „Šuolis“ krito tiesiai į vandenį iš neįtikėtino aukščio ir demonstravo kvapą gniaužiančius triukus. Šiemet laidos rengėjai žada dar daugiau ekstremalumo.

Žinomi Lietuvos pramogų pasaulio atstovai šokinės nuo 3, 5 ir 7,5 metro aukščio bokšto bei tramplinių. Be to, jie atliks ir sinchroninius šuolius, dalį jų ir su profesionaliais. Projekte savo treniruotus kūnus, charizmą ir gebėjimus taisyklingai šokinėti į vandenį pasiryžo parodyti ir dėl pergalės kovoti vienuolika itin skirtingų pramogų ir mados pasaulio, sporto, šokių, teatro, muzikos bei humoro žvaigždžių.

Kol kas žinomos tik kelios pavardės - tai muzikos atlikėjas Sezer Saylik (DJ Sezzy), dainininkė Daina Bilevičiūtė, gražuolė, „Mis publika 2013“ Elita Citovičiūtė, atlikėja Vita Jakutienė.

Kada naujasis šou pasirodys TV3 eterijoje, kol kas neatskleidžiama. Belieka laukti ir spėlioti, kurios Lietuvos pramogų ir sporto pasaulio įžymybės apsitempus maudymosi kostiumėlius ir išdrįs susirungti šuoliais nuo tramplinių ir bokštų.

Per LRT - plaukiojimas su delfiniais

Ar pavyks žvaigždėms užmegzti kontaktą su vienas protingiausių pasaulio gyvūnų delfiniais, aiškins nacionalinė televizija. LRT eterijoje jau netrukus pasirodys naujas televizijos projektas „Delfinai ir žvaigždės“. Jis filmuojamas grandioziniame Klaipėdos delfinariume.

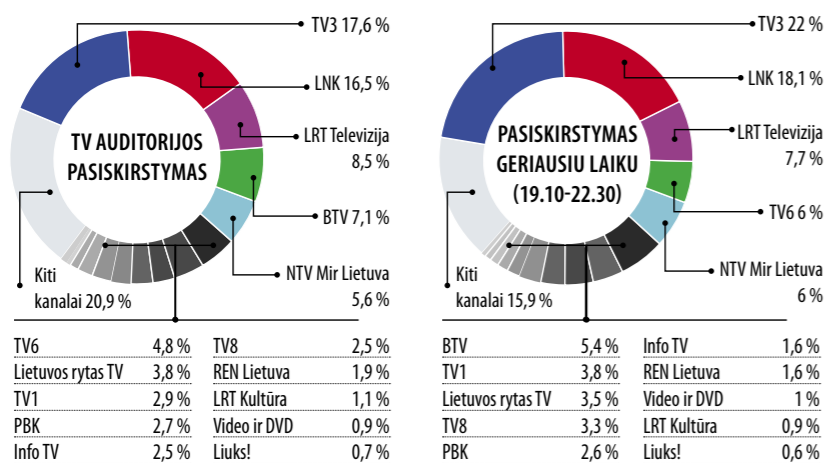
Save išbandyti rizikingame delfino draugo ir dresuotojo amplua ryžosi krepšininkas Euralijus Žukauskas, sunkiaatletis Ramūnas Vyšniauskas, dainininkės Liepa Mondeikaite, Rima Petrauskytė-Malašičevė, šešių vaikų mama Giedrė Sadauskienė, choreografa Kristina Navickaitė-Tina ir Aurelijus Liškauskas, „Žuvėdros“ šokėjas solistas Dmitrijus Popovas.

„Delfinų“ projekto idėja gimė Ispanijoje, tačiau pabandyti ją įgyvendinti kol kas ryžosi tik dvi šalys - Lietuva ir Portugalija. „Tai, ko gero, sudėtingiausias ir rizikingiausias televizijos projektas. Niekas nėra garantuotas, ar pavyks žvaigždėms rasti kontaktą su savo delfinu, ar pavyks sukurti pasirodymus“, - pasakojo prodiuseris Laurynas Šeškus. Kaip žinomiems žmonėms seksis delfinariume, paaiškės jau po poros savaitių.

Puslapius parengė
Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

REITINGAI

TV AUDITORIJA



TV TOP10

Nr. Laida	TV	Reitingas
1 LIETUVOS TALENTAI	TV3	11,1
2 KK2 PENKTADIENIS	LNK	10,8
3 TV3 ŽINIOS	TV3	10,7
4 PASMERTI 3	TV3	10,5
5 NUO...IKI	LNK	10,0
6 PRIEŠ SROVĘ	TV3	10,0
7 KK2	LNK	9,9
8 SAVAITĖS KOMENTARAI	TV3	9,7
9 FARAI	TV3	9,6
10 LNK ŽINIOS	LNK	9,5

Duomenys: TNS LT, 2015 m. sausio 5-11 d.



BTV 23.50

CENTURIONAS

NUOTYKIŲ DRAMA. Jungtinė Karalystė, Prancūzija. 2010. Režisierius N.Maršalas. Vaidina M.Fasbenderis, D.Vestas, O.Kurilenko.

Pasakojimas apie romėnų susirėmimus su pikty gentimi per Didžiosios Britanijos užkariavimą antrajame amžiuje. Kvintusas Diasas - romėnų centurionas, legendinio gladiatoriaus sūnus. Jis veda karių būrį į pikty stovyklą gelbėti į nelaisvę paimto karvedžio. Per susirėmimą žūva pikty vado sūnus. Romėnus ima persekioti iš pažiūros nesulaikomas būrys.



TV3 22.00

MANO MOTINOS PRAKEIKIMAS

KOMEDIJA. JAV. 2012. Režisierė A.Flečer. Vaidina B.Streizand, S.Roudženas.

Chemikas ir išradėjas Endriu siekia parduoti savo naują išradimą. Pakeliami į Las Vegasą vaikas sustoja aplankyti mamos. Jiedu išsikalba ir Endriu sužino, kad jis buvo pavadinamas mamos senos meilės garbei. Vaikas išsiaiškina, kad jos kitados mylėtas Endriu Margolis vis dar gyvas ir nevedęs. Tad pasiūlo mamai keliauti kartu į Las Vegasą...



TV6 22.50

PRAŽŪTINGA VIRŠUKALNĖ

VEIKSMO FILMAS. Naujoji Zelandija, JAV. 2003. Režisierius D.Dž.Bredlis. Vaidina L.Karter, P.Stivensonas, E.Barkli.

Vulkanologijos ekspertė Dženeta su nauju savo vyru Kevinu atvyksta į Naująją Zelandiją praleisti medaus mėnesio. Porelė turi atlaikyti Dženeta dukros Melani šaltumą ir prieššūkimą. Tačiau dar didesniu išbandymu tampa nubudęs ilgai snaudęs ugnikalnis...



TV3 24.00

TAMSTA GUNDYTOJA

TRILERIS. JAV. 2013. Režisierius D.Kembelas. Vaidina Dž.Deivis, K.Stranahan, K.D.Stiuart.

Džeimė netikėjo, kad jos vaikiną gali sužavėti kita. Ir tikrai nesitikėjo, kad tai bus jų bendra mokytoja Molė. Prasiūdėjęs neleistinam romanui, jos vaikiną pasikeičia, o Džeimė ima gauti prastus pažymius net už gerus rašto darbus. Tačiau kas patikės paaugle, kai šią paslaptį žino tik ji viena?

ŠEŠTADIENIS

sausio 17 d.

TV PROGRAMA

3 Šok su manimi 19.00

11.35 „Ledo pilys“

22.40 „Užsispyrusi blondinė“

6.45 Teleduotuvė. 7.00 „Redakajus“ (N-7). 7.30 „Bidamanų turnyras“ (N-7). 8.00 „Didvyrių draugai“.

6.30 „Žuviukai burbuliukai“. 6.55 „Superdidvyrių komanda“. 7.20 „Kaukė“.

6.00 LR himnas. 6.05 Tikri vyrai. 6.55 Emigrantai. 7.45 Specialus tyrimas.

BTV 1.40 „Senosios Kristinos nutikimai“

rytas.tv 21.30 „Netikęs auklėjimas“

LRT 20.30 Kultūra

1 16.30 Magiškasis Rio

6 21.30 „Byvis ir Tešlagalvis“

8 20.00 Klaipėdos savaitė

7.00 Amerikos talentai. 9.00 Laba diena (N-7). 9.30 Apie žuklę. 10.00 Padėkime augti.

7.44 TV parduotuvė. 8.00 Didysis pasivaikščiojimas. Finalas. 10.00 Taip gyvena žvaigždės!

8.05 Pagauk kampą. 8.35 Koncertuoja LKO ir Sergej Krylov. 9.00 Vilniaus albumas.

6.50 „Gepardų dienoraščiai“. 7.50 „Duok leteną!“. 8.15 Teleduotuvė. 8.45 Dakaras Ozas.

8.45 Teleduotuvė. 9.00 Vienam gale kablys. 9.30 Universitetai.lt. 10.00 Pragaro kelias.

9.00 Balticum TV žinios. 9.15 „Laukinė Afrika“. 9.15 „Komisaras Manara 2“ (N-7).

TV8 9.30 Sportuok su mumis. 10.00 Menų sala. 10.30 Stalybų TV. 11.00 VIP. 11.30 Virtuvės istorijos.

PBK 6.20, 1.40 Informacinė laida. 6.50, 9.00, 11.00, 17.00 Naujienos. 7.15 Grok, armonikai. 7.55 Vaikų klubas.

RTR PLANETA (BALTIJA) 5.15, 7.15 „Apvesdinti milijonierų“. 7.00, 10.00, 13.00 Žinios. 8.45 Sūny planeta. 9.15 Šeštadienio talka.

DIVA UNIVERSAL TV 5.00, 14.05, 1.30 Tikroji Holivudo istorija. 5.45, 11.50, 19.10 Mados pasaulyje. 6.10, 19.35, 0.40 Išskirtiniai.

