

## **INFORMACIJA APIE SPORTO RENGINIUS SENJORAMS**

### **2019 m. spalio 5d. 19 val.**

Tarptautinių sportinių šokių varžybos "Rudens taurė - 2019" finalinių turai.

VšĮ „Šokių sportas“

Adresas: Garliava, Vasario 16-osios g. 8

Garliavos sporto ir kultūros centras.

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

Vytautas Bankauskas

Tel. nr. 8 688 41199

### **2019 m. spalio mėn. (antradieniais ir ketvirtadieniais)**

09:30-10:30 val.

10:30-11:30 val. ( dvi grupės)

Gimnastikos, pilates, jogos, linijinių šokių užsiėmimai

Moterų sveikatingumo klubas „Joana“

Kauno sporto mokykla „Startas“

Adresas: Miško g. 3 Kaunas.

Gimnastikos salė

Turėti sportinę aprangą.

### **2019 m. spalio mėn. kiekvieną pirmadienį ir trečiadienį 15 val.**

Mankštos „Laikysenos korekcija“

Sveikatingumo studija „IEVA GYM“

Adresas: Laisvės al. 59 Kaunas (3 aukštas)

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

Būtina išankstinė registracija

Tel. Nr. 8 600 32891

Turėti rankšluostuką (pasidėjimui po galva)

### **2019 m. spalio mėn., kiekvieną sekmadienį**

**8:00-8.45 val.**

Nemokami užsiėmimai baseine

Kauno sporto mokykla „Startas“

Adresas: Miško g. 3 Kaunas.

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

El. Paštas:

[info@smstartas.lt](mailto:info@smstartas.lt)

### **2019 m. spalio mėn. pirmadieniais, trečiadieniais ir penktadieniais**

**9:00-11:00 val.**

Stalo tenisas

Kauno sporto mokykla „Gaja“

Adresas: Partizanų g. 180 Kaunas

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

Tel. Nr. (8 37) 73 34 29

**2019 m. spalio mėn. (antradieniais ir ketvirtadieniais) 09:00-10:00 val.**

Nemokami užsiėmimai baseine

Plaukimas

Kauno plaukimo mokykla

Baseinas „Šilainiai“

Adresas: Baltų pr. 8 Kaunas.

Tikslinė grupė: senjorai

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

(tel. 861625389)

-Apsilankymo trukmė 45 min.

-reikalingi plaukimo reikmenys glaudės/maudymosi kostiumėlis (moterims pageidautina-plaukimo kepurėlė) rankšluostis, higienos priemonės

-Dušai 5 min. prieš ir po apsilankymo baseine

-Vieną dieną galime priimti nemokamai daugiausiai 30 senjorų

-laikytis vidaus tvarkos taisyklių

**2019 m. spalio mėn. (antradieniais ir ketvirtadieniais)**

**09:00-10:00 val.**

Nemokami užsiėmimai baseine

Plaukimas

Kauno plaukimo mokykla

Baseinas „Vilija“

Adresas: Demokratų g. 34 Kaunas.

Tikslinė grupė: senjorai

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

(tel. 861862177)

-Apsilankymo trukmė 45 min.

-reikalingi plaukimo reikmenys glaudės/maudymosi kostiumėlis (moterims pageidautina-plaukimo kepurėlė) rankšluostis, higienos priemonės

-Dušai 5 min. prieš ir po apsilankymo baseine

-Vieną dieną galime priimti nemokamai daugiausiai 30 senjorų

**2019 m. spalio mėn. (antradieniais ir ketvirtadieniais)**

**09:00-10:00 val.**

Nemokami užsiėmimai baseine

Plaukimas

Kauno plaukimo mokykla

Baseinas „Dainava“

Adresas: Partizanų g. 46 Kaunas.

Tikslinė grupė: senjorai

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

(tel. 861697055)

-Apsilankymo trukmė 45 min.

-reikalingi plaukimo reikmenys glaudės/maudymosi kostiumėlis (moterims pageidautina-plaukimo kepurėlė) rankšluostis, higienos priemonės

-Dušai 5 min. prieš ir po apsilankymo baseine

-Vieną dieną galime priimti nemokamai daugiausiai 30 senjorų

-laikytis vidaus tvarkos taisyklių

**2019 m. spalio mėn. 7,14,21 d. (pirmadieniais)**

**nuo 10:00 iki 11:00 val.**

Rytinė treniruotė/mankšta senjorams. Jos bus pritaikytos senjorams parenkant krūvį bei atsižvelgta į galimybes.

Asociacija „SHORI“

Adresas: Raudondvario pl. 117 A II aukštas

Tikslinė grupė: senjorai

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

Būtina išankstinė registracija:

tel.Nr. 8671 31288 arba el. paštu

[tomas@kyokushinkaunas.lt](mailto:tomas@kyokushinkaunas.lt)

Užsiėmimus ves profesionalus Kyokushin karte treneris Tomas Zienius. Salėje yra atskiri persirengimo kambariai su dušais (vyrų ir moterų).

