

Pakilti virš kasdienybės

Rugpjūčio 31 d. Vilniaus Senamiestį baltai nuspalvins tūkstantinė minia. „Vakarienės baltai“ organizatorės Dovilė Butkienė ir Valda Lukošiu­tė pasakoja, kad svarbiausia – degti idėja.

2-3 p.



Irmano Sidarevičiaus ir Domanto Kvedaro nuotr.

Kokia ši vasara buvo pajūryje daug laiko su šeima praleidusiai šokėjai-choreografei **Veronikai Montvydienei**?



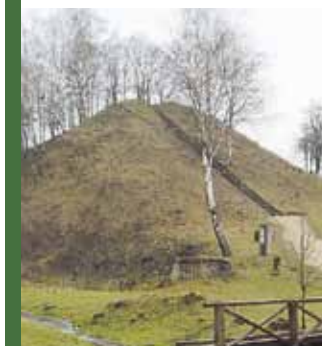
Plačiau 4 p.

Ar šiuolaikiniai pasakotojai skiriasi nuo amato pradininkų, pasakoja šios profesijos atstovė **Milda Varnauskaitė**.



Plačiau 5 p.

Jei mėgstate patyrinti Lietuvos kampelius, „privalu pamatyti sąrašą“ įtraukite ir keletą gražiausių piliakalnių.



Plačiau 7 p.

Kodėl šiuolaikiam žmogui svarbu būti apsuptam gamtos ir medžių, paa­iškina japoniška filosofija *shinrin yoku*.



Plačiau 9 p.



Degti balta idėja

Rugpjūčio 31 d. vyks penktasis „Le Diner en Blanc Vilnius“ renginys, lietuvių vadinamas „Vakariene baltai“. Elegantiška baltai apsirengusių žmonių minia papuoš sostinės senamiestį, aidės klegešys ir muzika. Šventės organizatorės **DOVILĖ BUTKIENĖ** ir **VALDA LUKOŠIŪTĖ** pasakoja, kad svarbiausia - degti šio renginio idėja.

Dalia DAŠKEVIČIŪTĖ

- Dovile, dirbote mados žurnale, taip pat komunikacijos srityje prancūzų kompanijoje. Idėja kurti šį renginį Lietuvoje kilo jums. Kaip pavyko mintį paversti kūnu?

Dovilė: Idėja kilo Paryžiuje, apie ją sužinojau iš kolegės, gyvenančios Prancūzijoje. Viskas pavyko, nes radau žmonių, su kuriais galėčiau tai įgyvendinti. Pagal renginio taisykles, vienas to daryti ir negali - komandoje turi būti bent pora žmonių. Pakviečiau Valdą, ji norėjo skirti laiko šiam projektui.

Pradžioje buvome trise, vėliau likome dviese. Turi degti šia idėja, čia ne verslas, kuris neša milijonus. Ir laiko nereikia skaičiuoti, nes jei tai darysi, šios idėjos neįgyvendinsi niekada (*šypsosi*). Bet jei patinka darbas, darai jį su malonumu - nesvarbu, ar dvyliką valandą nakties, ar aštuntą rytą.

LAUKO RENGINIAMS ORAS LABAI SVARBUS, TĄ VAKARĄ DREBĖS TURBŪT VISI, NES PASKUTINĖ VASAROS DIENA, VILNIUJE VYKS DAUG KONCERTŲ

- Kaip susipažinote su Valda, kuri yra iš visai kitos srities - teisininkė ir asmeninė sporto trenerė?

Dovilė: Mano vyras Valdos bendrklasik, kurį laiką gyvenome šalia, taip ir susipažinome. Valda irgi mėgsta eleganciją, gurmanišką maistą, prancūzų kultūrą. Turi kitų profesinių igūdžių nei aš, todėl ir pamaniau, kad galime būti

puiki komanda. O kodėl ji patikėjo idėja, aš nežinau (*juokiasi*).

Valda: Dovilė pakvietė kavos, papasakojo, o aš net nesvarstydama sutikau. Patikėjau iškart, nes žinojau šį renginį. Tuo metu mokiausi prancūzų kalbos Paryžiuje, tad ten mums papasakojo, kokias tai nuostabi šventė. Žingsnis po žingsnio viskas ir prasidėjo.

- Derybos dėl pirmojo renginio vyko pusmetį.

Dovilė: Tarptautinis komitetas dabar įsikūręs Kanadoje, renginys vyksta visame pasaulyje, tad natūralu, kad užtrunka, o dar ir laiko juostos skiriasi, ne visada pavyksta gauti reikiamą atsakymą nedelsiant. Tad derybos užtruko, kol jie mumis patikėjo ir leido organizuoti.

Valda: Reikėjo siųsti komandos narių CV, papasakoti, kaip mes tai įsivaizduojame. Kalbėjome skaičiu ir vaizdo konferencijose, tuomet gavome penkiasdešimt lapų sutartį bei visus renginio keliamus reikalavimus.

Dovilė: Jie turėjo įsitikinti, ar sugebėsime tai padaryti. Vienas iš partnerių buvo Prancūzijos ambasada - tai mums buvo privalusas.

Valda: Komitetas pradžioje apskritai nelabai suprato, kas ta Lietuva ir kaip atrodo Vilnius. Jiems reikėjo nuotraukų, tuomet su „Google maps“ virtualiai parvaikščiojo po Vilnių ir pasakė: „Visai čia pas jus gražu, gal ir realu surengti.“ Pagal gyventojų skaičių Vilnius bene pats mažiausias iš miestų, kuriuose vyksta šis vakarienis. Atsižvelgdamas į miesto dydį, komitetas nustato minimalų žmonių skaičių, kuris turi dalyvauti renginyje. Pirmajam renginiui reikėjo surinkti apie šešis šimtus žmonių, tuo metu tai atrodė labai daug, buvo baisu. Jeigu būtume nepasiekusios minimumo, būtume gavusios baudą.

Dovilė: Būdavo, pasakoji draugėms apie idėją, ir jos svyrato: ar Lietuvoje kas nors norės dalyvauti tokiame renginyje, kuriame viskuo reikia rūpintis pačiam, juk tai yra piknikas, reikia atsinešti savo stalą ir kėdžių, apsirengti baltai... Rinkos tyrimų nedarėme - kaip ir turbūt daugelis, kurie veikia nešami idėjos, o ne kurie *daro* bokštą? Jeigu kokią karkia veikia, kur investuoti daugiau-



Valda Lukošūtė ir Dovilė Butkienė

sia ne pinigų, o savo darbo. Mes jautėme, kad reikia Lietuvai, ir ypač Vilniui, tokio renginio. Žmonės jam pasiruošę. Atmosfera, kurią gauni, jokiems pinigams neprilygsta. Namie, kol ruošiesi, dar to nejauti, bet nuo momento, kai išėjai iš namų, kai pakelii sutinki kitus baltus žmones, kurie draugiškai ir gerai nusiteikę, o pasidengę stalus mojuoja baltomis servetėlėmis - visa tai sukuria be galo gerą nuotaiką. Tai pakilimas virš kasdienybės, atrodo, kad esi tarsi kitame pasaulyje.

Valda: Vado vakaro atmosfera tokia. Kada dar mieste, vidury gatvės ar aikštės, turi galimybę vakarieniauti? Ir dar matydamas Katedros bokštą? Jeigu kokią karkia veikia papuoštam baltai, vis tiek ji

IDOMU

■ Pirmą kartą „Le Diner en Blanc“ savo bičiuliams suorganizavo Fransua Paskjė (Francois Pasquier) 1988 metais Paryžiuje, Bulonės miške. Jos esmė - baltai apsirengę žmonės vakarieniauja iš baltų indų, staltiesės ir kėdės - taip pat baltos. Dalyviai gali atsinešti savo ruoštus patiekalus arba užsisakyti pikniko pasiūlymą iš restorano. Fone skamba muzika.

■ Tarptautinė renginio plėtra prasidėjo prieš devynerius metus. Dabar ši vakarienis rengiama trisdešimt penkiose šalyse, aštuoniasdešimtyje miestų.

■ Jubiliejinė, trisdešimtoji, vakarienis Paryžiuje šiemet jau įvyko, jį susirinko 18 000 žmonių, mat buvo leista dalyvauti ir užsieniečiams - įprastai jiems patekti į šį renginį sunku.

- Į renginį paprastai neužsiregistruosi: pirmiausia priimami jau dalyvavę šventėje, tada - su dalyvavusių rekomendacijomis, galiausia - naujokai. Kaip atsirenkate dalyvius? Negi domitės kiekvienu?

Valda: Įvairiai, svarbu išlaikyti santykį - nauji dalyviai sudaro ne daugiau kaip 30 proc. Būna, užsiregistruoja į laukiančiųjų sąrašą, bet dėl visa ko dar parašo laišką su didžiausia motyvacija - tokie pat suteikiame prioritetą. Kadangi dalyvių skaičius yra ribotas, o didžioji dalis būna jau dalyvavę ar rekomenduoti svečiai, tai atsirinkti naujokus tikrai nėra taip sunku, kaip gali atrodyti.

Dovilė: Artėjant registracijos pabaigai patekimas į renginį yra greitu metu reikalingas - lieka kažkiek laisvų vietų staliukams, tad kas pirmesnis, tas gudresnis.

- Registracija baigta - kiek dalyvių šiemet bus?

Valda: Laukiančiųjų sąrašas - apie 7000, o dalyvaus apie 1000.

- Vakarienis pasižymi lokacijos slaptumu. Iki paskutinės minutės dalyviai, kaip ir renginio savanoriai, nežino, kur ji vyks. Kokių detalių galite atskleisti apie šįmetę vietą?

Dovilė: Tai bus nuostabi, labai vaizdinga Vilniaus senamiestio vieta.

Valda: Kaip ir visos prieš tai buvusios (*juokiasi*).

- Pagal kokius kriterijus tas vietą atsirenkate ir kaip pavyksta suderinti su savivaldybe?

Valda: Vietoms keliami tarptautiniai reikalavimai: dangos, dydžio, praeinamumo, prestižiškumo, kokie žmonių srautai vaikšto. Negali, pvz., surengti Vingio parke, nes bus įdomu tau pačiam, o miestui naudos mažai. Taip pat neleidžiama vakarienis rengti ant žolės; erdvė negali būti per didelė - kad suplanuotas žmonių skaičius neištriptų erdvėje ir neatrodytų juokingai. Sugalvojame kelis variantus ir siunčiame tarptautiniam komitetui. Kai patvirtina vietą, tuomet deriname lokaliai.

Dovilė: Nėra buvę, kad užtektų tik savivaldybės leidimo. Jį gavę, turime toliau derinti ar su



bažnyčia, ar su teatru, muziejumi - priklausomai, šalia kokių pastatų, organizacijų bus ta erdvė.

- Ar per penkerius metus pasitaikė, kad kažkokia vieta būtų atkritusi?

Dovilė: Galvojome rengti prie Baltojo tilto, ir savivaldybė palaikino - tačiau nors kiti ir organizuoja ten piknikus, pagal reikalavimus mes negalime rengti ant žolės, o ir erdvė per didelė - kad ir 3000 žmonių sukviestus, *paškęs* jie ten. Esame su Kanada, su Paryžiumi pasitarę, kad Vilniuje geriau išlaikyti mažesnę, bet kokybiškesnę renginį.

- Ar užsieniečiai dalyvauja čia?

Valda: Taip, nemažai, ir svečių atsiveža, ir Amerikos lietuvių atvyksta. Būna, kad ir patys užsieniečiai užsiregistruoja, rašo, kad labai norėtų dalyvauti, kad žino renginio konceptą. Užsieniečiams labai patinka, gal jiems čia juntamas tarptautiškumas, ir kad

visame pasaulyje tas renginys vyksta. Būdamas tarp vietinių gyventojų, gali pajauti miesto atmosferą, susipažinti.

Dovilė: Be to, mes visada paruošiame renginio programą. Galime išduoti, kad siemet koncertuos Vaidas Baumila su grupe.

- Kaip pasirenkate renginio atlikėjus?

Valda: Irgi pagal tarptautinius reikalavimus. Kadangi auditorija labai įvairi, dalyvių amžius - nuo 20 iki 80, tad negali parinkti superalternatyvos, kad ir labai tuo metu populiarios, grupės, nes vyresnio amžiaus žmogus nesupras, ko jis čia atėjo. Muzika turi patikti daugumą visiems, kad būtų linkmas.

Dovilė: Atlikėjas turi būti pakankamai elegantiškas. Juk tai ne koncertas, o elegantiškas piknikas, tad atlikėjas pakviečiamas pabaigai, tarsi vyšnaitė ant torto. Jo galėtų ir nebūti, tik didžjūs, bet norisi to muzikinio fono. Tad atlikėjas negali atlikti tik savo

TARPTAUTINIS KOMITETAS PRADŽIOJE APSKRITAI NELABAI SUPRATO, KAS TA LIETUVA IR KAIP ATRODO VILNIUS

programos - norisi, jog svečiai būtų maksimaliai patenkinti, todėl prašome atlikti bent keletą *kovėrių*, kad melodijos būtų visiems atpažįstamos.

- Dalyviai registruodamiesi patvirtina sutinkantys dalyvauti renginyje nepriklausomai nuo oro sąlygų. Lietuvoje orai nenuspėjami, vakarienis vyksta po atviru dangumi, žmonės vilki baltai nuo galvos iki kojų. Ar nebūna kasmet streso, kad tik kokia vėtra ar lietus neužkluptų?

Valda: Visą vasarą dėl to drebam (*juokiasi*).

Dovilė: Taip, nors ir supran-

ti, kad nieko pakeisti negali. Lauko renginiams oras labai svarbus, tą vakarą drebės turbūt visi, nes paskutinė vasaros diena, Vilniuje vyks daug koncertų. Bet žmonės nusiteikia tam kaip nuotykiui. Galima apsilvilti permatomą lietaus, ar baltą skėtį pasiimti. Valgyti po lietuvių mažiaus smagu, bet vasaros lietus bent jau nėra labai šaltas. Jau prieš mėnesį pradeda stebėti orų prognozes, nors oras ir per dieną keliskart gali pasikeisti.