ANIMAL PLANET 7.00, 6.35 Liūno broliai. 7.25, 8.15, 9.10, 11.00, 21.05, 3.25 Avariųjų verslas. 11.55, 22.55 Dinozaurų kautynės.

VIASAT SPORT BALTIC 6.50 Krepšinis. Eurolyga. „Laboral Kutxa“ - „Nizhny Novgorod“. 8.40 Krepšinis. Eurolyga. „Panathinaikos“ - „Žalgiris“.

INFO TV 6.00 Info diena. 14.00 Teleduotuvė. 14.30 Nuo... Iki. 15.25 Dviracio šou. 15.50 KK2 (N-7). 16.30 Dviracio šou. 17.00 KK2 (N-7). 17.40 Dviracio šou. 18.10 Sekmadienio rytas.

REN 7.00-10.35 Kviestinė vakariene. 11.30 „Prarastas pasaulis“. 12.25 „Jūrų planeta“. 13.20 „Senovės karalių kovos“.

TV POLONIA 7.35 „Zlotopolskių“. 9.50 Miško bičiuliai. 10.05 Kultūros rytas. 10.35 ABC viską žino. 10.55 Ekologijos laida.

TRAVEL 9.30 Nepaprastos jachtos. 10.30 Kelionė po prieksonių pasaulį. 12.00 Ekstremalios atostogos. 13.00 Naujo būsto paieška.

SPORT 9.00 NBA krepšinio lyga. Memfio „Grizzlies“ - Los Andželo „Clippers“. 2014/2015 m. sezonas. 11.00 „Eurocup“ krepšinio lyga.

EUROSPORT 9.30, 19.40, 24.00 Dakaro ralis. 10.00 Rogučių sportas. Pasaulio taurė. 10.45, 17.45, 0.30 Šuoliai nuo trampolino. Pasaulio taurė. 11.15, 2.15 Kalnų slidinėjimas.

19.30 Ginčas be taisyklių

19.30 Valanda su Rūta

21.30 „Laiškas Evai“

23.05 „Persekiotojai“

16.20 „Gamink sveikiau!“

22.50 Andrius Kulikauskas

21.00 „Midsomerio žmogžudystės“

18.00 „Pelkė“

13.40 Reidas

6.35 Teleparduotuvė. 6.50 „Simpsonai“ (N-7). 7.50 TV serialas „Gydytojos dienoraštis“ (N-7). 8.55 „Meilės sukuryje“.

6.35 „Smalsutė Dora“. 7.00 „Mažieji Tomas ir Džeris III“.

6.00 LR himnas. 6.05 Labas rytas, Lietuva. 9.00 „Komisaras Reksas“.

7.00 „Mughtaro sugrįžimas“ (N-7). 8.00 „Policija ir Ko“ (N-7). 9.00 Veiksmo komedija „Superagentas Simonas“ (N-7).

6.49 TV parduotuvė. 7.05 Reporteris. 7.55 Keliauk! Pažink! Pasidalink! Ištisus metus. Speciali laida.

8.05 „Namelis prerijose“. 9.00 Labas rytas, Lietuva. 11.30 Menininkai Vilniuje XX a. pradžioje.

6.50 „Mano puikioji auklė“. 7.50 Linksmieji žvėreliai.

9.30 Teleparduotuvė. 9.45 Vienam gale kablys.

9.00 Balticum TV žinios. 9.15 Keisčiausi pasaulio restoranai.

TV3 2210 „BIBLIOTEKININKAI“ SERIALAS. JAV. 2014. Režisieriai Dž.Freikasas, D.Devlinas.

TV6 21.30 „RAUDONOJO SPALIO MEDŽIOKLĖ“ TRILERIS. JAV. 1990. Režisierius Dž.Maktirnanas.

TV8 21.00 „IR VELNIAS DĖVI „PRADA“ KOMEDIJA. JAV. 2006. Režisierius D.Frankelis.

LNK 2210 „MAKSIMALI BAUSMĖ“ VEIKSMO FILMAS. JAV. 2012. Režisierius K.Voksmenas.

TV8 8.10 „Žavūs ir drąsūs“. 9.00 „Mis Marpl“.

REN 9.10 Tinkama priemonė. 10.05 „Senovės karalių kovai“.

NTV MIR 5.00 Ryto laida. 7.35 Gydymo byla. 8.30 „Bet kada“.

TV POLONIA 7.10, 17.15 Esminiai pokalbiai: su R.Polanskiu kalbasi J.Žakovskis.

TV1000 5.00 „Sugrįžimas į rojų“. 7.00 „Vidurnaktis Paryžiuje“.

ANIMAL PLANET 8.15 Laukinis gyvenimas. 9.10 Iškiečiamas tramdytojas.

VIASAT SPORT BALTIC 7.00 „Trans World Sport“ žurnalas. 8.00 Futbolas.

PBK 5.50 Lietuvos laikas. 6.00 „EURONEWS“.

RTR PLANETA (BALTIJA) 5.00 Rusijos rytas. 9.05 Smokime fašizmui rubliu.

DIVA UNIVERSAL TV 5.00, 11.25, 16.45 Liežuvautoja. 5.45 Tikroji Holivudo istorija.

TRAVEL 7.00 Pasaulio keliautojas. Los Andželo gidas.

SPORT1 7.00, 12.00, 19.00, 21.00, 23.00 „Sportas“.

EUROSPORT 2.00 Tenisas. „Australian Open“.

Filmo „Vaikystė“ kūrybinė komanda
džiaugėsi „Geriausio filmo“ apdovanojimu
EPA-Eltos nuotr.



Holivude kino korifėjai įvertinti „Aukšniais gaubliais“

Praėjusį sekmadienį Los Andžele jau 72-ąjį kartą „Aukšinių gaublių“ statulėlėmis buvo apdovanoti labiausiai praėjusiais metais nusipelnę kino ir televizijos atstovai. Pagrindinį - geriausio filmo - įvertinimą pelnė režisieriaus Ričardo Linklaterio (Richard Linklater) filmas „Vaikystė“. Šis filmas buvo filmuojamas 12 metų.

Tradicškai „Aukšinių gaublių“ apdovanojimų ceremonija vyko „Beverly Hilton“ viešbutyje. Iškilmingo renginio varas buvo patikėtas amerikiečių komikams Tinai Fei (Tina Fey) ir Eimei Poler (Amy Poehler). „Labas vakaras, jūs nepakenčiami, išlepinti ir minimaliai talentingi vaikpalaikiai“, - taip į publiką renginio pradžioje kreipėsi vedėjos. Nors ceremonija praėjo sklandžiai, komikės prisipažino, kad tai, matyt, paskutinis kartas, kai jos lipo ant „Aukšinių gaublių“ scenos.

Apdovanojimų ceremonija nepraejo ir be kino žvaigždžių pasisakymų apie pastaruosius įvykius pasaulyje - terorizmo išpuolius Prancūzijoje. Aktorius ir režisierius Džordžas Klun

nis (George Clooney), atsiimdamas apdovanojimą už viso gyvenimo pasiekimus, kalbėjo: „Šiandien buvo neįprasta diena - ne tik Paryžiuje, bet ir visame pasaulyje žmonės išėjo į gatves. Jie neprotestavo, jie palaikė idėją, kad mes galėtume vaikščioti gatvėmis nebijodami. Taigi - „Je suis Charlie.““ Lenteles su tokiu užrašu demonstravo ne vienas pasirodęs ant raudonojo kilimo.

Pasibaigus „Aukšinių gaublių“ šurmuliui kino pasaulis nekantraudamas laukia „Oskarų“ įteikimo ceremonijos. Ketvirtadienį buvo paskelbta, kas šiemet pretenduoja į šias statulėles. 87-ieji „Oskarų“ apdovanojimai vyks vasario 22 d.



Aktorė Džina Rodrigues (Gina Rodriguez)



Režisierius Ričardas Linklateris (Richard Linklater)



Aktorius Maiklas Kytonas (Michael Keaton)



Britų aktorius Edis Redmeinas (Eddie Redmayne)



Aktorė Rut Vilson (Ruth Wilson)



Aktorius Metas Bomeris (Matt Bomer)



Aktorė Patricija Arket (Patricia Arquette)



Aktorė Džulijana Mur (Julianne Moore)



Aktorė Džoana Frogat (Joanne Froggatt)



Aktorius Bilis Bobas Torntonas (Billy Bob Thornton)

APDOVANOJIMAI

KINAS

- Geriausias filmas „Vaikystė“
- Geriausias miuziklas ar komedija „Viešbutis „Grand Budapest“
- Geriausias režisierius Ričardas Linklateris - „Vaikystė“
- Geriausia dramų aktorė Džulijana Mur (Julianne Moore) - „Still Alice“
- Geriausias dramų aktorius Edis Redmeinas (Eddie Redmayne) - „Visko teorija“
- Geriausia miuziklo arba komedijos aktorė Eimi Adams (Amy Adams) - „Didelės akys“
- Geriausias miuziklo arba komedijos aktorius Maiklas Kytonas (Michael Keaton) - „Žmogus-paukštis“
- Geriausia antrojo plano aktorė Patricija Arket (Patricia Arquette) - „Vaikystė“
- Geriausias antrojo plano aktorius Dže Kei Saimonsas (JK Simmons) - „Atkirtis“
- Geriausias scenarijus „Žmogus-paukštis“
- Geriausias filmas užsienio kalba „Leviatanas“ - Rusija
- Geriausias animacinis filmas „Kaip prisijaukinti slibiną 2“
- Geriausias garso takelis Johanas Johansonas (Johann Johannsson) „Visko teorija“

- Geriausia daina „Selma“ - „Glory“

TELEVIZIJA

- Geriausias dramatis serialas „The Affair“
- Geriausias serialas (komedija) „Transparent“
- Geriausias mini serialas ar televizinis filmas „Fargo“
- Geriausia dramų aktorė Rut Vilson (Ruth Wilson) seriale „The Affair“
- Geriausias dramų aktorius Kevinas Speisis (Kevin Spacey) seriale „Kortų namelis“
- Geriausia komedijos aktorė Džina Rodrigues (Gina Rodriguez) seriale „Jane the Virgin“
- Geriausias komedijos aktorius Džefris Tamboras (Jeffrey Tambor) seriale „Transparent“
- Geriausias mini serialo aktorius Bilis Bobas Torntonas (Billy Bob Thornton) seriale „Fargo“
- Geriausia mini serialo aktorė Megi Džilenhol (Maggie Gyllenhaal) seriale „The Honorable Woman“
- Geriausia antro plano aktorė Džoana Frogat (Joanne Froggatt) seriale „Dauntono abatija“
- Geriausias antro plano aktorius Metas Bomeris (Matt Bomer) seriale „Normali širdis“

Parengė Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

Smagūs potyriai su „Nepatyrusiu“

FILMAS „NEPATYRĖS“

- **Žanras:** komedija (Lietuva, Didžioji Britanija)
- **Režisierius:** Julius Paulikas
- **Vaidina:** Audrius Bružas, Ineta Stasiulytė, Edita Užaitė, Ramūnas Rudokas ir kiti



Kartais patirtis ateina bėgant metams, o kartais reikia aplinkinių pagalbos. Būtent apie tai pasakoja filmas „Nepatyręs“, vaizduojantis nekoko meilužio Ramūno gyvenimo peripetijas. Filmą jau per pirmąjį savaitgalį tapo vienu sėkmingiausių lietuviškų filmų, o jį žiūrėjusi „Power Hit Radio“ laidų vedėja **RAMINTA VYŠNIAUSKAITĖ** patvirtino, kad jį pamatyti verta.