Valda: Jeigu oro išsigandęs dalyvis neateina, jis įtraukiamas į juodąjį sąrašą ir daugiau į renginį kvietimo negaus. Pz., pernai likus porai valandų iki renginio praužė audra, bet vėliau vos pakrapnojo. Renginio atmosfera nuo to tik pagerėjo, nes kai nusiteiki, kad bus blogai, staiga nušvinta dangus ir visiems gera nuotaika, net jeigu ir vėsoka.

Dovilė: Ruošėmės ir svaro, tème, kas bus, bet kai susirinkome, buvo labai smagu, nes pamatėme skrendančius oro balionus -

supratome, kad orai pasitaisė. O per pirmąjį renginį visą dieną buvo apsiniaukę, buvo labai šalta, bet nuotraukose tas juodai raudonas dangus su slenkančiais debesimis atrodo įspūdingai!

- Ar su renginiu susijusių laipsnų pasitaikė?

Dovilė: Buvo pora dalyvių, kurie užsiregistravo, susimokėjo mokesčių ir likus porai savaitių iki renginio atsipeikėjo - kad reikia atsinešti staliuką, kėdžių... Tad vis dėlto pasitaiko tokių, kurie registruojasi nežinodami, koks tai renginys.

- Dovile, pati minėjote, kad reikia degti šia idėja, ir tas galioja visų šalių „Vakarienis baltai“ organizatoriams. Kiek patį nusiteikusi tuo degti?

Dovilė: Neslėpsiu, kad entuziazmas ir didžiausias azartas buvo pirmąjį renginį. Kartu ir daugiasia baimės, kaip ir smalsumo - kaip viskas atrodys, ar susirinks reikiamas kiekis žmonių. Emociškai stipriauš tiek man, tiek Valdai būvo tie pirmi metai, ypač dėl to, kad padarėm, kad pavyko. Dabar labiau nusiteikia tam kaip nuotykiui. Galima apsilvilti permatomą lietaus, ar baltą skėtį pasiimti. Valgyti po lietuvių mažiaus smagu, bet vasaros lietus bent jau nėra labai šaltas. Jau prieš mėnesį pradeda stebėti orų prognozes, nors oras ir per dieną keliskart gali pasikeisti.

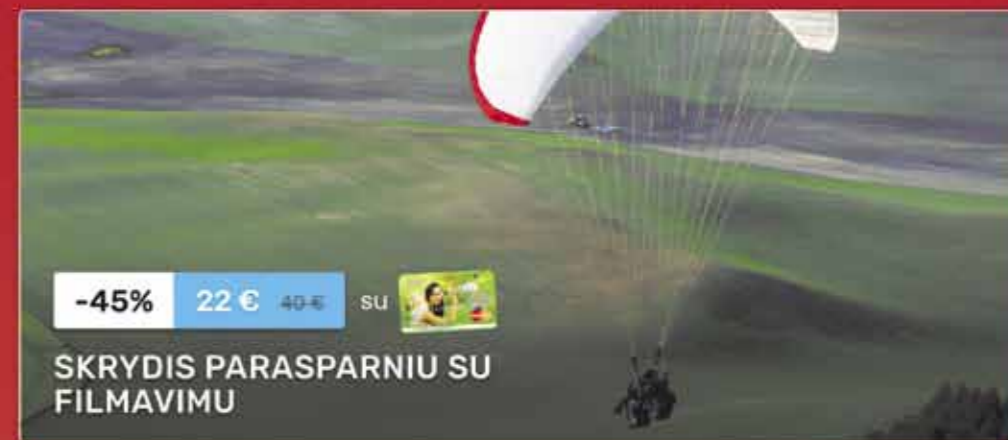
Valda: Jeigu oro išsigandęs dalyvis neateina, jis įtraukiamas į juodąjį sąrašą ir daugiau į renginį kvietimo negaus. Pz., pernai likus porai valandų iki renginio praužė audra, bet vėliau vos pakrapnojo. Renginio atmosfera nuo to tik pagerėjo, nes kai nusiteiki, kad bus blogai, staiga nušvinta dangus ir visiems gera nuotaika, net jeigu ir vėsoka.

Dovilė: Ruošėmės ir svaro, tème, kas bus, bet kai susirinkome, buvo labai smagu, nes pamatėme skrendančius oro balionus -

PRAMOGAUKIT DAUGIAU! UŽ JUS MOKA „LAISVALAIKIS“!



-40% 35 € 60 € SU
PAJUSK LAISVE SU ELEKTRINIŲ MOTOCIKLU „KUBERG“ MIŠKO TRASOJE



-45% 22 € 40 € SU
SKRYDIS PARASPARNIU SU FILMAVIMU



-50% 35 € 70 € SU
IŠGYVENIMO DRAMA SOVIETINIAME BUNKERYJE (2 ASM.)

Akcija galioja iki 2018 m. rugpjūčio 31 d. Dovanų kuponas galioja 12 mėnesių! Daugiau informacijos www.laisvalaikiodovanos.lt/laisvalaikis

laisvalaikio dovanos

V.Montvydienė: Didžiausias vasaros atradimas - harmonija



Harmoninga, stebuklinga ir visavertė. Jei Rytų kovos menų sportinkei, šokėjai-choreografei, kaskadininkei ir dviejų vaikų mamai **VERONIKAI MONTVYDIENEI** reikėtų apibūdinti šią vasarą, ji pasirinktų būtent šiuos tris žodžius.

Giedrė BUIVYDIENĖ

Šią vasarą du mėnesius Lietuvos pajūryje praleidusi moters šeima sugeba suderinti daugybę veiklių rūpinimąsi vaikais, koncertus, lankymąsi viešuosiose renginiuose, sportą, keliones ir begalę kitų dalykų. „Niekio nesistengiamie daryti per prievartą. Toks gyvenimo būdas - jauges į mūsų kraują“, - teigia V.Montvydienė.

- Veronika, kokia ši vasara buvo jūsų šeimai: kupina atradimų, o gal kaip niekada užimta, nes laiko sau lieka mažiau, o dėmesio ir meilės reikia dviem atžaloms?

- Prisipažinsiu, buvau nusiteikusi ir pasirodžiusi, kad, gimus Kajui, vaikų auginimas gali tapti sudėtingesnis, tačiau viskas vyksta geriau nei buvo galima įsivaizduoti. Dažnai manoma, kad auginti du vaikus - sudėtinga užduotis, bet man taip neatrodė. Priešingai: gimus Kajui, jiedu su Adele gali kartu žaisti, bendrauti, atrasti naujus dalykus. Drauge jie - lyg mažytė, tačiau

stipri komanda. Kiekvieną dieną mėgaujuosi motinyste. Viena vertus, man neapsakomai gera matyti, kaip auga vaikai, kita vertus - kartais norisi sustabdyti laiką ir tuo procesu mėgautis kiek įmanoma ilgiau. Jei šią vasarą reikėtų apibūdinti vienu žodžiu, tai būtų žodis „harmonija“. Tai ir yra didžiausias šios vasaros atradimas.

TEISINGASTĖVŲ PAVYZDYS FORMUOJA VAIKŲ PASAULĖJURĄ, TAD NUO TO IR REIKĖTŲ PRADĖTI

- Vasarą dauguma lietuvių nusprendžia atostogauti šiltoje kraštoje, o jūsų šeima vasaros ramybę atranda Lietuvos pajūryje. Kuo ši vieta jus paperka?

- Kunigiškėse praleidžiame du šauniausius vasaros mėnesius. Nereikėtų skubėti nurašyti poilsio prie Baltijos jūros. Pavyzdžiui, Ispanijoje, Turkijoje ar Maroke klimatas - tolygus, o Lietuvos pajūris - puiki vieta grūdintis, sti-

printi organizmą. Čia galima džiaugtis kontrastingu oru: vieną dieną lepinamės maloniais saulės spinduliais ir lengvu brizu, o kitą - lietumi ir atgaivinančia jūra. Lietuvos pajūris - ypatingas: jis ne tik magiškai užburia savo harmonija ir kontrastais, bet prisideda ir prie sveikatingumo.

- Vieniems poilsis pajūryje asocijuojasi su gulėjimu pliažėje, ledų valgymu ir nieko neveikimu, o kitiems - su kuo aktyvesniu laisvalaikio praleidimu, naujų pramogų išbandymu. Kaip atrodo jūsų laisvalaikis?

- Nors mūsų šeima mėgsta aktyviai leisti laisvalaikį, tai darome ne vaikų sąskaita. Kita vertus, net ir aktyvias pramogas įmanoma suderinti su vaikų auginimu. Kartu su Adele ir Kajumi rugsėjo pradžioje dalyvausime „Danke Bank Vilniaus maratone“, šeimos bėgime, kur kartu su mažaisiais tikimės smagiai praleisti laiką. Tad pastaruoju metu aktyvus laisvalaikis užima dar didesnę dalį mūsų gyvenime.

Viešėdami pajūryje ne tik mėgaujamės orais, bet ir stengiamės aktyviau leisti laiką: kartu su vaikais daug vaikštomės arba važinėjamės dviračiais keliu Palanga-Karklė. Šis maršrutas pavėrgė mūsų širdis, o aplink esantys vaizdai gniaužia kvapą. Atostogų metu vaikai gali šėlti prie jūros, maudytis, bėgioti, pramogauti šokinėdami ant pripučiamų vandens piramidžių, o pastaruoju metu Adelė dar ir mokosi važiuoti dviračiu. Be to, mūsų atžaloms patinka stebėti vandenlenčių sportu užsimančius tėvelius, tai juos įkvepia.

- Išvykus atostogų, net sveiką gyvenimą propaguojantys dažnai paleidžia vadelės: nesportuoja, leidžia sau valgyti viską, ko tik geidžia. Kaip jums pavyksta rodyti teigiamą pavyzdį vaikams, o gal kaip tik atostogos yra tas metas, kai galima atsipalaiduoti?

- Svarbiausia - balansas. Mes esame tokie pat žmonės, kaip visi. Visą sau leidžiame, tačiau vadovaujamės sveiku protu. Aš pati gyvenu ne tam, kad valgyčiau, valga tam, kad gyvenčiau. Sportu užsiimu nuo vaikystės. Be abejoj, labai svarbu mylėti save - svarbiausia nekankinti savęs dietomis.

- Ką patartumėte kitiems tėvams, norintiems paskatinti savo vaikus būti aktyvius?

- Pokytis turėtų prasidėti nuo taisyklingo tėvėlių rodomo pavyzdžio. Ne veltui sakoma, kad vaikai yra tėvų ir jų elgesio atspindys. Naivu tikėtis, kad vaikas bus aktyvus, jeigu jo tėvai kiekvieną vakarą sėdi svetainėje priešais televizoriaus ekraną ir valgo traškučius. Teisingas tėvų pavyzdys formuoja vaikų pasaulėžiūrą, tad nuo to ir reikėtų pradėti.

Naujas duetas



Gražinos Lomovskajos nuotr.

Lietuvos muzikos padangėje - nauja grupė. Susitikusios „Chorų karuose“, Airida ir Jorūnė nusprendė - metas išmėginti savo jėgas. Duetas „AMBER“ debiutuoja su daina „Sudie“.

Dueto pavadinimas pasirinktas neatsitiktinai: Airida ir Jorūnė susipažino projekte „Chorų karai“, kur dainavo Edgardo Lubio komandoje - Klaipėdos „Gintariniam“ chore. Gintaras žinomas kaip pajūrio akmuo, kūrybiškumo ir sėkmės simbolis, be to, Airida gimė ir augo Klaipėdoje, o Jorūnė pajūryje mėgsta leisti vasaras.

Po projekto Airida talkino E.Lubiiui kaip pritariantysis vokalas, o Jorūnė užsiėmė atlikėjos Sashos Song vadyba bei renginių organizavimu. Tačiau merginos suprato - metas įlįsti iš žinomų atlikėjų šešėlio ir pradėti savarankišką muzikinį kelią.

„Nors po projekto mūsų keliai išsiskyrė, jau seniai puoselėjome idėją suburti grupę, nes supratome, kad muzikavimą kartu norėsime tęsti toliau. Aš tiksliai nebepamenu, bet Jorūnė prisimena, kad projekto metu užkulisuose viena mūsų padainavo, prisijungė kita, ir išgirdome, kad mūsų balsai dera duetu“, - pasakoja Airida.

Vienas pirmųjų dueto „Amber“ debiutinį kūrinių išgirdo Sasha Song. „Mano nuomone, daina įsimenanti, graži melodija, tai yra kokybiška komercinė daina“, - mintimis dalijasi atlikėja.

Pasak Sashos Song, žmonėms patinka įvairovė, jiems nuobodu klausytis tų pačių atlikėjų, tokio paties stiliaus muzikos, tad naujo dueto įsijeliamas į muzikos pasaulį turi daug šansų būti sėkmingas.

„Tam, kad atlikėjas turėtų savo klausytoją, nebūtina tam tikra dainų žanro kryptis. Aš jos neturiu, o ji mano koncertus ateina žmonės nuo 16 iki 60 metų. Atlikėjas turi mylėti tai, ką daro, gerbti žmones, su kuriais dirba, nes Lietuvos rinka labai maža, tad labai lengva susigadinti reputaciją. Taip pat reikia daug investicijų, kad pavyktų sukaupti gerą, kokybišką dainų repertuarą, būtina samdyti gerą stilių, kuris supranta ir žino mados tendencijas, investuoti į aprangą“, - patarimų negaili Sasha Song.

Airida muzikinį kelią pradėjo nuo mažens Klaipėdoje, vėliau bai-

gė muzikos pedagogikos bakalauro studijas Lietuvos edukologijos universitete, choro dirigavimo magistrantūroje Lietuvos muzikos ir teatro akademijoje. „Muzika mane lydi visą gyvenimą - nuo vaikystės dainuotu choruose, ansambliuose, lankau individualias vokalo pamokas, dalyvauju įvairiuose muzikiniuose projektuose. Taip pat kuriu dainas ir rengiuosi išleisti savo dainėlių vaikams knyga. Tačiau neapsiribojau jomis. Antroji mūsų dueto daina, kurią ketiname pristatyti su vaizdo klipu, yra mano kūrinys.“

Airida groja fortepijonu ir keletu kitų instrumentų, tad tikėtina, kad ateityje klausytojai galės išgirsti akustinių merginų dueto dainų versijų.

MUMS NEUŽTENKA TIK SUDAINUOTI KŪRINĮ. NORISI SU JUO SUBRETI, JI UŽAUGINTI, IŠJAUSTI

Jorūnės simpatija muzikai taip pat atsirado vaikystėje, lankant muzikos mokyklą. „Mama nuo mažų dienų skatino ir dėjo dideles pastangas, kad muzikuočiau, tačiau po muzikos mokyklos pritrūko drąsos ir užsispyrimo eiti muzikiniu keliu. Studijos, darbas ilgą laiką buvo niekuo nesusių su muzika. Žengti muzikiniu keliu mane įkvėpė Sasha Song. Abu lankėme vokalo pamokas pas tą pačią mokytoją, vėliau tapau jo vadybininke. Labai džiaugiuosi šia draugyste, nes būtent jis tapo mano įkvėpimo šaltiniu muzikuoti, jo padarė sinta ėmiausi dueto su Airida minties.“

Nors merginos idėjų daug pastangų, kad pirmoji jų daina išvytų dienos šviesa, didžiausi iššūkiai dar tik laukia. „Labai svarbu neišsėmėti, nepritrūkti idėjų. Kuo daugiau kelio nueita, tuo daugiau iššūkių. Kol pirmoji daina išvydo dienos šviesą, daug dirbome. Nesinori daryti bet ko ir bet kaip. Mums neužtenka tik sudainuoti kūrinių. Norisi juo subresti, jį užauginti, išjausti“, - kalba Airida.

Merginos pasakoja, kad pirmoji jų daina - apie nelaimingą meilę, išsiskyrimą.

Duetas savo daina atsisveikina su praeitimi ir pasitinka ateitį. Merginos tikisi eksperimentuoti su muzikos stiliais.

„Laisvalaikio“ inf.

Ką pasiimti iš pasakojimo

Rugsėjį Vilniuje ir Kaune vykiantis ankstyvojo kino festivalis „Pirmoji banga“ j neįprastą kino seansą kviečia ir jaunuosius žiūrovus. O vaikų seanso istorijas žiūrovams pasakos profesionali šiuolaikinė pasakotoja **MILDA VARNAUSKAITĖ**.

Eglė RAKAUSKAITĖ

Kol kinas dar neegzistavo, pasakojimas vaizdais turėjo kitas formas. XVII a. labiausiai paplitęs buvo „Magiškas žibintas“, lotyniškai pavadintas „laterna magica“. Šis ankstyvojo tipo projektorius vaizdus rodydavo iš skaidrių stiklo plokštelių, išmargintų nuotraukomis arba piešiniais. Tokius seansus lydėdavo pasakotojo balsas.

- Milda, save pristatote kaip profesionalią pasakotoją - ar tai tikra profesija?

- Besistebintiems negirdėta pasakotojo profesija reikėtų priminti, kad pasakotojo menas gyvuoja nuo tada, kai atsirado žmoni-

nija - mes esame pasakojantys gyvūnai. Kiek save atsimenu, visada mėgau kalbėti, sakyti tosus, pasakoti istorijas, o prieš trejus metus tuo pradėjau domėtis profesionaliai. Šiuo metu pasakojimas yra mano veikla, profesija ir pragyvenimo šaltinis. Gyvenu Amsterdame, Olandijoje, kur mokiausi šio amato ir kur pasakojimo tradicija nėra nutrukusi. Pasakotojai dirba mokyklose, bibliotekose, kultūros centruose, muziejuose.

- Ar šiuolaikiniai pasakotojai skiriasi nuo tų, kurie pirmieji pradėjo šio amato istoriją?

- Šiuolaikiniai pasakotojai retai kada besapakoja prie lauko lauke ar kaime susirinkusiai bendruomenei. Per ilgą laiką pasako-

jimo atlikimo menas keitėsi, atsirado skirtingi pasakojimų stiliai ar juos papildantys elementai: šviesa, vaizdas, garsas, kitos medijos.

Galėčiau išskirti tradicinius ir šiuolaikinius pasakotojus. Tradiciniai - tai dažnai etnologai, etnografi, kurie pasakodami siekia išlaikyti pirmines šio amato ypatybes. Pasakodami jie dažnai vilki tautiniais kostiumais, tradiciniame kontekste pasakojamos tik tam tikros istorijos. Taip siekiama atkurti tradiciją, o ne ją atnaujinti. Šiuolaikiniai pasakotojai nebijo viso proceso interpretuoti kūrybiškai. Aš pati interpretuoju pasakas, folklorą, pasakojau asmenines istorijas. Dažnai keičiu ir personažų lytį: mergaitės nugalai slibinus ir milžinus lygiai tiek pat kartų, kiek ir berniukai. Pasakojimo pasirodymo metu be paties pasakotojo gali dalyvauti šokėjai, muzikantai, magiškieji žibintininkai. Manau, tokia kūrybiškas ir apibrėžia šiuolaikinį pasakotoją.

PASAKOJIMO MENAS GYVUOJA NUO TADA, KAI ATsirado ŽMONIJA - MES ESAME PASAKOJANTYS GYVŪNAI

- Pasakojimais dalijatės su įvairia publika, taip pat ir su vaikais. Kas jums svarbiausia, kai vyksta pasirodymas?

- Man labai svarbi auditorija - noriu, kad tai, ką pasakojau, žmonės pasirodytų artima, atpažįstama ir tikra. Net ir tokiuose projektuose kaip šis, kur tamsioje kino salėje žiūrovų beveik nesimato, jų entuziazmą ar apatiją aš vis tiek jaučiu. O ypač jaučiamas vaikų ištraukimas - jie labai atvirai, jei tik kas nepatinka - greičiau-

siai drąsiai tai parodys ar pasakys.

Kino salėje auditorijos dėmesiu dalytis vaizdas, muzika ir pasakojimas - šioje skirtingų meno šakų dermėje noriu suteikti papildomų emocijų, jas sustiprinti, pagyventi. Vienas iš pasakotojo meistrystės kriterijų yra tai, kad kiekvienas žiūrovas (net jeigu jų salėje šimtas ir daugiau) turi jaustis kaip vienintelis, kuriam pasakojama istorija. Po tikrai sėkmingų pasirodymų žmonės priėję dėkoja ir dalijasi asmeniniais patyrimais, kuriuos sužadino mano pasakojimas. Tai yra didžiausias įvertinimas.

- Ar jau spėjote suprasti, ką klausytojai labiausiai vertina?

- Kiekvienas pasakojimas yra gyvas pasirodymas. Pasakojimo menas yra atlikimo menas. Jeigu knygos puslapiams gali grįžti, ką nors pasitikslinti ar prisiminti, tai pasakojimo atsukti niekaip negali - viskas vyksta čia ir dabar. Pasakotojas auditoriją kviečia kartu kurti įsivaizduojamą pasaulį, kuriame nebebutų aišku, kur yra fantazija, o kur realybė. Labai svarbu, kad pasakotojas iš tiesų jaustų tai, ką sako. Pykčio ar džiaugsmo emocija turi būti tikra, be dirbtinumo, pats turi būti patyręs tą emociją, kad galėtų tikroviškai ją perteikti. Pasakotojas neturi už ko pasislėpti, jo pasirodymuose neegzistuoja teatrui būdinga ketvirtoji siena. Visada pasakoju tai, kas rūpi man pačiai, neapsimetinėju, nesistengiu pasirodyti kažkuo kitu. Ir žmonės jaučia, kad tai tikra.

- Festivalio metu įgarsinsite du „Magiškojo žibinto“ filmukus. Kaip ruošiatės tokiems pasirodymams, kurių turinį diktuojate vaizdas?

- Verta paminėti, kad „Magiškojo žibinto“ klestėjimo laikais kiekvienas skaidrių filmas turėjo



Milda Varnauskaitės asmeninio albumo nuotr.

konkrečiam seansui užrašytą pasakojimą. Šiandien dalis tų istorijų yra dingusios, todėl pasakotojai kuria naujas. Aš mėgstu sakyti, kad užrašyta istorija yra tik viena jos versija iš begalės galimų, todėl nebijau tų istorijų perkurti, pritaikyti šiuolaikiniame kontekste. Seansams pasirošimas vyksta skirtingai: vieną istoriją kuriu pati, kitą klijuoju iš prietams išlikusių tų kūrinių informacijos, savaip ją interpretuoju. Žinoma, tam, kad istorija sustiprintų skaidres, matomą vaizdą, turiu giliai jį išanalizuoti - tai labai svarbu.

Ruošiantis bet kokiam pasakojimui svarbiausia sau įvardyti, kokia yra pagrindinė pasakojimo žinutė. Kai žinai, ką nori pasakyti, tuomet pradėti dirbti su medžiaga ir ją dėlioti taip, kad pagrindinę žinutę suprastų kiekvienas klausytojas. Bet reikia taip pasakoti, kad jis tikrai pats suprastų - ne grūnoti, ne pirštu baksnoti, ne moralizuoti ir stengtis perauklėti. Kiekvienas - vaikas ar suaugęs - turi teisę pats nuspręsti, ką pasiimti iš pasakojimo. Žiūrovams ir klausytojams būtina palikti erdvės patiems pražėsti pasakojimą.

Vaidmuo privertė tobulinti pilvo presą

„Susitikom su Andriumi filmavimo aikštelėje, kur jis atlieka Bugoro vaidmenį. Sakau jam: „Andriuk, Bugoras turi būti truputį atletiškesnis nei pats, pone, esat“. Sutiko jis su manimi ir prižadėjo po savaitės ateiti į salę. Nemelavo“, - juokiasi reperis Vytautas Medineckas-Ironvytas, tapęs ne tik aktorius **ANDRIAUS PAULAVIČIAUS** kolega naujame kriminaliniame seriale „Rimti reikalai“, bet ir asmeniniu sporto treneriu.

„Vytautas sakė iš manęs padarys Hju Džekmaną (Hugh Jackman), - šypsoji A.Paulavičius. - Man jau 45 metai, tai kada, jei ne dabar? O mano labai įdomu, ar tokiam amžiuje dar galima kažką iš savęs išspausti. Ar galiu turėti *six pack*, ar jau ne?“ Aktoriaus teigimu, intensyviai sportuojant po truputį yra gyvenime atsiranda kitas ritmas ir nauji tikslai, o tai labai džiugina.

A.Paulavičius naujoje dramoje, kaip jis pats sako, teko negailingai kriminalinio autoriteto vaidmuo. „Mano kuriamas personažas yra labai įdomus. Jis itin ūmaus charakterio ir mes net suradome, kodėl jis toks. Jis yra šizofrenikas, ko niekas nemato, nes



Saulio Kadius

„Laisvalaikio“ inf.



Nomeda Saukienė

Naujo dokumentinio **AGNĖS MARCINKEVIČIŪTĖS** filmo „Iš kur tas švytėjimas“ herojai - garsių menininkų Saukų šeima, o filmo epicentras - tapytoja Nomeda Saukienė. Menininkės kino portretą žiūrovai gali pamatyti kino festivalyje „Baltijos banga“. Su režisiere kalbamės apie filmo atsiradimą.

Brigita KULBYTĖ

- **Trumpai papasakokite apie šio projekto pradžią. Kas jus susiejo su Nomeda Saukiene?**

- Tai buvo apie 2012 m., Dusetose rodžiau savo filmą ir ten būdama pamačiau du nuostabius paveikslus: didelius pūsančius alijošius. Nesu meno kritikė, tie-

siog pajutau, kad tie darbai - didelio meistro nutapyti. Sužinojau, kad tai Nomedos Saukienės kūriniai. Vėliau paaiškėjo, kad Dusetose apskritai gyvena nemažai menininkų, tapytojų, fotografų. Ten net juokaujama, kad žmonės iš Lietuvos išvažiuoja, o menininkai į Dusetas išvažiuoja. Tai labai viltingas dalykas - kai žmonės kultūros vedini bendrauja tokia me mažame miestelyje.

- **Kaip prasidėjo bendras darbas su šia menininke?**

- Nomedą griežtai atsisakė filmuotis. Pirmojo pokalbio telefonu metu ji man aiškiai pasakė, kad nenori. Sako: „Filmas apie mano vyrą jau yra. Aš nenoriu.“ Nenuleidau rankų ir po kurio laiko vėl skambinau. Šį kartą Nomedą buvo palankesnė, mat ją paskatino vaikai. Pakalbėjusi su Monika ir Mykolu, ji nusprendė leisti kurti filmą.



Agnė Marcinkevičiūtė

- **Kokią rinkotės filmo formą? Ar tai klasikinis dokumentikos portretas?**

- Dėl filmo formos apsisprendžiau vos jį pradėjusi kurti. Filme nėra klasikinių „kalbančių galvų“. Viskas vyksta per tarpusavio bendravimą: užaina kaimynė, No-

medą aplanko vaikai su anūkais, ji važiuoja lankyti savo mamos, o mes visur įsiprašom į svečius ir stebime situacijas. Ir šie pokalbiai neša sultingus vaisius. Pavyzdžiui, mama grįžusi iš kelionės kviečia prie stalo, deda lauktuves iš svečios šalies, su Nomedą diskutuoja apie tikėjimą - tai labai įdomu pamatyti iš arti.

Filme tikrai nepamatsime kažko šokiruojančio, juosta atskleidžia labai stiprios menininkės pasaulėžiūrą per jos santykius su aplinkiniais ir pasauliu.

- **Kaip pavyko užtikti Nomedą tose akimirlose, kai ji tapo? Kas buvo sudėtinga kuriant filmą?**

- Nomedą kategoriškai pasakė, kad mes tikrai nenufilmuosime, kaip ji tapo. Galvoju: na jau, filmas apie tapytoją, kuri netapo. Tačiau radome sprendimą. Vieną kamerą palikome dukrai Monikai ir ji vis pafilmuodavo. Nomedą nežinodavo net kada kamera įjungta jos dirbtuvėse. Kai kuriuose kadruose net gali pamatyti, kaip ji tikrai pasinėrusi į savo darbą, kad aplinkinis pasaulis tiesiog neegzistuoja, ji apie viską pamiršusi ir susikaupusi tik į drobę.

Filmo kūrimo procesas buvo labai sudėtingas įvairiom prasme. Regis, trukdė viskas, bet žinojau, kad nestuosiu ir nepasiduosiu. Kad ir kiek jėgų reikės - tikslią pasieksiu.