- Kokį išpūdį paliko „Nepatyręs“?

- Tikrai gerą. Esu gana skeptiška dėl lietuviško kino, ypač komedijų, tačiau šis filmas man patiko. Tai buvo lengva, smagi ir geros kokybės komedija. Tikrai buvo akimirka, kai skaniai pasijuokiau.

- Komedija „Nepatyręs“ pastatyta pagal Jono Černik (Chernick) Kanadoje sukurta scenarijų. Ar žiūrint filmą galima nujausti, kad scenarijus nelietuviškas?

- Filme vaizduojamos situacijos aktualios ir lietuviams. Tikiu, kad namuose darome tokias dalykus, apie kuriuos tikrai gėda būtų papasakoti kaimynui. Tačiau tai, kad scenarijaus autorius kanadietis, jautėsi. Manau, todėl filme buvo tiek daug veiksmo, dinamikos, o filmo pradžioje nebuvo galima nuspėti, kaip viskas pasibaigs. Nenuvertintu lietuvių scenaristų, tačiau manau, kad viena iš priežasčių, kodėl filmas buvo toks geras, - užsienietis autorius. Žinoma, prie filmo sėkmės prisidėjo ir tai, kad puikiai atlikta aktorių atranka. Tikrai galima paploti tiems, kurie taip puikiai parinko vaidinusius aktorius.

- Pagrindinius vaidmenis atliko vieni ryškiausių Lietuvos aktorių: Audrius Bružas, Ineta Stasiulytė, Edita Užaitė. Kokį išpūdį jų vaidyba paliko tau?

- Rodos, anksčiau didelės simpatijos tiems aktoriams nejučiau, o veikiausiai jų atliekančių vaidmenis, kurie jiems puikiai tiko. Po šio filmo labai pamėgau pagrindinių aktorių trijulę, nes visi puikiai pasirodė. Visiems trims labai tiko vaidmenys, matėsi, kad jie tikrai sėdi savo rogoje ir tuo mėgaujasi. Pamačiau juos kitu kampu ir labai pamėgau.

- Ar pati norėtum suvaidinti panašiam filme?

- Priklausomai nuo vaidmens. Žinoma, nesu aktorė, bet atlikti kokį epizodinį vaidmenį filme tikrai norėčiau. Kodėl gi ne?

- Kam rekomenduotum šį filmą?

- Rekomenduočiau visiems po dienos darbų tiesiog nekvaršinant galvos atsipalaiduoti ir pamatyti gerą lietuvišką komediją. Taip pat siūlau filmą pažiūrėti visiems purkštavusiems, kad lietuviai negali sukurti geros komedijos. Šis filmas - įrodymas, kad tikrai gali!

Parengė Eimantė JURŠENAITĖ

Bondas grįžta su nauja mergina

Naujo filmo (jau, beje, net 24) apie legendinį Džeimsą Bondą komanda neseniai pozavo bondiados reklaminei nuotraukai Austrijos kalnų slidinėjimo kurorte Soldene. Pagrindinį vaidmenį filme vėl atliks britų aktorius **DANIELIS KREIGAS** (Daniel Craig), o jo mergina bus prancūzų aktorė **LĖJA SEIDU** (Lea Seydoux).

Naujojo filmo apie Džeimsą Bondą, pavadinto „Spektras“ (Spectre), pasaulinė premjera numatyta spalio mėnesį.

„Laisvalaikio“ inf.

VILNIUS

FORUM CINEMAS AKROPOLIS

- „Mes dainuosim“ (drama, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 10.10, 12.20, 15.50, 18.10, 20.15, 22.30 val. (22.30 val. seansas vyks 21 d.).
- „Pabrolių nuoma“ (komedija, JAV, N-16) - 16-22 d. 13.20, 15.30, 18.40, 21.20, 23.30 val. (23.30 val. seansas vyks 21 d.).
- „Ką išdarinėja vyrai! 2“ (komedija, Rusija, N-18) - 16-22 d. 13.50, 19.30, 21.40, 23.40 val. (23.40 val. seansas vyks 21 d.).
- „Amerikietiškas apiplėšimas“ (veiksmo f., Kanada, Liuksemburgas, N-16) - 16-22 d. 20.45, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 21 d.).
- „Ūsuotasis ponas Mortdecai“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) - 22 d. 18.50 val.
- „Nepatyręs“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 13.16, 30, 17.50, 19, 21.30, 23.59 val. (23.59 val. seansas vyks 21 d.).
- „Nepalūžęs“ (veiksmo drama, JAV, N-16) - 16-22 d. 12.40, 15.20, 18, 21, 23.50 val. (23.50 val. seansas vyks 21 d.).
- „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.30, 14, 15.10, 17 val.
- „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-22 d. 11.20, 13.10 val.
- „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.20, 11.10 val. (10.20 val. seansas vyks 17-18, 21 d.).
- „Naktis muziejuje. Kapo paslaptis“ (nuotykių komedija, JAV, N-7) - 16-22 d. 11.30, 16 val.
- „Hobitas: penkių armijų mūšis“ (fantastinis nuotykių f., Naujoji Zelandija, JAV, 3D, N-13) - 16-22 d. 15.40, 21.10 val.
- „Hobitas: penkių armijų mūšis“ (fantastinis nuotykių f., Naujoji Zelandija, JAV, N-13) - 16-22 d. 12.30 val.
- „Eglutės, 1914-ieji“ (komedija, Rusija, N-7) - 16-18 d. 18.50 val.

- „Septintasis sūnus“ (fantastinis nuotykių f., Kanada, JAV, D.Britanija, Kinija, 3D, N-13) - 19-21 d. 18.50 val.
- „Švanta karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 18.20 val.
- „Sniego karalienė 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) - 16-22 d. 11 val.
- „Arvydas Sabonis. 11“ (dokumentinis f., Lietuva, N-13) - 16-22 d. 14.35 val.
- „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 16-22 d. 20.30, 23 val. (23 val. seansas vyks 21 d.).
- „Asteriksas: Dievų žemė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Prancūzija, Belgija, V) - 16-22 d. 10.40 val.

FORUM CINEMAS VINGIS

- „Pabrolių nuoma“ (komedija, JAV, N-16) - 16-22 d. 11.30, 13.50, 16.10, 18.30, 21.50 val.
- „Mes dainuosim“ (drama, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 11.15, 13.30, 15.45, 18.15, 20.45 val. (22 d. 20.45 val. seansas nevyks).
- „Amerikietiškas apiplėšimas“ (veiksmo f., Kanada, Liuksemburgas, N-16) - 16-22 d. 13, 18.10, 21.50 val. (13 val. seansas vyks 17-18, 21 d.).
- „Ką išdarinėja vyrai! 2“ (komedija, Rusija, N-18) - 16-22 d. 15.45, 20.15, 21.30 val.
- „Ūsuotasis ponas Mortdecai“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) - 22 d. 20.30 val.
- „Marie istorija“ (istorinė drama, Prancūzija, N-16) - 22 d. 19 val.
- „Nepatyręs“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 11.30, 13.50, 16.20, 19, 21.15 val.
- „Hobitas: penkių armijų mūšis“ (fantastinis nuotykių f., Naujoji Zelandija, JAV, HFR 3D, N-13) - 16-22 d. 11.45, 14.50, 18, 21.10 val.
- „Nepalūžęs“ (veiksmo drama, JAV, N-16) - 16-22 d. 13.05, 16, 18.55, 21 val. (16 d. 18.55 val. seansas nevyks).
- „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 11, 12, 13.30, 17 val. (11 val. seansas vyks 17-18, 21 d.).
- „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-22 d. 14.30, 19.30 val.

„Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 11, 13.15 val.

„Septintasis sūnus“ (fantastinis nuotykių f., Kanada, JAV, D.Britanija, Kinija, 3D, N-13) - 16-22 d. 14.15, 19.15 val. (22 d. 19.15 val. seansas nevyks).

„Sniego karalienė 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, 3D, V) - 16-18, 21 d. 12.15 val.

„Arvydas Sabonis. 11“ (dokumentinis f., Lietuva, N-13) - 16-22 d. 16.40 val.

„Eskobaras: Kruvinas rojus“ (kriminalinė veiksmo drama, Ispanija, Prancūzija, Belgija, N-16) - 16-22 d. 21.40 val.

„Eglutės, 1914-ieji“ (komedija, Rusija, N-7) - 16-22 d. 16 val.

„Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV, N-13) - 16, 18-22 d. 18.40 val.

„Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 16, 18-22 d. 20.30 val.

„Aukso žirgas“ (animacinis f., Lietuva, Latvija, Liuksemburgas, Danija, V) - 17-18, 21 d. 11.15 val.