- **Ar pavyko pažinti Nomedą Saukienę artimiau?**

- Ji labai šiltas žmogus. Atstumas yra natūralus dalykas, bet kai susipažįsti su ja, peržengi slenkstį, pamatai, kad ji dėl tavęs paskutinius marškinius galėtų atiduoti. Man atrodo, kad Nomedą toks žmogus, kuriam norisi atsiverti, norisi kalbėtis, o su laiku ir ji gali atsiverti, filme tai galima pamatyti.



Noberto Baldi / nuotr.

apie dar 1971 metais atliktą tyrimą, kuris pristatė 36 galimos ateities schemas - moksliskai paremtas prognozes apie tai, kur toliau eis žmonija.

Antrojeje „Pelkių mokyklos“ dalyje Venecijoje viešėjęs profesorius Gintautas Mažeikis, Vytauto Didžiojo universiteto Filosofijos ir socialinės kritikos katedros vedėjas, pastebi, kad Lietuvos „Pelkių paviljonas“ su „Pelkių mokykla“ ryškiai išsiskiria iš likusių Venecijoje pristatomų paviljonų pirmiausia tuo, kad tai ne pasyvi ekspozicija, o nenutrūkstama paskaitų serija, kurioje aktyviai vyksta diskusijos.

Filosofas pasakoja, kad teigiamai mūsų šalies mąstymo eksperimentus įvertino ir reikšmingas italų mąstytojas Antonio Negri, sociologas ir politikos filosofas, žinomas kaip vienas iš kuru būty skirta tik žmonijai. Egzistuoja įvairios ateities, kurios sąveikauja vienu metu.

„Pelkių mokykla“ skiria dėmesį ne tik aktualioms dabarties klausimams, bet ir žmonijos ateities vizijoms. Menotyriminkas, dizaineris Nikola Bojić „Ateitybės salos“ forume pasidalijo mintimis

kurį per šimtmečius sukaupė lietuvių, baltai ir kitos kultūros. Įsivaizduokime architektūrą, integruotą į saugomas pelkes, į saugų sambūvį ar į generuojamus pelkių sodus - vietoje pseudofutbolo žolynų“, - sako VDU profesorius.

Lietuvos paviljone pristatoma „Pelkių mokykla“ yra vienintelis bienalės projektas, kuriame aptariama ir pačios Venecijos kilme - šis miestas buvo pastatytas ant pelkės ir daugiau nei 1000 metų buvo nepriklausoma respublika, atsikirta nuo likusios Italijos dalies.

„Pelkių mokyklą“ sudaro trys

- **Paveikslai, parodos, dėmesys. Tai Nomedos Saukienės kasdienybė?**

- Filme matome epizodą iš parodos rengimo ir atidarymo. Nomedą tos parodos daryti net nenorėjo, regis, jai tai buvo trukdis tapybai. Ji paslapti ir uždarą, turi labai stiprią vertybių sistemą, pavyzdžiui, jos paveikslai yra kelių rūšių, tie, kuriuos galima parduoti, ir asmeniniai - jos vaikų portretai. Taip pat Nomedos paveikslai nėra socialinės žinutės, tai dabar labai populiaru. Kaip ji sakė - stebi, kaip šviesa krenta ant daiktų, ir stengiasi ją perteikti paveiksluose. Juk iš tiesų pasaulis yra šviesos atsispindėjimas.

- **Filmo pavadinimas „Iš kur tas švytėjimas“. Iš kur gi?**

- Nors Nomedą ir teigia tapti tiesiog apšviestus daiktus, tačiau yra ir nematoma dimensija, kurioje slypi būtent jos matymas. Juk ne paslaptis, kad net puodelį, stovintį prieš mus, mes kiekvienas matome skirtingai, tai ir Nomedos matymas yra tiesiog ypatingas, tai jaučiama kiekviename jos darbe.

Ji tapo paveikslus, kuriuose matomas akimirkos trapumo grožis, tai žolynai, gėlės, gamta - ateis ruduo ir nieko neliks, tačiau taip pat tai ir amžini dalykai. Ciklai kartosis ir žolė vėl stiebsis į saulę, jos niekas nesustabdys. Taigi, tas švytėjimas ateina iš dangaus, o mes kiekvienas perleidžiame jį per save, švytėjimas priklauso nuo kiekvieno mūsų. Kaip pavyksta save ugdyti, kokie mūsų prioritetai, uždaviniai. Galų gale tiksliai ir negali pasakyti, iš kur tas švytėjimas. Todėl ir nėra filmo pavadinime klausuko, nesūlaulau klausyti, siūlau apie tai pasvarstyti. Tik iš žmogaus tas švytėjimas, nes pasaulis pats neušvis, tik žmonės tai gali padaryti.

- **Ar pavyko pažinti Nomedą Saukienę artimiau?**

- Ji labai šiltas žmogus. Atstumas yra natūralus dalykas, bet kai susipažįsti su ja, peržengi slenkstį, pamatai, kad ji dėl tavęs paskutinius marškinius galėtų atiduoti. Man atrodo, kad Nomedą toks žmogus, kuriam norisi atsiverti, norisi kalbėtis, o su laiku ir ji gali atsiverti, filme tai galima pamatyti.



Noberto Baldi / nuotr.

daly - „Pelkių radijas“, kuriuo buvo atidarytas šalies paviljonas, ką tik pasibaigusi „Ateitybės sala“ ir „Bendrabūvis“, prasidėsiantis rugsėjo pabaigoje.

Per tris dalis Lietuvos paviljone susitiks daugiau nei 100 pasaulio architektų, urbanistų, menininkų, mokslininkų, filosofų ir antropologų, kurie, pasitelkdami pelkę kaip metaforą ir kaip ekosisteminių modelių, tyrinės architektūros ir kitų disciplinų bei Lietuvos savitumo ir globalių procesų sąsajas. Bienalė veiks iki lapkričio 25 dienas.

„Laisvalaikio“ inf.

Gražiausi piliakalniai

Jeigu mėgstate patyrinėti Lietuvos kampelius, į „privalu pamatyti“ sąrašą įtraukite ir keletą piliakalnių. Šalyje jų yra apie 850, dauguma apaugę miškais, tad išrinkome keletą gražiausių ir žinomiausių.

Tai yra svarbiausias pagoniškos baltų kultūros palikimas. Lietuvoje piliakalniai yra dažniausiai natūraliai susiformavusios kalvos, krantų iškyšuliai, o ne specialiai supiltos kalvos, kurias tik „patobulindavo“ žmonės. Kadangi ant piliakalnių stovėdavo pylis, žmonės įrengdavo gynybinius įtvirtinimus - padarydavo statesnius šlaitus, supildavo pylimus, iškasdavo griovius, padarydavo pilies kiemą, terasas ir pan.

Medvėgalio kalnas ir piliakalnis



Kadaise tai buvo centrinė tvirtovė, kur žemaičiai gynėsi nuo kryžiuočių puolimų. Dabar tai - iškiliausias kalnas (234,6 m) Žemaitijoje. Antrojeje Karūžiškėje (Šilalės raj.) esantį archeologinį kompleksą sudaro: Medvėgalio, Piliorių, Pilies, Alkos, Ažuolų, Sumonų kalvos ir kūrgrinda. Pats kalnas yra iš dviejų dalių - aukščiausias taškas vadinamas Medvėgalio kalnu, o žemesnis - Medvėgalio piliakalniu.

Kernavės kompleksas



Tai garsiausias šalyje archeologinių paminklų kompleksas, buvęs Viduramžių miestas, kurį aplankyti mėgsta ne tik lietuviai, bet ir užsienio turistai. Kompleksą sudaro: Aukuro kalnas, du priešpiliai - Mindaugo sostas ir Lizdeikos kalnas, papilys - Įgulos kalnas, Krikeiviškio piliakalnis, gyvenvietė, pilkapynas ir kapinynai. Kompleksas randasi Nerios slėnio dešiniajame šlaite, Kerniaus g., Kernavėje (Širvintų raj.), jis užima 194,4 ha. Pati Kernavė prieš keturiolika metų buvo įrašyta į UNESCO pasaulio paveldo sąrašą.



Parengė Dalia DAŠKEVIČIŪTĖ

Šatrijos kalnas



Redakcijos archyvo, Eltos nuotr.

Taip pat garsus šalyje archeologinis paminklas, dar vadinamas Luokės piliakalniu. Manoma, kad ant šio kalno stovėjo medinė pilis, o jos apačioje esančioje gyvenvietėje žmonės gyveno jau pirmojo tūkstantmečio antroje pusėje. Ant šio kalno yra aukuras, manoma, kad tai buvo svarbi apeiginė vieta prieš įvedant krikščionybę. Šatrija - kurios vardu pasivadino ir žymi rašytoja Gabrielė Petkevičiūtė-Bitė - rasite šalia Pašatrijos kaimo, esančio Luokės seniūnijoje (Telšių raj.).

Merkinės piliakalnis



Maždaug XIII a. ant šio kalno buvo pastatyta Merkinės pilis, kurią XIV a. paėmė kryžiuočiai ir to amžiaus pabaigoje bei XV a. pradžioje, besitraukdami dukart sudegino. Vėliau ji atstatyta. Piliakalnis nėra didelis, tačiau gražus, nuo jo atsiveria susijungiantys Nemunas ir Merkys, Dzūkijos nacionalinis parkas. Piliakalnis randasi sausumos kyšulyje, Merkinėje (Varėnos raj.). Jo šlaitai statūs.

Bilionių piliakalnis



Netoli Laukuvos miestelio (Šilalės raj.) esantis archeologinis paminklas dar vadinamas Švedkalniu arba Šventkalniu. Ant piliakalnio palikta nedaug augmenijos, tad gerai matyti graži jo forma. Bilionių piliakalnis apsuptas miškų ir pelkių, jis įrengtas ant didelės kalvos. Manoma, kad prie šio piliakalnio buvo įsikūrę senieji Pilenai.

Parengė Dalia DAŠKEVIČIŪTĖ

Ką pačirškinti kepsninėje, jei nesinori mėsos

Vasara leidžia mėgautis gamta ir jos teikiama malonumais - maistu, ruoštu šnekučiuojantis prie laužo ar kepsninės. Visavaliams pasirinkimų, ką ruošti - apstu. Tačiau ką čirškinti vegetarams ar veganams, kai pabosta daržovės?

Suvožtinis su halumiu ir gvakamole

„Sūrus baltas graikiškas avių ar ožkų pieno sūris - halumis - yra puiki alternatyva mėsiniams kepsninių patiekalams tiek vegetarams, tiek visavaliams, kurie nori pailsinti skrandį nuo mėsos. Keptas halumis, patiekiamas ant salotų, yra klasika, o išskylautojams siūlau išbandyti halumio suvožtinį - sotu, sveika ir patogiu valgyti gamtoje“, - pataria „Maximos“ Maisto gamybos vystymo skyriaus vadovas A.Poleninas.

Jis rekomenduoja suvožtiniam rinktis specialiai tam pritaikytas bandeles, skaniau - su sėklomis. Ruošiant gvakamolę, galima ją paskaninti pomidorais ir raudonaisiais svogūnais arba tiesiog suvartinti avokado su juodaisiais pipirais ir užspausti citrinos sulčių. Sūrį kepkite pagal instruk-



cijas, kurios nurodytos ant pakuotės. „Halumio neperkepkite, nes sūris pasidarys kietas ir tasius“, - perspėja A.Poleninas.

Šviežią salotą lapą dėkite ant duonos riekės su avokado mase, tuomet keptą halumio sūrį, o ant viršaus galite užberti saulėgrąžų ar kitų daigų, paskaninti pipirais, tada uždėkite antrą duonos riekę. Val-

gykite vieną ar su salotomis. Norintieji sotesnio suvožtinio gali kepti baklažano ar cukinijos griežinėlių ir dėti papildomą sluoksnį.

Keptos daržovės su dsadzikiu

Kito siūlomo recepto „razi-na“ - iš ekologiško avių arba ožkų

pieno jogurto pagamintas dsadzikius. „Keptos daržovės, ko gero, yra vienas skaniausių vasaros patiekalų, net jeigu ir valgai mėsa. O dabar, kai daržuose tiek priderėjo cukinijų, jas paskaninti puikiai tiks natūralus jogurtas. Ožkų ar avių pieno jogurtas savaime turi kiek kitokį poskonį, o dar pagardinus jį agurku ir mėtomis iš-

eina puikus derinys“, - pažymi A.Poleninas.

Griežinėliais supjaustykite cukinijas. Jeigu didesnės - galima jas nulupti, išimti sėklas ir pjaustyti storomis juostelėmis. Pakepti, apibarstyti druska ir pipirais, užspausti citrinos sulčių. O pasirinktą jogurtą maišyti su mėtomis ir per burokinę tarką sutarkuotu agurku. Užteks pusės didesnio agurko ar vieno mažesnio. Jeigu agurkas yra vandeningas, būtų gerai jį sutarkavus palikti sietė, kad nubėgtų vanduo.

Sotesnis variantas - vietoj graikiško jogurto - maskaronės sūris.

Sojų dešrelės su saldziaja bulve

Norintiems užkasti sočiau, A.Poleninas siūlo ant grotelių čirškinti sojų dešreles su aitrąją paprika. Kepti pagal instrukcijas ant pakuotės.

„Garnyrui siūlau saldziają bulvę, kurią galima kepti folijoje. Ją šiek tiek pabadykite šakute ar peiliu, vyniokite į foliją ir kepkite be jokių riebalų. Kai suminkštės - lauzkite, apšlakstykite citrinos sultimis, barstykite druskos, pipirų, labai tiktų ir kuminas bei kardelis. Užpilkite šlakelį alyvuogių aliejaus.“

Kad grybai neapkarstų

Prasidėjęs grybavimo sezonas jau vilioja į miškus. Nors dėl karščių gausaus grybų derliaus nesitikima, specialistai perspėja, kad rimtoms sveikatos problemoms sukelti užtenka ir vieno netinkamo grybo.



Apsinuodijimų kontrolės ir informacijos biuro duomenimis, praėjusiais metais Lietuvoje dėl apsinuodijimo grybais į ligonines buvo paguldyta beveik pusšimtis gyventojų, nustatytas vienas mirties atvejis. Daugeliu atvejų padėtį labai pablogina delsimas.

„Eurovaistinės“ vaistininė Regina Molotkova sako, kad pagal simptomus aptažinti apsinuodijimą grybais ne visada paprasta,

tačiau jei jau pradėjote grybų sezoną ir jų valgėte, reikėtų būti budriems pasirodžius net ir pirmiesiems bendro pobūdžio požymiams.

„Apsinuodijus grybais gali pasireikšti panašūs požymiai kaip ir apsinuodijus įprastu maistu - bendras silpnumas, pilvo spazmai, pykinimas, vėmimas, viduriavimas. Labai pavojingi yra rečiau pasireiškiantys simptomai,



pavyzdžiui, akių vyzdžių išsiplėtimas, traukuliai, haliucinacijos ar sąmonės praradimas.“

Pirmieji požymiai - po 30 min.

Vaistininės teigimu, apsinuodijimo požymiai gali būti ankstyvieji ir vėlyvieji. Ankstyvieji simptomai gali pasireikšti jau po pusvalandžio suvalgius nuodingą grybą, vėlyvieji - net po dviejų parų.

„Laikas, kada pasirodo pirmieji apsinuodijimo požymiai, priklauso nuo to, koks nuodingas grybas suvalgytas. Net po dviejų parų, pajutus pykinimą ar kitus požymius, tai reikėtų sieti su apsinuodijimu. Ankstyvajam apsinuodijimui būdingi bendro silpnumo požymiai, vėliau gali pasidaryti ir daug sunkiau.“

R.Molotkova primena, jog pagrindinė taisyklė - grybaujant į pintinę dėti tik pažįstamus grybus. Vis dėto, apsinuodijimą gali sukelti ir valgomieji grybai, todėl svarbu surinktus grybus gerai nuplauti, išvalyti ir tik tada ruošti valgymui. Labai svarbu nevalgyti grybų tuo pačiu metu, kai vartojamas alkoholis. Grybų ir alkoholio reakcija gali sukelti apsinuodijimą net tada, kai grybai paruošti tinkamai.

Savigydai - griežtai ne

Farmacininė teigia, jog pajutus bet kokius apsinuodijimo simptomus delsti negalima. „Pati didžiausia žmonių klaida - manymas, kad apsinuodijimas grybais praeis savaime. Pirmieji požymiai atsiranda ūmiai ir staigiai, todėl vos juos pajutus skubiai reikia

APSINUODIJIMĄ GALI SUKELTI IR VALGOMIEJI GRYBAI, TODĖL SVARBU SURINKTUS GRYBUS GERAI NUPLAUTI, IŠVALYTI IR TIK TADA RUOŠTI

kreiptis pagalbos. Itin svarbu nesigdyti patiems, nes tik laiku suteikta profesionali pagalba gali padėti išvengti komplikacijų.“

Įprasto gydymo metu sunegalavusiam žmogui išplaunamas skrandis. Beje, pajutus apsinuodijimo požymius negalima gerti vandens, nes nuodingos medžiagos pateks į žarnyną. Skysčius patartina vartoti tik pradėjus skrandžio valymo procesą.

„Laisvalaikio“ inf.

Japoniškos filosofijos principai

Daugybė tyrimų įrodė, kaip svarbu žmogui pabūti apsuptam gamtos ir medžių, o japoniška sąmoningo įsiliejimo į miško aplinką praktika *shinrin yoku* (gydymo(-si) praktika, kuomet pasineriama į gamtos vaizdus, kvapus ir garsus; laisvai verčiant reiškia „maudynės miške“) laikoma turinčia gydomąją naudą. Nors pasivaikščiėjimai padeda gerinti sveikatą ir savijautą, būtent mąstysena, su kuria išeiname vaikščioti, ir padaro *shinrin yoku* praktiką veiksmingą.

Erinos Nijimi Longharst (Erin Niimi Longhurst) knygoje „Japonizmas: menas džiaugtis gyvenimu“ dalijamasi lengvai įgyvendinamais patarimais, kaip kasdien jaustis laimingesniems, sveikesniems ir išmokti gyventi sąmoningai. Ši knyga - tai maloni pažintis su japonų filosofija, kultūra ir papročiais, kuriuos galime pritaikyti sau, nesvarbu, kur gyvename. Taigi, kaip pasisemti sveikatos iš gamtos, remiantis japoniška filosofija?

Nesvarbu, gyvename miesto centre ar rajone, atrasti vietų pasivaikščiojimams galime visur. Pasivaikščiojimas iki darbo - einant per parką, kertant tiltą per upę ar pėdinant šaligatviais - sukuria galvoje reikalingos erdvės ir dažnai yra geriausia ryto dalis. Pajusti saulę, šviečiančią veidą, ar vėją plaukuose, net jei vos akimirka - atgaiva. Šio jausmo ir siekiama - būti gydomam gamtos. O ji daro stebuklus.

Japonai turi frazę - dar vieną, rodos, neišverčiamą aforizmą - *kacho fūgecu*. Atskirai paėmus šie žodžiai reiškia „gelė, paukštis, vėjas ir mėnulis“, tačiau sudėti kartu jie įvardija kai ką stipresnio ir emociškai paveiklaus. *Kacho fūgecu* dažniausiai verčiama kaip mokymasis pažinti save, išgyvenant gamtos grožį. Šiame įsitikinime galime atrasti daug žavesio, jis turi kone atkuriamąją galią: supratęs savo vietą pasaulyje, grįžti prie ištakų. Išivaizduokite, kad buvimas gamtoje - toks pat svarbus, kaip kasdieniai vaisiai ir daržovės jūsų mitybos racione: jie maitina ir gydo, atsveria skubrią kasdienybę.

Šešių žingsnių *shinrin yoku* gidas

Shinrin yoku nėra koks nors naujojo amžiaus paistalas. Šios praktikos teikiama nauda turi nemažai mokslinių faktų. Be to, kad pasivaikščiėjimai teigiamai veikia širdį ir kraujagysles, mokslininkai aptiko ir kitų privalumų. Įrodyta, jog *shinrin yoku* mažina kortizolio (streso hormono) kiekį organizme, taip pat pulsą ir kraujospūdį.



Iš dalies tai gali būti susiję su medžių išskiriamomis biologiškai aktyviomis medžiagomis - fitoncidais, kurių prisikvėpuojame vaikščiodami po miškus. 2009 m. atliktas tyrimas parodė, jog fitoncidai didina ir skatina limfocitų, dar vadinamų ląstelėmis-natūraliosiomis žudikėmis, aktyvumą. Šios ląstelės padeda kovoti su infekcijomis ir yra gyvybiškai svarbios sveikai imuninei sistemai. Kedrų kvapas, greičiausiai, irgi daro teigiamą poveikį.

Taigi pateikiame šešis žingsnius, kaip vadovautis šia japoniška pasivaikščiøjimų praktika:

1. Prietaisus palikite namie. Norėdami įsijausti į gamtą, kaip pridera, ir patirti visą jos teikiamą naudą, turite išjungti visus prietaisus (atsijungti ir nuo „Facebook“, „Instagram“) - nuo išmaniojo telefono iki išmaniųjų apyrankių - viską, kas gali siųsti priminimus ir atitraukti dėmesį nuo akimirkos, kurioje esate, viliodami protą nuklysti kitur. Likite miške ir kūnu, ir mintimis. Kad ir kas jums motų iš šalies, gali palaukti, kol sugrįšite.

2. Neikite pramintu keliu. Sugerti aplinką - vaizdus, garsus, kvapus - dalis gydymo. Juk nenorite jausti streso, blaškytis, jaudintis ar lyg apsėsti laikytis iš anksto nustatyto tako ar būtinai atsirasti tam tikroje privalomoje gamtos vietoje. Tikslus žemėlapis palikite namie. Jei pa-

keliu netyčiomis užklysite į tą visų norimą pamatyti vietą - puiku, tačiau ji nėra esminė jūsų išvykos dalis.

3. Įsijauskite į aplinką. Pasinerkite į kraštovaizdį, nežvilgčiodami į laikrodį. Įvardykite augalų ar medžių pavadinimus, skaičiuokite medžių kamienų rieves... *Shinrin yoku* - tai ne kelionė nuo taško A iki taško B, o akimirkos džiaugsmas ir ramybė; tai klajonės be tikslo. Tik nesupainiokite: neturėti kelionės tikslo nėra tas pats, kas neturėti tikslo apskritai - jį turite. Tikslo - nešti jūsų mintis, o ne kūną.

SHINRIN YOKU - TAI NE KELIONĖ NUO TAŠKO A IKI TAŠKO B, O AKIMIRKOS DŽIAUGSMAS IR RAMYBĖ; TAI KLAJONĖS BE TIKSLO

4. Prašom tylos! Jei į kelią išsiruošėte su kitais, sutarkite kurį laiką eiti tylomis - leisti visiems pamąstyti ir susitelkti. Klausykite proto ir kūno, tuomet susijunkite su gamta. Nesinaudokite proga pabendrauti su kitais, jei ilgiau nesimate. (Tai galėsite padaryti vėliau, kad ir gerdami arbatą).

5. Praktikuokite dėmesingą įsisąmoninimą. Visas emocijas palikite namie. Jei negalite, vienu metu galvokite tik apie vieną rūpimą dalyką. „Maudynių miške“ tikslas yra pasiekti kuo didesnę minčių skaidrumą, išnaudoti šį laiką kaip pabėgimą. Po tokios proto pertraukėlės viską matysite aiškiau.

6. Kad ir penkias arba dešimt, arba dvidešimt... Tai ne žygis ir ne ištvermės išbandymas. Dažnai darykite pertraukėles, stabčiodami, įsiklausykite.

Gydymosi praktika mieste

Jei gyvenate mieste, kuriame gausu žalių plotų - naudokitės jų teikiama malonumais. Ištrūkite iš biuro ir papietaukite lauke arba trumpam įsiseikite pasivaikščioti. Net jei lauke pabūsite dešimt minučių, naudosis.

Shinrin yoku - tai laikas, praleistas gamtoje ir žaluose, tačiau ne visiems taip paprasta ištrūkti į gamtą. Vis dėlto yra būdų senąją japonišką „maudynių miške“ praktiką pritaikyti gyvenime: pavyzdžiui, per metus bent kelis kartus susiplanuoti išvykas iš miesto arba pavaikščioti žmogaus rankų sukurtose žaliosiose erdvėse - oranžerijose, japoniškuose soduose ar botanikos soduose - kad ir vandeną ar dvi.

„Vagos“ inf.



Jungianti Sakartvelo ugnis

Į Lietuvą atvyksta „BANI FOLK BAND“, kurie Vilniuje, Kaune ir Palangoje surengs šiuolaikiškai atliktos autentiškos Sakartvelo muzikos koncertus.

Gruzija Lietuvai yra ypatinga šalis - tarsi sesė, su kuria sieja išskirtinė draugystė, panaši istorija ir valstybių dydžiai. Palaikydami glaudžius ryšius drauge keilavoje į laisvę - Gruzija šiomet, kaip ir Lietuva, šventė savo nepriklausomybės šimtmetį. Prisimindami metą, kuomet valstybinio mitinguose Gruzijoje plevēsuodavo Lietuvos vėliavos, o Lietuvoje - Gruzijos, vieni pirmųjų patvirtinome istorinį jos pavadinimą Sakartvelą. Mus jungia šilti diplomatiniai santykiai, Vilnius ir Tbilisys yra artimai susiję miestai, o lietuvių bei gruzinų žmonės vieni kitus sutinka kaip draugus.

SEPTYNI VYRAI SAVO ĮSPŪDINGAIS VOKALAIS PRIKAUSTO DĖMESĮ

Svetingi ir temperamentingi gruzinai išsiskiria savo kultūra, kuri evoliucionavo daugiau nei tūkstantį metų, jų muzikos melodijos nuo seno aidavo kalnuose ir slėniuose. Jau I a. Graikijos istorikas buvo aprašęs daugiabalsį gruzinų giedojimą, skambėjusį jiems vykstant į mūšį. Su dabartine aukšta gruzinų chorų kultūra, išskirtine trijų balsų technika lygintis galėtų vos keletas pasaulio šalių, todėl savo grožiu paverčiančią polifoninę Gruzijos muziką 2001 m. UNESCO komisija pripažino „nemateriالیu pasaulio kultūrinio paveldo šedevru“.

Gruziniai didžiuojasi ir plačia tradicinių instrumentų kolekcija, o plastiški bei energingi liaudies šokiai, kaip ir muzika, yra labai svarbi jų kultūros dalis. Išskirtinė tonacija, daugiabalsiškumas, dialektų įvairovė kelia nuostabą ir susižavėjimą, todėl prie senųjų dainų išlaikymo bei tyrinėjimo prisidėjo daugybė gruzinų folklorą įsimylėjusių užsieniečių.

Bet geriau nei kalbėti apie šią muziką yra ją išgirsti - su nepaprastu stiliumi paskutinėmis vasaros dienomis svetingai ir ugningai mus supažindins septyni sodrus vyrų balsai iš Gruzijos folko grupės „Bani“.

Tūkstančiai gerbėjų visame pasaulyje žavisi „Bani“ uždegančiais gruziniškais šokiais, žemais balsais, atsidavimu ir nepakartojama energija. Septyni vyrai savo įspūdingais vokalais prikausto dėmesį, o jų muzika išjudina kūną. Repertuaras - šiuolaikiškai perteikta autentiška Gruzijos muzika ir šokiai. Jų dainose kalbama apie



meilę, dievišką Gruzijos gamtą, stiprią draugystę, meilę tėvynei, pagarbą vyresniesiems.

„Bani“ grupės nariai yra kilę iš skirtingų Gruzijos regionų: kartu koncertuoja ir svanas, ir

megrelas, Rytų bei Vakarų regionų atstovai. Drauge jie atlieka liaudies dainas iš įvairiausių tėvynės kampelių ir kitų Kaukazo tautų muziką, sujungdami išsiskiriančią Kaukazo kultūrą.

„Bani“ susibūrė 2011 m., jos nariams vieniems kitus suradus gatvėje. 2015 m. jų gatvės pasirodymą pastebėjo muzikos prodiuseris, su kuriuo grupė įrašė pirmąją dainą „Rachuli“. Radijo stotims pradėjus ją transliuoti, daina tapo labai populiari Gruzijoje, o singlas „Caucasian Ballad“ sulaukė daugiau nei aštuonių milijonų peržiūrų „Youtube“, tai padėjo grupei išgarsėti pasaulyje.

Po pirmojo albumo išleidimo grupė pradėjo koncertuoti Gruzijoje ir už jos ribų. Vien per praėjusį sezoną ji sėkmingai pasirodė Belgijoje, Izraelyje, Nyderlanduose, Kazachstane, Austrijoje, Čekijoje, Turkijoje, Ukrainoje, Baltarusijoje, Korėjoje, Rusijoje.