„Naktis muziejuje. Kapo paslaptis“ (nuotykių komedija, JAV, N-7) - 16-22 d. 15.30 val.

„Atkirtis“ (muzikinė drama, JAV, N-16) - 17-22 d. 18.20 val.

„Trečias žmogus“ (romantinė drama, Belgija, D.Britanija, JAV, Vokietija) - 16-22 d. 20.45 val.

„Vaikystė“ (drama, JAV, N-13) - 16-22 d. 18 val.

„Asteriksas: Dievų žemė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Prancūzija, Belgija, V) - 17-18, 21 d. 12.45 val.

„Egzodas. Dievai ir karaliai“ (istorinė drama, D.Britanija, JAV, N-13) - 16-22 d. 15 val.

SKALVIJOS KINO CENTRAS

„Amžinai stilingos“ (dokumentinis f., JAV) - 16, 20 d. 17 val. 17, 19 d. 19.30 val. 21 d. 19 val. 22 d. 21.10 val.

„Force Majeure“ (drama, Švedija, Danija, Prancūzija, Norvegija) - 16, 20 d. 18.30 val. 17, 19 d. 21 val. 19 d. 14.30 val. 21 d. 20.30 val. 22 d. 19 val.

„Didis grožis“ (komiška drama, Italija, Prancūzija) - 16 d. 20.40 val. 18 d. 20.30 val. 19 d. 16.50 val. 22 d. 16.20 val.

„Mažylio Nikolio atostogos“ (komedija visai šeimai, Prancūzija) - 17 d. 14 val.

IDOMU

Susidomėjimas naująja lietuviška komedija „Nepatyręs“ pirmąjį Naujųjų metų savaitgalį buvo toks didelis, kad ne visiems norintiems pavyko jį pamatyti. Pagal premjerinio savaitgalio pajamas (171 455 Eur - 592 000 Lt) komedija „Nepatyręs“ pateko tarp trijų žiūrimiausių filmų Lietuvos kino istorijoje. Aplenkusi abi „Valentino“ dalis („Valentinas vienas“ per pirmąjį savaitgalį surinko 126 853 Eur - 438 000 Lt, „Valentinas už 2rų“ - 351 tūkst. Lt) bei istorinį veiksmo filmą „Tadas Blinda“ (510 tūkst. Lt), naujoji komedija atsiliko tik nuo filmo „Moterys meluoja geriau. Kristina“ (184 488 Eur - 637 000 Lt) ir sąrašo lyderio „Redirected / Už Lietuvą!“ (268 767 Eur - 928 000 Lt).

FILMO PLIUSAI MINUSAI

+ Labai patiko, kad filme daug veiksmo, įtemptas ir greitas siužetas

- Man kiek kliuvo kai kurių aktorių vaidyba, tačiau tai tik mano nuomonė

„Žmonių pasirinkimas“ - R.Daunis jaunesnysis ir Dž.Lourens

Aktoriai Robertas Daunis jaunesnysis (Robert Downey Jr) ir Dženifer Lourens (Jennifer Lawrence) susižavė po du apdovanojimus per kasmetinius „Žmonių pasirinkimų“ apdovanojimus („People's Choice awards“) Los Andžele.

Juostos „Geležinis žmogus“ („Iron Man“) žvaigždė R.Daunis jaunesnysis pelnė geriausio filmų aktorius ir draminių juostų aktorius apdovanojimus. O „Bado žaidynių“ („Hunger Games“) žvaigždė Dž.Lourens atsiėmė apdovanojimus bendrai už kiną ir veiksmo filmus. Muzikos kategorijoje atlikėjas Edas Širanas (Ed Sheeran) buvo nominuotas mėgstamiausio vyro atlikėjo prizui, o dainininkė Teilor Swift (Taylor Swift) išrinkta mėgstamiausia atlikėja.

Geriausiu filmu paskelbta V. Disnejaus „Piktadarės istorija“ („Maleficent“), kuria me vaidina aktorė Andželina Džoli (Angelina Jolie), o geriausiu veiksmo filmu išrinkta „Divergentė“ (Divergent).

„Žmonių pasirinkimų“ apdovanojimai remiasi publikos balsais, ne taip kaip kino industrijos skiriami „Oskarai“ ir „Grammy“ prizai ar užsienio žurnalistų renkami „Aukšiniai gaubliai“.

Komedijos kategorijoje filmas „Nevykėliai po priedanga“ („22 Jump Street“) tapo geriausiu komediniu filmu, o kino veteranas Adamas Sandleris (Adam Sandler) pelnė mėgstamiausio komedijų aktorius prizą. Jo kolegė, filmo „Sunokusios pamergės“ („Bridesmaids“) žvaigždė Melisa Makarti (Melissa McCarthy) tapo mylimiausia komedijų aktore.

Televizijų kategorijose CBS televizijos situacijų komedija „Didžiojo sprogimo teorija“ („The Big Bang Theory“) pelnė pagrindinį prizą. Geriausia komedijų aktore išrinkta Kaili Kvoko-Sviting (Kaley Cuoco-Sweeting), o geriausiu komedijos aktoriumi - Krisas Kolferis (Chris Colfer).

Geriausios televizijos dramos apdovanojimas skirtas serialui „Grei anatomija“ (Grey's Anatomy), geriausių draminių aktorių prizai - Patrikui Dempšui (Patrick Dempsey) ir Elen Pompeo (Ellen Pompeo).

„Laisvalaikio“ inf.



Mylimiausias aktorius - Robertas Daunis Jaunesnysis (Robert Downey Jr., nuotraukoje - su žmona Susana)



Mylimiausia komedijų aktorė - Melisa Makarti (Melissa McCarthy)

► „I kurso vaidybinių ir dokumentinių filmų programa“ (trumpametražiai f., Lietuva) - 17 d. 16 val.
 „Nėra laiko gerumui“ (dokumentinis f., Lietuva) - 17 d. 18 val.
 „Aukso žirgas“ (animacinis f., Lietuva, Latvija, Liuksemburgas, Danija) - 18 d. 14 val.
 „II kurso vaidybinių ir dokumentinių filmų programa“ (trumpametražiai f., Lietuva) - 18 d. 16 val.
 „Mėlynas aksomas“ (drama, JAV) - 18 d. 18 val.
 „Nauja draugė“ (drama, Prancūzija) - 20 d. 20.40 val. 21 d. 17 val.

MULTIKINO OZAS

„Amerikietiškas apiplėšimas“ (veiksmo f., Kanada, Liuksemburgas, N-16) - 16-21 d. 19.15, 21.30 val. 22 d. 21.15 val.
 „Pabrolių nuoma“ (komedija, JAV, N-16) - 16-21 d. 14.45, 19.30, 21.45 val. 22 d. 14.30, 22 val.
 „Ką išdarinėja vyrai! 2“ (komedija, Rusija, N-18) - 16-22 d. 19.30, 21.45 val.
 „Mes dainuosim“ (drama, Lietuva, N-16) - 16-21 d. 13.15, 15.15, 17.15, 19 val. 22 d. 13, 15, 17, 19 val.
 „Foxcather“ (biografinė drama, JAV, N-16) - 22 d. 19.15 val.
 „Ušutasis ponas Mortdecai“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) - 22 d. 19 val.
 „Ekskursantė“ (drama, Lietuva) - 17 d. 15 val.
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-20, 22 d. 11, 11.45, 13.30, 16, 17 val. 21 d. 11, 13.30, 16, 17 val.
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.15, 12.30, 15, 17.30 val.
 „Nepalūžęs“ (veiksmo drama, JAV, N-16) - 16-22 d. 12.45, 15.45, 18.45, 21.30 val.
 „Nepatyręs“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 14.30, 16.45, 19.45, 21, 22 val.
 „Atkirtis“ (drama, JAV, N-16) - 16-21 d. 17 val. 22 d. 16.45 val.

„Sniego karalienė 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) - 16, 18-21 d. 11.15 val. 22 d. 11 val.
 „Sniego karalienė 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, 3D, V) - 16-22 d. 10.30 val.
 „Hobitas: penkių armijų mūšis“ (fantastinis nuotykių f., Naujoji Zelandija, JAV, HFR 3D, N-13) - 16-22 d. 18.15, 21.15 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-22 d. 11, 13 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10, 12.15, 15 val.
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 21 d. 12 val. (Specialus seansas mamoms su mažyliais).
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 17 d. 11 val. (Multikinuko seansas mažiuokams).

OZO KINO SALĖ

„Nematomas frontas“ (dokumentinė biografinė drama, JAV, Lietuva, Rusija) - 16 d. 16 val.
 „Ida“ (drama, Lenkija) - 16 d. 17.30 val. 22 d. 16.30 val.
 „Sibirietiškas auklėjimas“ (trileris, Italija) - 16 d. 19 val.
 „Ekskursantė“ (drama, Lietuva) - 17 d. 15 val.
 „Avinėlio vartai“ (dokumentinis f., Lietuva) - 17 d. 17.10 val. 20 d. 19 val.
 Uždaras seansas - 17 d. 18 val.
 „Samsara“ (muzikinis dokumentinis f., JAV) - 20 d. 17.15 val.
 „Arvydas Sabonis. 11“ (dokumentinis f., Lietuva, N-13) - 21 d. 17.15 val.
 „Lošėjas“ (drama, Lietuva) - 21 d. 19 val.
 „Užstrigusi paauglystėje“ (romantinė komedija, JAV) - 22 d. 18 val.