Šiuo metu kolektyvas pirmąją tarp Gruzijos radijo stočių hitų, pasirodė televizijoje, jo kūriniai sulaukia daugybės peržiūrų. Planuose - antrojo albumo išleidimas.

„Laisvalaikio“ partnerio inf.

„The Melodica Men“ privers lietuvius nusišypsoti

„Ne viskas, pradėta dėl pokšto, virsta tikru pokštu“, - teigia duetas „THE MELODICA MEN“ iš JAV, beveik atsitiktinai virtęs pasauliniu fenomenu. Jie taip meistriškai ir išradingai valdo iš pirmo žvilgsnio juokingą ir vaikiškai paprastą instrumentą - melodiką, - kad nuo dueto neįmanoma atplėšti akių. Tuo įsitikinti bus galima rugpjūčio 30 dieną Vilniuje: amerikiečiai įtraukti į „Akordeono muzikos savaitės“ programą.



Tarptautinio festivalio „Akordeono muzikos savaitė“ meno vadovas Martynas Levickis pirmąsyk „The Melodica Men“ pamatė feisbuke. Jie prikaustė dėmesį visa serija vaizdo klipų, kuriuose stulbinančiai atlieka pasaulinius hitus - tiek klasikos, tiek roko, - taip pat - blokbusterių garso takelius. Tristanas Klarkas (Tristan Clarke) ir Džo Buono (Joe Buono) atrodo tiesiog smagiai pokštaujantys, tačiau jų profesionalumas vertas aplodismentų.

Pirmi nufilmuoti ir „Youtube“ platformoje paskelbti jų kūriniai pasiekdavo kelis tūkstančius žiūrovų, tačiau viena naktis pakeitė dueto gyvenimą iš esmės - tam reikėjo sugroti ištrauką iš baletu „Šventasis pavasaris“. „Kai mūsų vaizdo klipas surinko milijoną peržiūrų, tai buvo kažkas tokio... Tiesą sakant, mes „nukovėme“ 1,5 milijono žiūrovų per 24 valandas. Šaukėme kaip pamišėliai, nesustodami gėrėme daug vandens, nei buvome apsaugę iš džiaugsmo. Tai buvo neapsakoma euforija“, - prisimindami juokiasi dueto nariai. Įkvėpimui ši sėkmė pasitarnavo: netrukus duetas paleido į pasaulį

melodikomis atliekamą „Queen“ superkūrinį „Bohemian Rhapsody“ ir kt.

Beje, „The Melodica Men“ yra girdėję apie tai, kad M.Levickis savo laiku yra išbandęs sėkmę „Lietuvos talentuose“ ir ten nugalėjo. „Mes peržiūrėjome visus jo pasirodymus „Youtube“. Martynas yra neįtikėtinai geras atlikėjas. Neapleidžia jausmas, kad jis turi kur kas didesnę teisę vadintis tikru muzikantu nei mes!“ - sako T.Klarkas. Rugpjūčio pabaigoje grupė turės progą su M.Levickiu susitikti gyvai. Atvykimo į Lietuvą duetas nuosirdžiai laukia.

„Turime pripažinti šokiruojantį faktą, kad per Atlantą mus skraidins tas mažas plastmasinis žaisliukas - melodika, ir leis pamatyti dar vieną gražų miestą - Vilnių. Niekada nebuvau Lietuvoje, todėl jaučiu tą naujos pažinties jaudulį ir noriu pamatyti viską! - kalba T.Klarkas. - O bičiuliams, kurie dar sprendžia, ar ateiti į mūsų koncertą, noriu pasadinti: jei ateisite, nepasigailėsite. O jei ne - paskui kaltinsite save. Tikrai - puikiai praleisime laiką. Mes stengsimės išspinduliuoti visą savo meilę melodikai ir jūs tai patirsite.“

„Laisvalaikio“ inf.

„Mouse on Mars“ koncertuos Vilniuje



„Nenuilstamai išradingi“, - taip apie žymųjį Vokietijos elektroninės muzikos duetą „MOUSE ON MARS“ rašo „The New York Times“. Vienu svarbiausių vokiečių elektroninės muzikos reiškinių vadinama grupė lapkričio 10 d. Vilniuje surengs vienintelį koncertą Baltijos šalyse, kurio metu pristatys tiek anksčiau sukurtus kūrinius, tiek kompozicijas iš naujausio albumo „Dimensional People“.

Dviejų vaikystės draugų - Jano St. Vernerio (Jan St. Werner) ir Endžio Tomos (Andi Toma) - suburtas duetas savo istoriją skaičiuoti pradėjo 1993-iaisais. Nuo pat karjeros pradžios muzikiškai apžvalgininkai pastebėjo ir grupės kūryboje įvertino unikalumą

lią nekontroliuojamo chaoso ir kruopščiai organizuotų struktūrų muzikinę sąjungą, išskiriančią šį kolektyvą iš kitų. Jų muziką apibūrina atsiribojimas nuo bet kokių ideologijų ar žanrų konvencijų.

Grupė per savo karjerą yra išleidusi 12 albumų, kurie plačiai įvertinti kritikų, 14 singlų ir EP, grojusi daugelyje pasaulinio garso festivalių, tokiuose kaip „Sonar“ Barselonoje, CTM Berlyne, „Mutek“ Monrealyje, „Taico-club“ Tokijoje ir kituose, taip pat ir „Boiler Room“ koncertų serijoje.

Apie šiemet išleistą „Mouse on Mars“ albumą „Dimensional People“ iškart suskubo parašyti visi svarbiausi leidiniai - nuo „The New York Times“ iki vieno įtakingiausių muziką apžvelgiančių internetinių platformų „Pitch-

fork“. Tiek kritikus, tiek publiką albumas dar kartą nustebino nauju skambesiu. Ne mažiau dėmesio sulaukė ir išskirtinė šio albumo kūrybinė grupė, pilna garsenybių.

Vienas iš nedaugelio vokiečių elektroninės muzikos projektų, sulaukusių tokio milžiniško tarptautinio pripažinimo, „Mouse on Mars“ iki šiol mėgsta eksperimentuoti peržengiant muzikos ribas ir leidžiantis į tarpdisciplinines muzikos, dailės, teorijos, muzikinio teatro, literatūros, radijo dramos, mokslo ir technologijų sąjungos paieškas. Tuo bus galima įsitikinti ir koncerto Vilniuje metu, kurio metu muziką papildys ir vaizdinis turinys.

Nevaržomos laisvės ir intelektualaus prisilietimo artėjančiame koncerte išties galima laukti.

TELEFONIZUOKI
LETI HD
PASAULIO GIMTADIENIO PRITATE

SAKARTVELO UGNIS
BANI FOLK BAND

100 METŲ GRUZIJAI

RUGPJŪČIO 29 D. 19 VAL. VILNIUS TECH PARK KONFERENCIJŲ CENTRO TERASA
RUGPJŪČIO 30 D. 19 VAL. ADFORM KIEMELIS, KAUNAS
RUGPJŪČIO 31 D. 19 VAL. KLUBAS „RAMYBĖ“, PALANGA

generalinis rėmėjas: info: rėmėjas:

NEALKOHOLINIŠKAS
RSPUBLIKA
Prie kavos
TORK
antals
ibis
Green
Minordija
TeleSoftas
WIX.com
15%
TIKETA
www.klubo.lt

782-os „Šiaulių dienos“



2018 m. rugsėjo 6-8 dienomis Šiauliuose vyks šventiniai 782-ojo miesto gimtadienio renginiai. Organizatoriai, pavadinę šventę „Ateitis mūsų“, skleidžia idėją, kad kiekvieno žmogaus rankose slypi galia kurti modernesnę pasaulį, Lietuvą, Šiaulius, ir kviečia įsijieiti į renginio vyksmą.

Miesto šventės renginiai prasidės rugsėjo 5 d., kūrybiško jaunimo dėka gimtadienis su pagėmumu įsivažiuos rugsėjo 6-ąją, kai startuos mėgėjų meno festivalis „Rudens mozaika 2018“ ir XII tarptautinis vaikų ir jaunimo teatrų festivalis-kūrybinė laboratorija „Baltoji varnelė“, kurie talentingais pasirodymais žiūrovis stebins visas miesto gimtadienio dienas. Kūrybiškumo apraiškų netrūks ir parodoje „Tavo PIN KODAS 2018“, kurioje mokslo, meno, sporto, verslo specialistai ir aktyvus jaunimas pristatys savo veiklas, vykdomus projektus, dalyvis aktualiausiomis idėjomis.

Rugsėjo 7 d. šventinę nuotaiką skeis tradicinė eisena ir motorizuota kolona, kurių dalyviai atžygiuos prie Šiaulių arenos. Čia vyks pagrindiniai šventės dalyvių pasirodymai.

„Miesto šventės pradžią skelbs visuotinė muzikinė-masinė akcija „Ateitis mūsų“. Šventinę akcijos nuotaiką ir išskilmingą kulminaciją kurs būgininkas Gintautas Gascevičius ir Šiaulių miesto padanges užvaldysiantys akrobatikos meistrai, kurie privers miestiečius ir svečius akis pakelti į dangų“, - pasakoja Šiaulių kultūros centro direktorė Deimantė Bačiulė. Šventės pradžią vainikuos koncertas, kuriame dalyvaus Linas Adomaitis ir ritmo grupė, grupės „Biplan“, „Freaks on Floor“ ir Vidas Barkevičius.

Prie Šiaulių arenos bus galima ne tik pasiklausyti muzikos, bet ir dalyvauti įvairiose veiklose. Rugsėjo 7-8 dienomis čia įsikurs Žaidimų parkas, kuriame šiauliėčių lauks virtualiosios realybės pramogos, moksliniai eksperimentai, išmaniosios edukacijos, žaidimai, simuliatorių išbandymai, batutų pramogos, atrakcionai. Išalkusieji šventės dalyviai galės skanauti įvairius patiekalus gatvės maisto „Food-truck“ kieme ir pasimėgauti jais šalia esančioje poilsio zonoje.

Šventinėmis dienomis renginiai vyks ir kitose miesto erdvėse. Tradicškai į Talkšos ežero pakrantę penktadienį ir šeštadienį kvies tarptautinis festivalis „Big Band Festival 2018“, kuriame bigbandai iš Lietuvos bei užsienio šalių dovanos nepamirštamas akimirkas. Duris atvers meno kultūros įstaigos, vyks įvairios ekskursijos, festivaliai, koncertai, parodų atidarymai ir kiti renginiai. Šeštadienį šventės dalyviai turės galimybę dalyvauti istorinės teatralizuotos ekskursijos „Tikras momentas!“ premjeroje.

ORGANIZATORIAI SKLEIDŽIA IDĖJĄ, KAD KIEKVIENO ŽMOGAUS RANKOSE SLYPI GALIA KURTI MODERNESNĮ PASAULĮ

„Šiaulių dienų“ uždarymo koncertą miestiečiams dovanos „Lemon Joy“, G-Jan, „Beissoul & Einius“ ir Džordana Butkutė su gyvo garso grupe. Gerą nuotaiką kurs ir koncerto vedėjas Jonas Nainys ir Rolandas Mackevičius. Miesto gimtadienio kulminacija taps muzikinis fejerverkas ir šventinės „Radistų DJ“ s“ dūžės.

Viena iš šių metų naujovių - atsinaujinęs prekymetis, įdomios mugės.

„Laisvalaikio“ inf.

Teatras

VILNIUS
RAGANIUKĖS TEATRAS 25 d. 12 val. - „Trys paršiukai“. Rež. R.Urbonavičiūtė.
NAUJASIS TEATRAS 25 d. 12 val. Kamerninėje salėje „Simultana“ - „Virtuvės istorija“.
KLAIPĖDA
KLAIPĖDOS DRAMOS TEATRAS 25 d. 18.30 val. Mažojoje salėje - J.Pulinovič „Elžės žemė“. Rež. P.Gaidys. 29, 30 d. 18.30 val. Mažojoje salėje - A.Strindberg „Tėvas“. Rež. M.Kimele.
PANEVĖŽYS
J.MILTINIO DRAMOS TEATRAS 30 d. 18 val. Aukštaitijos siaurasis geležinkelis - B.Hrabalas „Stotelė“ (N-16). Rež. J.Glomb.

Koncertai

VILNIUS
Akordeono muzikos savaitė 2018 27 d. 19 val. Kongresų rūmuose - „Odė laisvei“. Martynas Levickis, Vilniaus miesto ansamblis „Mikroorkestra“.
28 d. 19 val. Nacionalinėje Martyno Mažvydo bibliotekoje - „Jaumstės scherzo“. Jonas Vozbutas.
29 d. 19 val. Valstybiniame Vilniaus mažajame teatre - „Naktiurnas Sešėliuose“. Akordeono muzikos savaitė 2018. Guillaume Meral (akordeonas, Prancūzija). 30 d. 19 val. Vaidilos teatre - „Vėjai delnuose“. The Melodica Men duetas (JAV): T.Clarke, J.Buono.
31 d. 20.30 val. Halės turgiue - „Folk in bazaar“: Iotyniškos pasitupokės. Grupė „Parranda Polar“ (Lietuva): A.Koreniukas (armonika, vokalas), V.Puidokas (bosinė gitara), J.Narbutas (perkusija).

KINAI
FORUM CINEMAS AKROPOLIS ŠV.TERESĖS BAŽNYČIA 26 d. 12 val. - Agnė Petruškevičiūtė (vargonai).
KALŲ PARKAS 30 d. 19 val. - Festivalis „M.A.M.A. Vasara“.
31 d. 22 val. - SEL koncertas.

VU BOTANIKOS SODAS 26 d. 17 val. - Jazu su orkestru (dir. M.Pitrėnas).
27 d. 18 val. - Andrius Mamontovas.

TRAKAI

GALVĖS ĖŽERAS 25 d. 19 val. - Aika Jazz Insight. Aika (vokalas), P.Zdanavičius (klavišiniai), E.Germanovič (bosinė gitara), A.Baronas (mušamieji).

KAUNAS

PALAIMINTOJO JONO PAULIAUS II KOPLYČIA 26 d. 11 val. - S.Beatričė (sopranas), M.Beinaris (baritonas), S.Beinarienė (koncertmeisterė). Renginio vedėja B.Beinarienė.
--

KLAIPĖDA

KLAIPĖDOS APSKRITIES VIEŠOJI I.SIMONAITYTĖS BIBLIOTEKA 29 d. 17 val. Konferencijų salėje - „Saulė stygomis ridenas“, skiriama Vyduono metams. Dalyvauja: R.Tamošiūnaitė (smuikas), V.Smailytė (arpa), S.Šiaučiulis (fortepijonas).

KLAIPĖDOS MIESTO SAVIVALDYBĖS VIEŠOJI BIBLIOTEKA 29 d. 18 val. - Styginių grupės „Q-art“ koncertas „Liepsnojančios stygos“. K.Vaičiulis (violončelė), E.Kaziukaitis (altas), V.Rubežas (perkusija), T.Morta Staiģis (smuikas), S.Mamina (smuikas).

ŠV.PRANČISKAUS ASYŽIEČIO BAŽNYČIA 26 d. 16 val. - K.Adamaite (vargonai, Latvija).
--

PALANGA

KURHAUZAS 25 d. 19 val. - Retro muzikos koncertas. R.Juzikonytė (sopranas), prof. D.Staponkus (baritonas), prof. A.Motuzienė (fortepijonas).

26 d. 20 val. - „Gražiausios melodijos“. Dalyvauja: J.Leitaitė, R.Kriksčiūnaitė-Barcevičienė (fortepijonas), P.Daukšytė (smuikas).

KONCERTŲ SALĖ 25 d. 20 val. - Simfoninis koncertas „Roko baladės“. Lietuvos valstybinis simfoninis orkestras (dir. G.Rinkevičius), P.Meskėla, E.Sašenko, G.Paškevičius, J.Milius, Č.Gabalas.

BIRŠTONAS

KURHAUZAS 25 d. 19 val. - Pažaislio muzikos festivalis. „Sonetas meilei“. Atlikėjai: M.Zimkus (tenoras), G.Prunskus (baritonas), P.Gudinaitė (fortepijonas).

„EGLĖS“ SANATORIJA 25 d. 20 val. - Koncertas „Vakaro serenados“ (nemokamas).

KITI MIESTAI
KONCERTAI KITUOSE MIESTUOSE 26 d. 13 val. Medininkų Švč. Trejybės ir Šv.Kazimiero bažnyčioje - A.Liutkutė (sopranas), M.Atminaitė (vargonai). 26 d. 16 val. Tylutėnaitė, Tylutėnų vie-noulyne - Justina Grinytė (meccosopranas). 26 d. 19.30 val. Druškininkų bažnyčioje - Sakralinės muzikos valanda. S.Liamo (sopranas), G.Beinarytė (arpa), B.Beinarytė (fleita), R.Beinaris (obojuos), G.Kiviklys (vargonai), V.Juodpusis (muzikologas). 29 d. 18 val. Paežerių dvaro rūmuose - „Buvo, yra ir bus“. J.Kurauskas (klasikinė gitara), Aidas (smuikas), R.Olcvikaitė (smuikas). 30 d. 20.30 val. Tauragė, „Bangos“ parko - „Aš mylėjau tave tau nežinant“. N.Malūnavičiūtė, O.Ditkovskis.

Kinai

VILNIUS

FORUM CINEMAS AKROPOLIS „Megalodonas: grėsmė iš gelmių“ (veiksmo trileris, JAV, N-13) - 25-30 d. 10.20, 15.45, 21.10, 23.10 val. (23.10 val. seansas vyks 25, 30 d.). „Megalodonas: grėsmė iš gelmių“ (veiksmo trileris, JAV, 3D, N-13) - 25-30 d. 13.10, 18.35 val. (DIGITAL). „Leo da Vinčis: Misija Mona Liza“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Italija, V) - 25-30 d. 10.40, 12.35, 14.50 val. (23.25 val. seansas vyks 25, 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 13.55, 16.55, 19.10, 21.30, 23.40 val. (23.40 val. seansas vyks 25, 30 d.). „Žaisliukai suaugusiems“ (juodojo humoro komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 13.45, 16.10, 18.25, 20.30, 23.25 val. (23.25 val. seansas vyks 25, 30 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 18.05 val.
„Pasakiškai turtingi“ (romantinė komedija, JAV, N-13) - 30 d. 19 val. (YOMAYO premjera). „Du ančiukai ir žąsinas“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 26 d. 13 val. (TAVO VAIKAS premjera). „Nerealieji 2“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 25-30 d. 10.10, 11.10, 12.50, 15.30, 18.15 val.
„Vartai į anapus“ (fantastinė siaubo drama, JAV, N-13) - 25-30 d. 15.10, 15.55, 19.25, 21.40, 23.45 val. (30 d. 19.25 val. seansas nevyks; 23.45 val. seansas vyks 25, 30 d.). „Moterys meluoja geriau. Robertėlis“ (komedija, Lietuva, N-13) - 25-30 d. 17.20, 19.35, 21.45 val.
„Luisas ir ateiviai“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, Vokietija, V) - 25-30 d. 10.50, 15 val.
„Monstrų viešbutis 3: atostogos“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 25-30 d. 13, 17, 10 val.
„Nejmanoma misija: atpildo diena“ (veiksmo trileris, JAV, 3D, N-13) - 25-30 d. 11.30, 17.50 val. (DIGITAL). „Nejmanoma misija: atpildo diena“ (veiksmo trileris, JAV, N-13) - 25-30 d. 14.40, 21.20, 22.40 val. (22.40 val. seansas vyks 25, 30 d.). „Mamma Mia! Štai ir mes“ (muziklas, Didžioji Britanija, JAV, N-13) - 25-30 d. 20,40 val.



„Vienas iš keisčiausių jos vaidmenų“, - apie aktorės Nikolės Kidman (Nicole Kidman) pasirodymą filme su nuostaba rašo kino kritikai. Jiems pritaria ir filmo režisierius: „Niekada nemačiau, kad ji būtų atlikusi tokį purvina vaidmenį - šiame filme Nikolės perštai niekada nebuvo švarūs.“

Filmo režisierius naująsią kūrinį apibūdina trumpai: „Tai lyg Romeo ir Džuljetos meilės istorija, bet vietoje Montekij ir Kapulečių yra ateiviai ir pankai. Ir veiksmas vyksta ne prieš daugelį amžių, o 1977-ųjų Londone, kuriamu madas diktuoja pamiškas judėjimas.“

Ekstravagantiškais drabužiais ir futuristine, peroksidine šukuosena dėmesį prikaustanti „Os-karo“ laureatė įkūnija pankų karalienę Bodicėja. Ji „peša“ vieną cigarete po kitos, siaučia nudriskuosiuose vakarėliuose ir įsakmiu tonu jaunimui perteikia maišto idėjas. Bodicėja kartu su pagur-diniu herojumi, simpatišku maištininku Enu, ruošiasi „susprogdinti“ ateivių vakarėlį ir sukelti nedidelę tarpgalaktinę revoliuciją. Ir visa tai dėl to, kad Enas įsimylėjo gražuolę ateivę, kuri netruks visiems laikams turi palikti ne tik Londoną, bet ir Saulės sistemą.

„Pirmasis išvalymas“ (siaubo trileris, JAV, N-16) - 25, 30 d. 23.50 val.

VASAROS AKCIJA VAIKAMS „Koko“ (animacinis f., dubliuotas lietuviškai, JAV, V) - 25-30 d. 12.40 val. „Sengirė“ (dokumentinis f., Lietuva, V) - 25-30 d. 10.30 val.
--

FORUM CINEMAS VINGIS „Megalodonas: grėsmė iš gelmių“ (veiksmo trileris, JAV, N-13) - 25-30 d. 11, 16.20, 21.45, 23.10 val. (23.10 val. sean-sas vyks 30 d.). „Megalodonas: grėsmė iš gelmių“ (veiksmo trileris, JAV, 3D, N-13) - 25-30 d. 13.45, 18.20, 19.05 val. (30 d. 19.05 val. seansas nevyks; 18.20 val. sean-sas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.30, 17.40, 19.45, 21.50, 23.55 val. (23.55 val. seansas vyks 30 d.). „Slendermenas“ (siaubo f. JAV, N-16) - 25-30 d. 11.20, 13.40, 16.05, 18.40, 21, 21.50, 23.40 val. (29 d. 21 val. seansas nevyks; 21.50 val. seansas vyks 29 d.). „Nesijaudink, jis toli nenueis“ (biografinė komedija, JAV, N-18) - 25-30 d. 15.3
--

„Laisvalaikio“ klubo partneriai



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

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

APRANGA, AKSESUARAI

Galanterijos parduotuvės „Odera“. Vilnius. 10% nuolaida nenukainotoms ir reakcijinėms prekėms. Tel. (8 5) 240 0511, www.oderait.lt

TEATRAS

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



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

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

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

Užupio teatras. Vilnius. 40% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 608) 34 222, www.uzupioiteatras.lt

Teatras „Cezario grupė“. Vilnius. 25% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 614) 95 952, (8 618) 59 753, www.cezariogrupe.lt

Valstybinis Vilniaus mažasis teatras. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 261 3195, www.vmt.lt

Improvizacijų teatras „Kitas kampas“. Vilnius. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 682) 66 383, www.kitaskampas.lt

„Keistuolių teatras“. Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 242 4585, www.keistuoliai.lt

Lietuvos rusų dramos teatras. Vilnius. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 265 2167, www.rusudrama.lt

Teatras vaikams „Raganukių teatras“. Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 677) 19 812, www.raganukiue.lt

Kauno mažasis teatras/ 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 37) 226 090, www.mazasisiteatras.lt

Kauno valstybinis muzikinis teatras. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 37) 200 933, (8 37) 228 784, www.muzikinisiteatras.lt

Valstybinis Šiaulių dramos teatras. Nuo 25% nuolaida 2 bilietams j. „Šiaulių dramos teatro“ spektaklius nuo didžiausios galiojančios biiliety kainos. Tel. (8 41) 523 209, www.vsd.lt

KITOS PRAMOGOS

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

Kelionių agentūra „Estravel Vilnius American Express TRS“. 5% nuolaida kruizams, keltams, viloms Italijoje ir TUI kelionėms ir 10% nuolaida ekskursijoms Lietuvoje. Tel. (8 5) 212 5805, 212 5803

Laipynių parkas „Dainuovs nuotykių slėnis“. Anykščiai. 20% nuolaida 2 asmenims. Tel. (8 693) 35 060, www.nuotykiuslenis.lt

Vakarieni ant Druskonio ežero laive „Druskonio perlas“. Druskininkai. 12% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 604) 30 002, (8 670) 90 724, www.saltytour.lt

Naujos kartos vandens dviračiai „Waterpillar“ius“. Druskininkai. 50% nuolaida vandens dviračio nuomai. Tel. (8 670) 90 724, www.saltytour.lt

www.skrzydiaziorobalonais.lt. 20% nuolaida ne daugiau kaip 2 žmonėms. Tel. (8 618) 30 069

Keleivinis pramoginis laivas „Nidas“. Nida. 15% nuolaida kelionei laivu, 1 asmeniui. Tel. (8 698) 31 378, www.nidas.eu

Boulingo ir biliardo klubas „Amerigo“. Vilnius, Kaunas. 20% nuolaida boulingo ir amerikietiško biliardo žaidimams. Tel. (8 5) 249 0707, (8 37) 328 686, www.amerigo.lt

„Pool House“ biliardas. Vilnius. 10% nuolaida žaidimui ir 5% nuolaida biliardo inventorijai įsigyti. Tel. (8 656) 50 014

Šv. Kristoforo odontologijos klinika. Vilnius. 100% nuolaida pirmai konsultacijai, 10% terapiniam gydymui ir burnos higienos procedūroms, 5% dantų protezavimui. Tel. (8 5) 261 7143, www.kristoforklinika.lt

„GK klinika“. Vilnius. 10% nuolaida paslaugoms. Tel.: (8 5) 255 33 53, (8 620) 55 599, www.gkiklinika.com

Odontologijos klinika „Dantų priežiūros centras“. Kaunas, Klaipėda, Prienai, Raseiniai, Jurbarkas, Gargždai. 10% nuolaida visoms paslaugoms (išskyrus implantaciją) ir 100% nuolaida konsultacijai. Tel. (8 612) 36 694, www.dpc.lt

Reabilitacijos ir sveikatingumo centras „Gemma“. Vilnius. 12% nuolaida visoms paslaugoms (išskyrus slaugą). Tel. (8 5) 234 0305, www.gemma.lt

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

Parduotuvė „Optikos pasaulis“. 20% nuolaida akininių rėmeliams, saulės akiniams, jų priedams. www.optikospasaulis.lt

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

Optikos „Vizija“. 15% nuolaida prekėms ir jų priežiūros priemonėms. www.optikavizija.lt

VIEŠBUČIAI

Viešbutis ir restoranas „Moon Garden Hotel“. Vilnius. 20% nuolaida apgyvendinimui ir 15% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 5) 219 99 49, www.moongardenhotel.com

Sodyba „Terra polsis“. Molėtų r. Guodužių k. 15% nuolaida apgyvendinimui ir pieties paslaugoms. Tel. (8 686) 03 233, www.terrapolis.lt

Viešbutis „Rinno“. Vilnius. 10% nuolaida apgyvendinimui. Tel. (8 5) 262 2828

Viešbutis „Karolina“. Vilnius. 15% nuolaida viešbučio ir restorano paslaugoms (šį pagardinimo meniu). Tel. (8 5) 245 3939

Viešbutis „Narutis“. Vilnius. 20% nuolaida apgyvendinimui ir 10% nuolaida viešbučio restorane. Tel. (8 5) 212 2894

Viešbutis „Europa City“. Vilnius. 20% nuolaida (nuo dienos kainos) apgyvendinimui. Tel. (8 5) 251 4477, www.europacity.lt

Viešbutis „Pažaidžio parkas“. Kaunas. 20% nuolaida apgyvendinimui. Tel. (8 37) 452 433

Viešbutis „SPA Hotel Belvilis“. Kirmėlė, Molėtų r. 10% nuolaida pirčių-baseno komplekso paslaugoms, kitoms papildomoms pramogoms ir paslaugoms bei sąskaitai restorane. Tel. (8 383) 51 098, www.belvilis.lt