KAUNAS

FORUM CINEMAS

„Mes dainuosim“ (drama, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 12, 15.05, 17.15, 18, 20.15 val. (17 d. 17.15 val. seansas nevyks).
 „Pabrolių nuoma“ (komedija, JAV, N-16) - 16-22 d. 13.10, 15.40, 19.10, 20.45 val. (22 d. 19.10 val. seansas nevyks).
 „Amerikietiškas apiplėšimas“ (veiksmo f., Kanada, Liuksemburgas, N-16) - 16-22 d. 15.50, 21.30 val.
 „Ušutasis ponas Mortdecai“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) - 22 d. 19.10 val.
 „Nepatyręs“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 11.10, 13.30, 16.20, 18.40, 19.25, 21, 21.40 val. (22 d. 13.30 val. seansas nevyks; 17 d. 19.25, 21.40 val. seansas nevyks).
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.15, 13.50, 14.15, 16.45 val.
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-22 d. 11.20, 12.40 val.
 „Nepalūžęs“ (veiksmo drama, JAV, N-16) - 16-22 d. 14.30, 17.40, 20.40 val.
 „Sniego karalienė 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) - 16-22 d. 10.30, 12.30 val.
 „Hobitas: penkių armijų mūšis“ (fantastinis nuotykių f., Naujoji Zelandija, JAV, HFR 3D, N-13) - 16-22 d. 12.20, 17.40 val.
 „Naktis muziejuje. Kapo paslaptis“ (nuotykių komedija, JAV, N-7) - 16-22 d. 15.20 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 11 val.
 „Arvydas Sabonis. 11“ (dokumentinis f., Lietuva, N-13) - 16-22 d. 18.10 val.
 „Tarp žvaigždžių“ (fantastinis f., D.Britanija, JAV, N-13) - 16-22 d. 20.30 val.

„Asteriksas: Dievų žemė“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Prancūzija, Belgija, V) - 17-18, 21 d. 10.20 val.

CINAMON

„Pabrolių nuoma“ (komedija, JAV, N-16) - 16-22 d. 18.30, 21.45 val.
 „Mes dainuosim“ (drama, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 11, 15.15, 18, 19.55 val. (19.55 val. seansas vyks 17, 19, 21 d.).
 „Ką išdarinėja vyrai! 2“ (komedija, Rusija, N-18) - 16-22 d. 16.15, 19.30, 22.30 val. (19.30 val. seansas vyks 16-18 d.; 16-18 d. 22.30 val. seansas nevyks).
 „Nepalūžęs“ (veiksmo drama, JAV, N-16) - 16-22 d. 13.30, 20.45 val.
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-22 d. 12.15, 14.30, 17.15, 19.30 val. (16-18 d. 19.30 val. seansas nevyks).
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.45, 13.15, 15.45, 18.05 val.
 „Nepatyręs“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 13, 16.45, 19, 20.15, 21.20, 22.30 val. (22.30 val. seansas vyks 16-18 d.).
 „Sniego karalienė 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) - 16-22 d. 11.30 val.
 „Arvydas Sabonis. 11“ (dokumentinis f., Lietuva, N-13) - 16-22 d. 11.45, 19.55 val. (17, 19, 21 d. 19.55 val. seansas nevyks).
 „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 16, 22.05 val. (17, 19, 21 d. 22.05 val. seansas nevyks).
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-22 d. 14 val.
 „Eskobaras: Kruvinas rojus“ (kriminalinė veiksmo drama, Ispanija, Prancūzija, Belgija, N-16) - 17, 19, 21 d. 22.05 val.

KLAIPĖDA

FORUM CINEMAS

„Mes dainuosim“ (drama, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 11, 13.15, 16.50, 19.10 val. (17, 22 d. 19.10 val. seansas nevyks).
 „Pabrolių nuoma“ (komedija, JAV, N-16) - 16-22 d. 17, 19.20, 21.40 val.
 „Ką išdarinėja vyrai! 2“ (komedija, Rusija, N-18) - 16-22 d. 19.30, 21.50 val. (17 d. 21.50 val. seansas nevyks).
 „Amerikietiškas apiplėšimas“ (veiksmo f., Kanada, Liuksemburgas, N-16) - 16-22 d. 21.30 val.
 „Ušutasis ponas Mortdecai“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) - 22 d. 19.10 val.
 „Nepatyręs“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 11.10, 13.30, 16, 18.30, 21 val.
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.20, 12, 12.50, 14.30 val.
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-22 d. 11.10, 13.40, 16.10 val.
 „Sniego karalienė 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) - 16-22 d. 15.20, 17.20 val. (17 d. 17.20 val. seansas nevyks).
 „Nepalūžęs“ (veiksmo drama, JAV, N-13) - 16-22 d. 17.50, 20.45, 23.30 val. (23.30 val. seansas vyks 21 d.).
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.10, 12.20 val. (10.10 val. seansas vyks 17-18, 21 d.).
 „Naktis muziejuje. Kapo paslaptis“ (nuotykių komedija, JAV, N-7) - 16-22 d. 14.30 val.
 „Septintasis sūnus“ (fantastinis nuotykių f., Kanada, JAV, D.Britanija, Kinija, 3D, N-13) - 16-22 d. 18.40 val.
 „Hobitas: penkių armijų mūšis“ (fantastinis nuotykių f., Naujoji Zelandija, JAV, HFR 3D, N-13) - 16-22 d. 21.15 val.

„Arvydas Sabonis. 11“ (dokumentinis f., Lietuva, N-13) - 16-18 d. 15.30 val.
 „Šventa karvė“ (komedija, Lietuva, N-16) - 19-22 d. 15.30 val.

ŠIAULIAI

FORUM CINEMAS

„Mes dainuosim“ (drama, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 10.20, 12.40, 15, 17.15, 19.30, 21.45 val.
 „Pabrolių nuoma“ (komedija, JAV, N-16) - 16-22 d. 16.40, 21.30 val.
 „Amerikietiškas apiplėšimas“ (veiksmo f., Kanada, Liuksemburgas, N-16) - 16-22 d. 19, 20.20 val.
 „Ušutasis ponas Mortdecai“ (veiksmo komedija, JAV, N-13) - 22 d. 18 val.
 „Nepatyręs“ (komedija, Lietuva, N-16) - 16-22 d. 12, 14, 16.20, 18.45, 21.15 val. (12 val. seansas vyks 17-18, 21 d.).
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, 3D, V) - 16-22 d. 11.30, 12.50 val.
 „Galingasis 6“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.10, 15.30 val. (10.10 val. seansas vyks 17-18, 21 d.).
 „Nepalūžęs“ (veiksmo drama, JAV, N-13) - 16-22 d. 17.45, 20.40 val.
 „Madagaskaro pingvinai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 16-22 d. 10.50, 13 val. (10.50 val. seansas vyks 17-18, 21 d.).
 „Arvydas Sabonis. 11“ (dokumentinis f., Lietuva, N-13) - 16-18 d. 15.10 val.
 „Sniego karalienė 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Rusija, V) - 16-22 d. 14.20 val.
 „Septintasis sūnus“ (fantastinis nuotykių f., Kanada, JAV, D.Britanija, Kinija, 3D, N-13) - 16-22 d. 18 val.
 „Hobitas: penkių armijų mūšis“ (fantastinis nuotykių f., Naujoji Zelandija, JAV, HFR 3D, N-13) - 16-22 d. 18 val.
 Redakcija už repertuaro pakeitimus neatsako

„SEB Laisvalaikio“ klubo partneriai



Daugiau kaip 454 vietas visoje Lietuvoje, kur taikoma nuolaida su „SEB Laisvalaikio“ kortele!

- Jei partneris siūlo akciją ar spec. pasiūlymą paslaugai, prekėms, sąskaitai – nuolaida su „SEB Laisvalaikio“ kortele netaikoma!
• Būtime dėkingi, jei informuotumėte mus apie partnerius, nesuteikiusius Jums nuolaidos su „SEB Laisvalaikio“ kortele, tel. (8 5) 212 3344 arba el. p. club@republika.net.
• Informacija „SEB Laisvalaikio“ kredito kortelės turėtojams. „SEB Laisvalaikio“ partneriai Jums suteiks nuolaidą, kai parodysite savo kortelės paskutinius 6 skaičius. Jei dėl asmeninių priežasčių šią skaičių rodyti nenorite, partneris turi teisę nuolaidos netaikyti.

AVALYNĖ, GALANTERIJA

odera Galanterijos parduotuvė „Odera“ Vilnius. 10% nuolaida nenukainotoms ir neakcijinėms prekėms.
verus Galanterijos ir avalynės parduotuvė „Verus“ Vilnius, Kaunas, Klaipėda, Alytus, Mažeikiai, Marijampolė.

verus Galanterijos parduotuvė „Just in Vogue City“ Vilnius. 20% nuolaida prekėms.

AKSESUARAI

Auksinė dovanėlė Juvelyrinių dirbinių parduotuvė „Auksinė dovanėlė“ Vilnius. 28% nuolaida juvelyriniams dirbiniams ir aksesuarams.
Parduotuvė „Laiko uola“ Klaipėda, Vilnius. 12% nuolaida laikrodžiams.

GĖLIŲ SALONAI

Gėlių salonas „Indigo gėlės“ Vilnius. 20% nuolaida prekėms.
Salonas „Tarp gėlių“ Kaunas. 10% nuolaida prekėms bei paslaugoms ir 20% nuolaida husaro paslaugoms (Lietuvoje).

APGYVENDINIMO PASLAUGOS

Viešbutis ir restoranas „Moon Garden Hotel“ Vilnius. 20% nuolaida apgyvendinimui ir 15% nuolaida sąskaitai.
Viešbutis „Magnus Hotel“ Kaunas. 30% nuolaida apgyvendinimui.
Viešbutis „Daniela“ Kaunas. 30% nuolaida apgyvendinimui ir 15% nuolaida sąskaitai viešbučio restorane.

JŪSŲ AUGINTINIUI

Vaidos veterinarijos klinika Vilnius. 8% nuolaida zooprekėms ir gyvūnų maistui, 15% nuolaida gydyto paslaugoms.
Šunų kirpykla „Pet Style“ Vilnius. 10% nuolaida paslaugai, 15% nuolaida prekėms.

VIEŠBUTIS „EUROPA ROYALE KAUNAS“

Kaunas. 12% nuolaida apgyvendinimui nuo viešbučio puslapyje skelbiamų kainų, 10% nuolaida sąskaitai restorane iš „A La Carte“ meniu, 10% nuolaida SPA kompleksui.
Viešbutis „Magnus Hotel“ Kaunas. 30% nuolaida apgyvendinimui.
Viešbutis „Daniela“ Kaunas. 30% nuolaida apgyvendinimui ir 15% nuolaida sąskaitai viešbučio restorane.