Viešbutis „Jogle“. Vilnius, Alytus. 20% nuolaida draubūžių valymui ir 15% nuolaida odinių ir kailinių gaminių valymui. Tel. (8 5) 264 9164, www.jogle.lt

Viešbutis „Tartan“. Tartan. 10% nuolaida slavimo ir taisyms paslaugoms. Tel. (8 607) 73 130, www.tartan.lt

Vaidos veterinarijos klinika Vilnius. 8% nuolaida zoopreškėms ir gyvūnų maistui, 15% nuolaida gydymo paslaugoms. Tel. (8 611) 12854, www.vetklinikavilnius.lt

„Sunų kirpykla „Pet Style“. Vilnius. 10% nuolaida paslaugai, 15% nuolaida prekėms. Tel. (8 601) 91817, www.petstyle.lt

Tekstilinė automobilių plovykla „Tyra“. Vilnius. Bronzinė programa - 6 Eur, sidabrinė - 7 Eur, auksinė - 8 Eur, platininė (su LAVA putomis) - 9 Eur. Tel. (8 5) 274 1381, www.tyraplovykla.lt

Automobilių nuoma „Easy Rental“. Vilnius. 18% nuolaida įmonei priklausančių lengvųjų automobilių ir mikroautobusų nuomai. Tel.: (8 5) 212 3691, (8 604) 11 779

Automobilių plovimas ir valymas „Svari auto“. Vilnius. 20% nuolaida automobilio plovimo ir valymo paslaugoms. Tel. (8 615) 13 999, www.svariauto.lt

Limuzinų nuoma „Salmagond“. Vilnius. 30% nuolaida limuzinų nuomai. Tel. (8 643) 33 333, www.smglimo.lt

KITOS PREKĖS

Tekstilės dizaino studija „LHI Lovely Home Idea“. Vilnius. 10% nuolaida prekėms. Tel. (8 699) 45 553, www.lovelyhomeidea.com

Interjero salonas-galerija „Lauros namai“. Kaunas. 10% nuolaida namų aromatams, kvėpiančioms žvakėms, persiūkiems kilimams, šviestuvams, interjero detalėms. Tel. (8 696) 11 600, www.laurosnamai.lt

Gėlių salonas „Indigo gėlės“. Vilnius. 20% nuolaida prekėms. Tel. (8 612) 50 040, www.indigoegels.lt

Parduotuvė „3D stikle“. Vilnius. 11% nuolaida vienetiniams gravuotiesiems stiklo gaminiams. Tel. (8 640) 54 820, www.3dstikle.lt

Motosalonas „Yamaha“. Klaipėda. 10% nuolaida aksesuarams, šalmams, aprangai, detalėms. Tel. (8 613) 65 994

Žūliės reikmenų parduotuvė „Triturus“. Vilnius. 15% nuolaida prekėms. Tel. (8 5) 243 0234

Maisto produktų krautuviė „Naturalia“. Vilnius. 5% nuolaida šviežiai mėsi, 20% graikiškai produkcijai, 20% itališkiems makaronams. Tel. (8 682) 22 333, www.erikas.lt

Konditerijos gaminiai „Alkava“. Kaunas, Ukmėrgė, Kėdainiai. 10% nuolaida tortams. www.alkava.lt

Koncertų organizatorius „ARTS Libera International“. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 677) 00 699, www.artslibera.com

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

Koncertų organizatorius „GM Gyvai“. 15% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 650) 73 203, www.gmgyvai.lt

Lietuvos valstybinis simfoninis orkestras. Vilnius. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 5) 261 8828, www.lvs.lt

Klaipėdos koncertų salė. Klaipėda. 20% nuolaida 2 bilietams. Tel. (8 46) 410 566, www.koncertusale.lt

„American English School“. 24 Eur nuolaida kalbų kursams Lietuvoje, 44 Eur nuolaida kalbų kursams ir stovykloms užsienyje. Tel.: (8 5) 279 1011, (8 610) 30 006, www.ames.lt

„Soros International House“. 24,62 Eur nuolaida kalbų kursams mokytis grupėse Lietuvoje. Tel. (8 5) 272 4879, www.sih.lt

Interjerinių lėlių gamimo kursai „Senamiesčio lėlės“. Vilnius. 30% nuolaida interjerinių lėlių gamimo kursams. Tel. (8 679) 61 422, www.puppetstheatre.lt

KAVINĖS, RESTORANAI

Restoran-bistro „Mykolo 4“. Vilnius. 10% nuolaida sąskaitai (išskyrus dienos pietus). Tel. (8 688) 22 210, www.mykolo4.lt

Žalio maisto restoranas „Raw42“. Vilnius. 15% nuolaida sąskaitai (išskyrus dienos pietus nuo 12 iki 15 val.). Tel. (8 659) 68545, www.raw42.lt

Restoran „Lauropasas“. Vilnius. 10% nuolaida sąskaitai (išskyrus dienos pietus). Tel. (8 674) 51 045, www.lauropasas.lt

Kinų japonų restoranas „Rytų Azija“. Kaunas. 15% nuolaida sąskaitai (nuolaida negalioja dienos pietums). Tel. (8 466) 66 776

Restoran-picerija „Pas Tą“. Vilnius. 15% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 605) 55 544, www.pastakrido.lt

Restoran „Basilico“. Vilnius. 10% nuolaida sąskaitai (išskyrus dienos pietus). Tel. (8 650) 51 680, www.basilico-pica.lt

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

Baras „California“. Vilnius. 13% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 652) 65 551, www.california.lt

Restoras „TerraZZa“. Vilnius. 10% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 5) 210 3104, www.terraZZa.lt

Restoran „Esse“. Vilnius. 12% nuolaida sąskaitai (išskyrus verslo pietus, banketus ir spec. pasiūlymų). Tel. (8 686) 00 488, www.esse.lt

Picerija „Fokus pica“. Vilnius, Ukmėrgė, Panevėžys. 10% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 5) 265 0101, www.fokuspica.lt

Restoranai „Pekinas“, „Pekino antis“. Vilnius. 15% nuolaida maistui (nuolaida taikoma vieni sąskaitai). Tel.: (8 5) 215 1620, 233 9999

Restoran „Kybynlar“. Vilnius, Trakai. 15% nuolaida maistui ir gerimams. Tel. (8 528) 55 179, www.kybynlar.lt

Restoran „Miesto sodas“. Kaunas. 15% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 37) 424 424, www.miestosodas.lt

Restoran „Senieji rūsiai“. Kaunas. 10% nuolaida sąskaitai (išskyrus akcijinius patiekalus ir dienos pietus). Tel.: (+370) 601 02525, (8 37) 202 806, www.seniejiirusiai.lt

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

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

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

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

Naktinis klubas „Mojito Nights“. Vilnius. 12% nuolaida sąskaitai. Tel. (8 687) 70 977, www.facebook.com/mojitonakty

GROŽIO PASLAUGOS

Masažai, SPA ritualai, aromaterapija „Provanso kvapai“. Vilnius, Klaipėda. 12% nuolaida prekėms ir paslaugoms. Tel. (8 679) 25 055, www.provansokvapiai.lt



Estetinės medicinos ir dermatologijos klinika „Grožio pasaulis“. Kaunas. 10% nuolaida kosmetologinėms procedūroms, kūno įvyniojimams ir antiulitulinėms procedūroms presoterapijos aparatu. Tel. (8 37) 313 900, www.groziopasaulis.lt

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

Grožio namai „Merci Merc“. Šiauliai. 10% nuolaida nu oficialių kainų paslaugoms ir prekėms. Tel. (8 611) 33 227, www.merci-merci.lt

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

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

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

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

Rytų masažo namai „Azia SPA“. Vilnius. 10% nuolaida procedūroms. Kiekvieną mėnesį spec. pasiūlymą tik su „Laisvalaikio“ kortele. Tel.: (8 5) 244 4646, (8 644) 03 000, www.aziasspa.lt

Soliariumas „Nefertiti“. Kaunas. 15% nuolaida soliariumo paslaugoms. Tel. (8 37) 23 74 50

Grožio namai „Sothys“. Vilnius. 15% nuolaida prekėms ir paslaugoms. Tel.: (8 620) 15 551, (8 46) 240 340, www.sothys.lt

Ajurvedos centras „Shanti“. Vilnius. 15% nuolaida visoms procedūroms. Tel. (8 606) 75 557, www.ajurveda.lt

Grožio salonas „Gatineau“. Vilnius, Totorių g. 19. 15% nuolaida visoms grožio paslaugoms. Tel.: (8 5) 261 8364, (8 675) 44 448, www.groziopasaulis.lt

Moters mokykla. 15% nuolaida užsėmimams. Tel. (8 698) 14 529, www.motersmokykla.lt

NUO 2017 M. VASARIO 1 D. PRADĖTOS GAMINTI NAUJOS PAGRASTOS „LAISVALAIKIO“ KORTELĖS. UŽSISAKYKITE: WWW.LAISVALAIKIS.LT/ANKETA

NUO 2016 m. sausio 18 d. nebeįsduodamos „SEB Laisvalaikis“ MASTERCARD kortelės. Senos kortelės galios kaip įprastai iki galiojimo termino pabaigos. Informacija www.seb.lt

PROGNOZĖ RUGPJŪČIO 25-31 D. GEROS DIENOS: 25, 27, 31 D. BLOGOS DIENOS: 26, 30 D. Profesionalios astrologės Lilijos Banaitytės paslaugos. Tel. 865698074. El.p. bttime@elnet.lt

AVINAS

Nesilaikykite vien savo pozicijos darbinėje veikloje, leiskite kitiems už jus nuspręsti. Jeigu neturite antrosios pusės - veikite, juk jūs laukia įdomios ir intriguojančios pažintys. Vis dar padidėjusi avarių tikimybė, tad būkite atsargūs kelyje.

Jautis. Šią savaitę prasidėjęs meilės romanas bus ilgas ir nevaržantis. Su dėkingumu priimkite jums siunčiamas likimo dovanas, kai sulauksite malonios žinios ar kvietimo. Nors dar viskuo lengvai susižavėsite, jus įtikinti priimti sprendimą bus sunku.

Vėžys. Jeigu ryšiai su artimu žmogumi priglęsti, tinkamas metas juos atgavinti. O jei darbe jaučiatės komandos dalimi ir manote, kad dėl bendražiogių padarysite net tai, ko nepadarytumėte dėl savęs, - esate savo vietoje. Palankus laikas dirbantiems grožio srityje.

Svarstyklės. Visi šiuo laikotarpiu pradėti darbai garantuoja sėkmę - pagaliau bus įvertintos jūsų pastangos. Nauji santykiai gali peraugti į ilgalaikę draugystę, naudokitės dabartine situacija - atsiras daug slaptų gerbėjų, jums liks tik rinktis. Pats laikas profilaktiškai pasitikrinti sveikatą.

oziaragis. Asmeniniame gyvenime laiku išsakyti komplimentai suteiks jums vidinės ramybės, o jei pagėdaujate tapti populiariu tarp draugų, nesnauskite - daugiau bendraukite. Darbe pamažu viskas grįžta į įprastą ritmą.

vandenis. Vieniši sulauks ypach daug dėmesio iš priešingos lyties atstovų, tad jeigu neplanuojate rimtų įsipareigojimų, neleiskite kitiems jūsų suprasti netinkamai. Dirbančius mėgstamą darbą ir tikinčius tuo, ką daro, lydės sėkmė. Antroje savaitės pusėje sulauksite naujų didelių investicijų.

DVYNYIAI

Šią savaitę pasitarnaus jūsų pažintys ir geri santykiai su aplinkiniais, galite sulaukti viliojančių pasiūlymų, nors visais ir taip klostysis gerai ir turėsite ne vieną galimybę įsitikinti, kad gyvenimas jus myli. Didelė tikimybė tiems, kas neturi antros pusės, ją sutikti. Saugokitės skersvėjų.

Mergelė. Susižavėję antra puse, daug išlošite sulaukę naujų pasiūlymų, išvykų, džiugių naujienų. Komandiniam darbe pasistenkite būti lankstesni, atsižvelkite ir į kitų žmonių poreikius, nes tik dirbdami drauge su kitais pasieksite norimų rezultatų. Saugokitės žarnyno infekcijų.

Šaulys. Asmeninis gyvenimas tekės įprasta vaga, tik pasistenkite nepainioti asmeninių santykių su darbu, džiaukitės savo sėkme ir džiuginkite kitus. Įvykiai apie jus vis dar suksis sparčiai ir labai įvairia linkme - tiesiog labai toks metas. Pasaugokite savo sveikatą.

Skorpionas. Meilės fronte viskas tekės įprasta vaga. Pasistenkite apdairiai elgtis su pinigais, neleiskite jų veltui, neįsiskykite to, ko jums nereikia. Antroje savaitės pusėje gali kilti minčių keisti darbą ar išeiti ilgalaikiu atostogų. Metas pasirūpinti savo fiziniu aktyvumu.

Žuvis. Geras laikas ieškoti naujų partnerių, ši partnerystė bus gana perspektyvi, todėl pasistenkite pasinaudoti atsivėrusiomis galimybėmis. Santykiai su kolegomis ir vadovais bus taikūs. Palankus laikas įgyvendinti senus tikslus, svajones.

SPORTAS IR PRAMOGOS

Sostinių golfo klubas. Pipiriškių k., Elektrėnų sav. 20% nuolaida golfo žaidimui, nuomai ir kitoms paslaugoms, 15% maistui. Tel. (8 619) 99 999, www.capitals.lt

Sporto klubas „The Royal Athletic Club“. Vilnius. 10% nuolaida visoms 6 mėnesių narystėms (įskaitant ir el. sąskaitas). Tel. (8 5) 2159384, www.raclub.lt

Saviko sporto klubas. Vilnius. 10% nuolaida visiems kartiniams, dieniniams, pilnas ir pilnas plus abonementams. Tel. (8 616) 14477, www.savikosportoklubas.lt

Sporto klubas „Apelinas“. Klaipėda. 50% nuolaida vienkartiniam apsilankymui, 20% nuolaida abonementui, 15% nuolaida soliariumo abonementui. Tel.: (8 46) 259 922, 322 522, www.apelinas.lt

Laisvalaikio centras „7 mūzos“. Vilnius. 10% nuolaida treniruoklių salės bei grupinių sveikatingumo užsiėmimų suaugusiųjų abonementams. Tel. (8 5) 247 0700, www.7muzos.lt