DRABUŽIŲ NUOMA

Karnavalinių rūbų nuoma „Arlekinas“ Kaunas. 15% karnavalinių drabužių nuomai.
Šventinių drabužių nuomos salonas „Malonumas 55“ Klaipėda. 15% nuolaida drabužių ir aksesuarų nuomai.

BALDAI, INTERJERO DETALĖS

Tekstilės dizaino studija „LHI Lovely Home Idea“ Vilnius. 10% nuolaida prekėms.
Interjero salonas-galerija „Laurus namai“ Kaunas. 10% nuolaida namų aromatams, kvepiančiomis žvakėmis, persiškiems kilimams, šviestuvams, interjero detalėms.
Žaliuzės „Domus Lumina“ Kaunas. 15% nuolaida prekėms.

BILIARDAS, BOULINGAS

Biliardo klubas „Entry“ Vilnius. 25% nuolaida biliardo žaidimui.
Biliardo klubas „Free Ball“ Vilnius. 20% nuolaida biliardo žaidimui.
Boulingo ir biliardo klubas „Amerigo“ Vilnius, Kaunas. 20% nuolaida boulingo ir amerikietiško biliardo žaidimams.
Boulingo centras „Smūgis“ Klaipėda. 20% nuolaida vienam takeliui.

KALBŲ KURSAI

Valstybės institucijų kalbų centras Vilnius. 15% nuolaida kalbų kursams grupėse ir individualiai.
„American English school“ 80 Lt - 23,17 Eur nuolaida kalbų kursams Lietuvoje, 150 Lt - 43,44 Eur nuolaida kalbų kursams ir stovykloms užsienyje.
„ELC English Language Courses“ Vilnius. 100 Lt - 28,96 Eur nuolaida kursams.

DRABUŽIAI

Italiskių drabužių parduotuvė „Allure Boutique“ Vilnius. 12% nuolaida visoms prekėms.
Drabužių parduotuvė „Ingrid“ Kaunas. 10% nuolaida prekėms.
„Butik.lt“ - stilingi drabužiai ir aksesuarai moterims bei vyrams internetu Vilnius. 10% nuolaida visoms prekėms.



Vaikiškių drabužių parduotuvė „United Colors of Benetton“ Vilnius. 10% nuolaida visoms prekėms.
Drabužių parduotuvė „Wolford“ Vilnius. 10% nuolaida pėdkelnėms, 15% nuolaida kitoms prekėms.
Parduotuvė „JAEGER London“ Vilnius. 15% nuolaida naujos kolekcijos vyriškiems ir moteriškiems drabužiams bei aksesuarams.
Mados namai „Cantas“ Vilnius. 15% nuolaida prekėms ir individualioms siuvimo paslaugoms.

KLUBAI

Naktinis klubas „Mojito Nights“ Vilnius. 12% nuolaida sąskaitai.
Terasa „SKY21 terrace by BarBara“ Klaipėda. Specialūs renginiai.
Naktinis klubas „Power Sachmatine“ Palanga. Nemokamas įėjimas (1 asmeniui).
Menų fabrikas „Loftas“ Vilnius. Specialūs pasiūlymai į renginius.

KITOS PASLAUGOS

Švarumo centras „Jogle“ Vilnius, Alytus. 20% nuolaida drabužių valymui ir 15% nuolaida odinių ir kailinių gaminių valymui.
Vairavimo mokykla „Auto ABC“ Kaunas. 85 Lt - 24,62 Eur nuolaida mokyklos organizuojamiems vairavimo kursams.
Drabužių taisykla ir siuvykla „Linos artelė“ Vilnius, Kaunas, Klaipėda, Šiauliai. 10% nuolaida visoms drabužių taisyso paslaugoms.
Reklamos namai Kaunas. 10% nuolaida lazeriniam graviravimui, spaudos darbams, maketavimo-dizaino kūriniui, WEB dizaino sukūrimui.
Draudimo bendrovė „COMPENSA“. Privatiems klientams taikoma 15% nuolaida šioms draudimo paslaugoms: 1. Transporto priemonių valdytojų civilinės atsakomybės privalomajam draudimui.

KITOS PRAMOGOS

Vakarienė ant Druskinio ežero laive „Druskinio perlas“ Druskininkai. 12% nuolaida sąskaitai.
Naujos kartos vandens dviračiai „Waterpillar“ Druskininkai. 50% nuolaida vandens dviračio nuomai.
Laipynių parkas „Dainuvos nuotykių slenis“ Anykščiai. 20% nuolaida 2 asmenims.
Užeiga „Po vežimu“ Vilnius. 11% nuolaida maistui ir gėrimams, 20% nuolaida pramoginei žūklei, 50% nuolaida vandens dviračių nuomai ir vandens čiuožyklai, 100% sporto inventorių nuomai.
Belmonto nuotykių parkas Vilnius. 30% nuolaida pramogoms dviem asmenims.

GROŽIO PASLAUGOS

„L.Zylberstein“ veido odos priežiūros produktai, www.lzylberstein.eu.lt. 100% nuolaida pristatymui į namus.
Masažai, SPA ritualai, aromaterapija „Provanos kvapai“ Vilnius, Klaipėda. 12% nuolaida prekėms ir paslaugoms.
Estetinės medicinos ir dermatologijos klinika „Grožio pasaulis“ Kaunas. 10% nuolaida kosmetologinėms procedūroms, kūno įvytojams ir anticelulitinėms procedūroms presoterapijos aparatu.

Rytų masažo namai „Azia SPA“ 10% nuolaida procedūroms.
SPA centras „Life energy SPA“ Druskininkai. 10% nuolaida prekėms ir paslaugoms.

Vaikų kirpykla ir masažas „Pukis“ Vilnius. 12% nuolaida vaikų kirpimui, 12% nuolaida vaikų ir suaugusių masažui.
Grožio centras „East Island“ Vilnius. 15% nuolaida paslaugoms.
Masažo salonas „East Island Exotic“ Vilnius. 15% nuolaida procedūroms.



Sporto klubas „Apelsinas“ Klaipėda. 50% nuolaida vienkartiniam aplankymui, 20% nuolaida abonementui, 15% nuolaida soliariumo abonementui.

Moters mokykla

15% nuolaida užsėmimams.
Medicinos klinika „Mirameda“ Vilnius, Kaunas, Klaipėda. 10% nuolaida visoms medicininio gydymo, grožio bei sveikatinimo paslaugoms.
Grožio salonas „Gatineau“ Vilnius, Totorių g. 19. 15% nuolaida visoms grožio paslaugoms.
Internetinė kosmetikos parduotuvė www.selective.lt Vilnius. 25% nuolaida prekėms internetinėje parduotuvėje.

SPA centras „Exotic SPA Morocco“ Vilnius. 12% nuolaida masažo paslaugoms.
SPA centras „Exotic SPA“ Vilnius. 12% nuolaida masažo paslaugoms.

SPA centras „Life energy SPA“ Druskininkai. 10% nuolaida prekėms ir paslaugoms.
Geros savijautos namai „Kūno akademija“ Vilnius. 15% nuolaida masažams, kūno, veido procedūroms ir specialūs pasiūlymai.

Grožio namai „Sothys“ Vilnius. 15% nuolaida prekėms ir paslaugoms.
Ajurvedos centras „Shanti“ Vilnius. 15% nuolaida visoms procedūroms.
Soliariumas „Nefertiti“ Kaunas. 18% nuolaida soliariumo paslaugoms.

Sporto, paslaugų ir sveikatingumo kompleksas „SEB Arena“ Vilnius. 15% nuolaida teniso, skvošo ir badmintono aikštelėms.
Laisvalaikio centras „7 mizos“ Vilnius. 20% nuolaida treniruočių salės bei grupinių sveikatingumo užsėmimų suaugusiųjų abonementams.

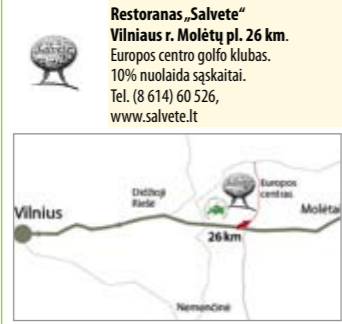
Rašykite club@republika.net

TURITE PASIŪLYMŲ, KUR GALETŲ BŪTI TAIKOMA „LAISVALAIKIO“ NUOLAIDA?

Rašykite club@republika.net

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.

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

Vyno ir gardėsių parduotuvė „La Vinia“ Vilnius. 12% nuolaida visoms prekėms. Tel. (8 5) 278 8467, www.lavinia.lt

www.smilefoto.lt 10% nuolaida fotoaktyvų, fotokalendorių, fotodrobes gamybai, paruošimui, dovanų kambarių.

Interjerinių lielių gaminimo kursai „Senamiesčio lėlės“ Vilnius. 30% nuolaida interjerinių lielių gaminimo kursams.

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

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

„Keistulių teatras“ Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Bilietai: www.bilietai.lt

KONCERTAI, RENGINIAI

Valstybinis choras „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.

KINAS

Kino teatras „Multikino“ Vilnius. 3 Lt - 0,87 Eur nuolaida vienam bilietui, perkant ne daugiau kaip 2 bilietus.

SVEIKATINGUMO PASLAUGOS

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

TRANSPORTO PASLAUGOS

Automobilių nuoma „Easy Rental“ Vilnius. 18% nuolaida įmonei priklausantiems lengvųjų automobilių ir mikroautobusų nuomai.

SPORTO PRAMOGOS

Kokteiliai „Energy Diet“ Sportuojant arba laikantis dietos, 10% nuolaida produktams.

UGDYMAS

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

ŠOKIŲ STUDIJOS

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



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



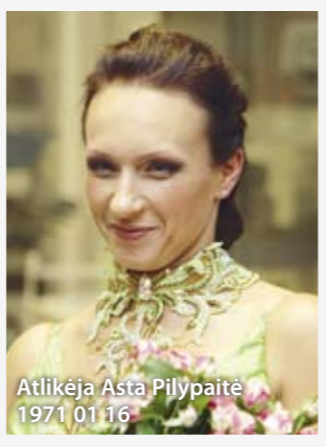
ASTROLOGINĖ PROGNOZĖ SAVAITGALIUI (16,17,18 D.)

Dylant Mėnuliui, **Avinams** pats metas užbaigti įgyvendinti seniai subrendusias idėjas. Jei rūpi šeimos ramybė, neišsilaikykite. **Jaučiams** patartina pailsėti. Jei norėtumėte pakeisti įvaizdį ir stilių, nedelskite. Skirkite dėmesio taisyklingai mitybai - šiuo metu bus jautresnė virškinimo sistema. **Dvyniai**, kurie subrendę prisipažinti meilę, turėtų tą padaryti penktadienį. Atskleidę savo jausmus, užversite meilės nesėkmių puslapį. **Vėžiai** pajus jėgų antplūdį, jį patartina išnaudoti aktyviai veiklai. Galite visą savaitgalį skirti darbui: bus kaip niekad lengva įveikti kliūtis. Puikiai jausis **Liūtai**. Palanku įsityti daiktus, apie kuriuos seniai svajojote. Jautresnė bus oda, tad stenkitės surasti laiko kosmetinėms procedūroms. **Mergelėms** norėsis pabėgti nuo realybės. Jokių būdu nesigriebkite alkoholio ar migdomųjų: dvasinį balansą puikiai gražinsite medituodami arba kurdami. Darbo pokalbiams labai tinka penktadienis, tad **Svarstyklėms**, kurios nori pakeisti darbą ar padaryti karjerą, turėtų tuo pasinaudoti. Pasistenkite nepersivalgyti - labai kaupsis antsvoris. Savaitgalio pasiilkiavimas būtų naudingas **Skorpionams**. Tad pirmyn į baseiną! **Šauliai** pajaus, kad jų buvimas tarsi po didinamoju stiklu ima varginti, tad savaitgalį greičiausiai leis namuose. Jei yra žmonių, kurie jums padėjo, šeštadienį jiems atsilyginkite. Įtemptas metas **Ožiaragių** šeimose: gali būti sunku susitarti su antrąja puse. Galite pastebėti, kad mylimas žmogus turi tokių savybių, kokių iki šiol nepastebėjote. Pasistenkite dėl to nesinerinti. Su tinguliu grumsis **Vandeniai** - daugumai reikės padaryti nemažai nepadarytų darbų. **Žuvims** naudinga būtų nepraleisti progos patylių, ypač sekmadienį. Mėgautės gyvenimu ir neišsėskite bėdos ten, kur jos nėra.

ASTROLOGINĖ PROGNOZĖ SAUSIO 19-22 D.

AVINAS	JAUČIUI	DVYNIAMS
„Ramu kaip lapei iš kilpos ištrūkus.“ Lengvai spręsis sudėtingos kasdienės problemos, atrasite teisingus kelius link siekiamo tikslo. Su giminičiais ir mylimu žmogumi turėtumėte būti atviri ir garbingi. Napatartina leistis į kelionę.	„Mylėt ir žadėt nereikia pinigai mokėt.“ Meilės fronte numatomai tik geri įvykiai - gausite dovanų arba išgirsite meilės prisipažinimą. Aplinkybės privers skubiai spręsti iškilusias finansines problemas: galite atviri ir garbingi. Napatartina leistis į kelionę.	„Žiopliava pinigą kainuoja.“ Rizikuosite iliuzijas palaikyti realybe ir pridaryti klaidų, kurias ateity bus sunku ištaisyti. Fantazija pravers - mylimam žmogui patiktų ir jį nudžiugintų jūsų maloni staigmena. Tačiau stenkitės pernelyg neišsilaikyti.
VĖŽIUI	LIŪTUI	MERGELEI
„Aksu baisininkė, rankos - darbininkė.“ Plėtosite gana aktyvią veiklą visose gyvenimo srityse. Tikėtinos naudingos pažintys, finansinės įplaukos ir gausybė darbų. Tačiau stenkitės, kad darbo veikla neužgožytų asmeninio gyvenimo.	„Viskas po saule keičiasi.“ Jūsų gyvenime - permainų vėjai. Daug dirbsite, rūpės pinigai ir prestižas. Stenkitės išvengti rizikingų finansinių aferų, antraip prarasite didelę pinigų sumą. Santykius kurkite lygiateisiškumo ir tarpusavio pagarbos pagrindu.	„Duoda - imk, muša - bėk.“ Teks daug ir nuosirdžiai dirbti, kad užbaigtumėte visus projektus. Iš esmės prasiplėš akiratis. Atsiras galimybė išvykti į egzotišką šalį. Galimas naudingas sandoris, kuris nepriklausys nuo to, ar būsite pirktas, ar parduotas.
SVARSTYKLĖMS	SKORPIONIUI	ŠAULIUI
„Kiekvienam paukšteliai - sava giesmelė.“ Tinkamas metas naujam darbu - ieškoti arba pradėti dirbti. Būsute priversti pakeisti bendravimo su aplinkiniais manierą ir taktiką. Visata palaikys tuos, kurie savo nuomonę pasakys atvirai ir ryžtingai.	„Pergvent gyvenimą - tai ne lauką išart.“ Tikėtini įvykiai, kuriems nesate pasiruošę. Būsute kritiškai ir įžeidūs. Galimas susitikimas su žmogumi, kuris turės įtakos jūsų likimui. Pasistenkite nekonfliktuoti su aplinkiniais, ypač moterimis.	„Nuo likimo po puodu nepasilėpsi.“ Permainos, tikėtina, bus nors ir staigos, tačiau pozityvios, atveriančios naujas perspektyvas. Ar pasinaudoti jomis, ar ne - spręsti jums. Jei norėsite, pavyks užmegzti įdomią romantišką pažintį.
OŽIARAGIUI	VANDENIUI	ŽUVIMS
„Stenkis, ir Dievas padės.“ Kūrybinių iniciatyvų ir sėkmingų dalykinių situacijų periodas. Kolegos bus nusiteikę kritiškai, tad būkite atidūs kaip niekada ir kontroliuokite kiekvieną savo žingsnį, nes tik taip apsisaugosite nuo didelių klaidų.	„Norėk kaip geriau - išeis kaip visada.“ Pavyks pakeisti arba iš naujo pasirinkti interesus ir pomėgius. Jei pajustumėte, jog esate nepatenkinti savimi, žinokite, kad jums paprasčiausiai stinga permainų. Atnaujinkite garderobą arba šukuoseną.	„Daug žadės, mažai tesės.“ Daug žadantis ir spalvingas periodas. Spindėsite dvasingumu ir tuo trauksite aplinkinius. Galėsite mėgautis susitapirusiais partnerystės ryšiais, kuriuose pasižymėsite veiklumu. Kad įgytumėte populiarumo, nežiūrėkite vien savo interesų.

LAIŠVAIKIS SVEIKINA



Serialas „reindženai“								
Lietuvių f. „Niekas mirė“	E. Hemin- gvejaus „Turet ir ...“	Darytis geriam	Virve gyvuliams gaudyti	Pietų kraštų daržų augalas	Pežiūros kairysis intakas	Vaistybe Azijoje	Serialas „Nedas ... Steis“	Vokietijos TV „...-1“
Pareigūnas, tvirtinantis sutartis				Anglų rašytojas Džonas ...				
Klagesys, trūkšmas (tarm.)	Alaus darytojas	ES nare	Kas viską žeria į akis					
...laukai (su geleimis)							Prancūzų režisierius	
			Kluzma	Virtas valgis, sruoba	JAV kosm. tyrimų centras			Turkijos adm. terit. vienetas
JAV valstyje		...vyksu į komandruotę	Aktore ... Longonija			Prancūzų aktorė ... Zirardo		
						Muzikos garsas		
Italų tapytojas, skulptorius	Rašytojas ... Zola	Teigiamasis elektrodas	JAV aktorė, dainininkė		Rytoj	Atvertas	Dain. ... Pačkauškas	Ugnikainis Japonijoje
				Taurusis elnis				Indės tradicinis drabužis
Dainininkė ... Ken			V. Klovos opera „Ave ...“	Miestas Džukijoje				
Veido išraiška		Dejone	Lietuvių poete	Statinio stogo sienelė				
Tarpfauliništas dardtas	Iš ... žodžių neišmėsi					Kilinga moters		
					Gera ir daug edantis	Restoranas Viniuje „Ida“		
Nedidelė gria	Blogas kvapas					Kompiuterio atmintis	Žavinga	Č. Milošo romanai „...sienis“
Vaistybe Afrikoje	Kame- nogor- kas	Yra ... viena galimybė	Nuodinga Amerikos rupūžė	Moters vardas	Juosta, brūkšny			Muzikos garsas
						Vežimo ... Kava ... pienu		
Prancūzų rašytoja				Sudejom, apskai- čavom				
F. „Marš, marš, ... ta- ta“		Alkoholinis gerimas				Aktorė ... Speisek		

Teisingai išsprendę kryžiažodį galite laimėti švedišką jautrios odos kremą „A-creme“

Atsakymą į kryžiažodį iki sausio 20 d. siųskite SMS žinute numeriu 1390. Rašykite: LV KR, atsakymą, vardą, pavardę ir miestą. Žinutės kaina 0,29 Eur - 1 Lt. Praeito kryžiažodžio laimėtoja **Sigita BUTNORIŪTĖ** iš Vilniaus. Jai bus įteiktas kremas „A-creme“.

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



Kryžiažodžio, išspausdinto praėjusiame numeryje, atsakymai:

Vertikaliai: Malūnėlis. Batas. Mia. Akyta. Seborėja. Abaka. Penalas. RAM. Mina. Kolitas. Dima. Gana. Valeias. Ja. Ta. Romanas. Skola. Tulikas. Faunas. Ramadanas. Kalbasi. Kameronas. Reidas. Salakas. Dailus. Nė. Uranas. Daimas. Sin. Asas. Plautai. Moša. Alsas. Spirgas. Molas.
Horizontaliai: Amaterasu. Labina. Amaras. Rūkana. Melasa. Nyka. Taranas. Mėta. Rudokas. LA. Volanas. Kaminas. Pp. Polakas. Li. Selenas. Dar. Benitas. Daug. Abatas. Raita. Tolas. Keimas. Garas. Failai. Sės. Saldus. Kubas. Mo. Marjona. Sol. Amalas. Niša. Čalma. Asilėnas.
Pažymėtuose langeliuose: REAKTORIUS.

SUDOKU

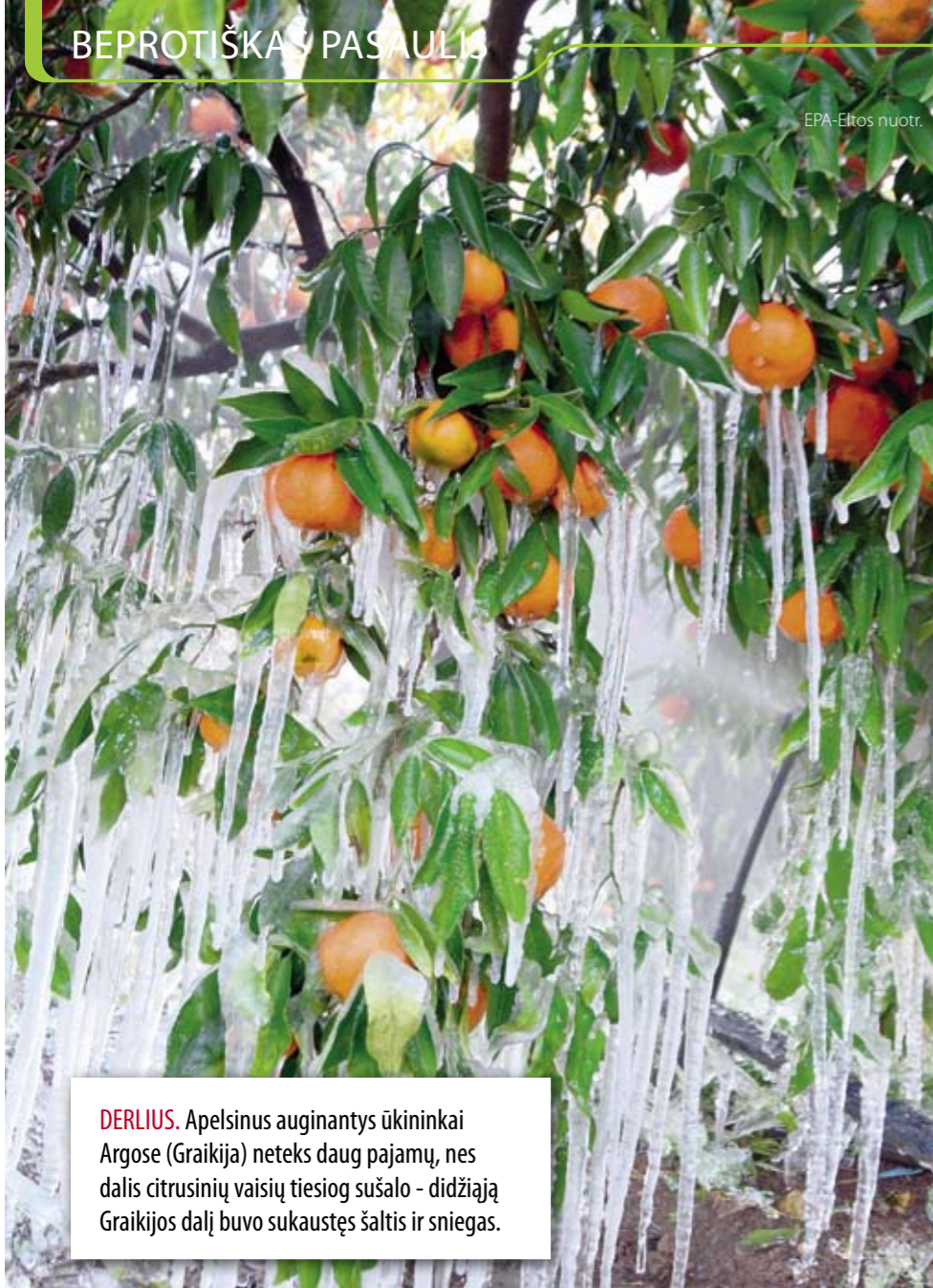
Galvosūkių, išspausdintų prieš savaitę, atsakymai.

Asmeninė ASTROLOGO konsultacija telefonu:

Kokioje veikloje galiu pasiekti geriausių rezultatų?
Kada gydyti chroniškus susirgimus?
Vaikas, koks jis?



EPA-Eltos nuotr.



DERLIUS. Apelsinus auginantys ūkininkai Argose (Graikija) neteks daug pajamų, nes dalis citrusinių vaisių tiesiog sušalo - didžiąją Graikijos dalį buvo sukaustęs šaltis ir sniegas.



GABUMAI. Nacionalinių šokių šokėjos Indijoje gali pademonstruoti ne vieną neįtikėtiną sugebėjimą.



ANEKDOTAI

Panelė grįžo iš vairavimo egzamino.
- Na, kaip išlaikė? - klausia tėvai.
- Nežinau, egzaminuotojas dar ligoninėje.

„Skaiptą“ turėti labai apsimoka. Lyg ir turi namie svečių, o vaišinti ir girdyti nereikia!

- Šiandien dvidešimtosios mūsų vedybų metinės. Kaip mes jas paminėsime, mielas?

- Tylos minute.

- Brangioji, šeštadienį mes galėsime puikiai praleisti vakarą. Nupirkau tris bilietus į kiną!

- O kodėl tris?

- Vieną tavo tėvui, vieną motinai ir vieną broliui.

Nusipirko blondinė mašiną ir per savaitę parvažiavo pas tėvus į kaimą. O į miestą grįžo tik po penkių mėnesių.

- Kodėl taip ilgai važiavai? - klausia draugai.

- Galvojate, lengva atgal važiuoti. Pirmyn keturios pavaros, o atgal tik viena!..

Ar žinote, kaip atsirado demokratija? Kartą Dievas pasikvietė Adomą. Pastatė priešais jį Ievą ir tarė:

- Na, o dabar rinkis žmoną!

Parduotuvėje vyriškis nedrąsiai užkalbina nepažįstamą moterį:

- Atsiprašau, kad užduosiu tokį keistą klausimą. Sakykite, į kokį parduotuvės skyrių jūs eitumėte, jei turėtumėte 1000 eurų?

- Žinoma kad į kosmetikos!

- Ačiū jums! Bėgu ieškoti žmonos!

Pamokos tema: „Žaidimai, lavinantys loginį mąstymą“. Mokytoja klausia:

- Kas įvyks, jeigu didžiulės masės meteoritas kirs Žemės atmosferą?

Petriukas:

- Benzinas pabrang, tamsta mokytoja!

- Kaip tai?..

- Mano tėvas visada sako, jeigu tik kur įvyksta kokia nesąmonė, Lietuvoje iš karto pabrangsta benzinas.

- Kaimynėle, ką tik tavo katė suėdė mano kanarėlę!

- Ačiū, Juozeli, kad perspėjai, dabar ji negaus vakarienės.

Į kairiuosius ir dešiniuosius mūsų politikai skirstomi pagal tai, kuria ranka daugiau linkę griebti.

Panevėžio muzikinis teatras
(Nepriklausomybės a. 8)

2015 m. sausio 31 d. 16 val.

Bilietus platina teatro kasa ir



Vytautas V. Landsbergis

geriausių dainų kompaktinės plokštelės „Snaigiu spygliu“ pristatymas



Teatro klube (Vilniaus g. 22, Kaunas)
2015 02 07
17.00

AINIS IR GEDIMINAS
STORPIRŠČIAI



Tarakonas
iš
vaikystės



Koncertas „Vaikams, kurie kažkada buvo suaugę“

(oposai A. de Saint-Exupéry)

Bilietus platina:



Vilniaus universiteto planoratorija
2015 02 13
19:00

Bardai tarp žvaigždžių

Olegas
Ditkovskis

Neda

Bilietus platina:



Teatro klube (Vilniaus g. 22, Kaunas)
2015 02 26
19.00

„Pasauliu netikiu, o pasaka tikiu“

Poetinė muzikinė programa

Giedrius
ARBAČIAUSKAS

Andrius
BIALOBŽESKIS



Bilietus platina:



Daugiau nei **1000** dovanų!

PRAMOGAUKIT DAUGIAU!

UŽ JUS MOKA

„LAISVALAIKIS“



Vairuok Ferrari F360
Vilniaus gatvėse
+ filmavimas

LaisvalaikioDovanos.lt
Važiuosite Vilniaus gatvėmis

~~55,03 €~~ **38,52 €**
~~190 Lt~~ 133 Lt



-30%



Jodinėjimas Trakų
aplinkėse (2 asm.)

Žirgynas „Sagittarius“
Naujoji g., Rūdiškės, Trakų r.

~~27,51 €~~ **18,83 €**
~~95 Lt~~ 65 Lt



-32%



Viduramžių pietūs
Norviliškių pilyje (2 asm.)

„Norviliškių pils“
Norviliškių k., Dieveniškų sen., Šalčininkų r.

~~43,15 €~~ **30,41 €**
~~149 Lt~~ 105 Lt



-30%



Kvietimas į „Cezario grupės“
teatrą (2 asm.)

„Cezario grupė“
Vilnius, Kaunas, Klaipėda

~~28,67 €~~ **13,03 €**
~~99 Lt~~ 45 Lt



-55%



Pasivažinėjimas keturračiu
„Motolaisvalaikio“ trasoje

„Motolaisvalaikis“
Žaidrių k., Trakų r.

~~14,19 €~~ **9,85 €**
~~49 Lt~~ 34 Lt



-31%

Akcija galioja: 2015 m. sausio 16-22 d.