**2019 m. spalio mėn. darbo dienomis nuo 15val. iki 20 val.**

Dziudo užsiėmimai

Asociacija "Ugnies aidas"

Adresas: Tvirtovės al. 37 Kaunas

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

Būtina išankstinė registracija:

tel. Nr. 86 83 41484 (Daiva)

**2019 m. spalio mėn. darbo dienomis nuo 10 val. iki 12 val.**

Stalo tenisas (žaidimas vyks savarankiškai,

todėl patogiausiai apsilankyti dviem ir daugiau žmonių).

VŠĮ vaikų stalo teniso mokykla ir

klubas „Raudona Juoda“

Adresas: R. Kalantos g 30

Tel. Nr. 8656 44773

**2019 m. spalio 3 d. (ketvirtadienis) 12.00 val.**

**Spalio 10 d. (ketvirtadienis) 12.00 val.**

**Spalio 17 d. (ketvirtadienis) 12.00 val.**

**Spalio 24 d. (ketvirtadienis) 12.00 val.**

**Spalio 31 d. (ketvirtadienis) 12.00 val.**

Jogos mankšta

Kauno jogos studija

Adresas:

Seinų g. 5 (Žaliakalnis)

Būtina turėti pensininko pažymėjimą. Būtina išankstinė registracija:  
tel. Nr. 8684 66449

**2019 m. spalio mėn. (pirmadieniais, trečiadieniais) 18:00 iki 19:00 val.**

Užsiėmimai

Savigynos treniruotės

Kauno karatė klubas „Samurajus“

Adresas: Partizanų g. 14, Kaunas

Sporto salė

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

Užsiėmimai nemokami, skirti senjorams norintiems išmokti savigynos pagrindų.

**2019 m. spalio mėnesio pirmadieniais ir trečiadieniais 19:30-21:00 val.**

Dziudo ir savigyna

Kauno dziudo klubas „Ryto Saulė“

Lietuvos Sporto Universiteto dziudo salė

Perkūno al. 3a, Kaunas

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

lolita.judo@gmail.com

+37068715951

**2019 m. spalio 6 d.(sekmadienis) Bėgimo renginys.**

Distancijos:

suaugusiems - 10 km, 5 km.

Vaikams - 400 m.

Kauno Rotušės aikštė

Rotušės a., 6-asis paramos bėgimas, skirtas atkreipti plačiosios visuomenės dėmesį į vieną iš pavojingiausių ligų – krūties vėžį, paskatinti profilaktiniam pasitikrinimui ir palaikyti sergančias moteris.

Pasaulinio rožinio kaspino judėjimo dalis ir vienintelis toks bėgimas Lietuvoje.

Bėgdami dalyviai išreiškia palaikymą moterims, kovojančioms su onkologine liga, skiria paramą.

Senjorus kviečiame registruotis el. pašto adresu: info@kmk.lt arba renginio vietoje registracijos palapinėje nuo 10 val.

**spalio 9 d. 17:30-18:30 val.,**

**spalio 16 d. 17:30-18:30 val.,**

**spalio 23 d. 17:30-18:30 val.,**

**spalio 30 d. 17:30-18:30 val.**

Mankšta su šypsena

Lietuvos sporto universitetas, III rūmai, 204 salė (Perkūno al. 3)

**Mažo intensyvumo mankšta** skirta senjorams, apimanti bendrųjų fizinių ypatybių (raumenų jėgos, pusiausvyros, koordinacijos) lavinimą. Vienu metu gali būti priimti 20 asmenų. **Būtina registruotis iš anksto tel. 302642 (vietų skaičius ribotas)**

**spalio 3 d. 20:30-21:30 val.,**

**spalio 8 d. 20:30-21:30 val.,**

**spalio 10 d. 20:30-21:30 val.,  
spalio 15 d. 20:30-21:30 val.,  
spalio 17 d. 20:30-21:30 val.,  
spalio 22 d. 20:30-21:30 val.,  
spalio 24 d. 20:30-21:30 val.,  
spalio 29 d. 20:30-21:30 val.**

**Baseinas**

Lietuvos sporto universitetas, I (Centriniai) rūmai, Baseinas (Sporto g. 6)

**Galimybė naudotis baseinu.** Turėti plaukimui skirtą aprangą ir kitus daiktus (maudymosi kostiumėlis - mot., glaudės - vyr.; plaukimo kepuraitės, guminės šlepetės, muilas, rankšluostis). Vienu metu gali būti priimti 40 asmenų.

Būtina turėti pensininko pažymėjimą.

**Būtina išankstinė registracija tel. 302642**

**2019 m. spalio 1 d. 13 val**

**Ekskursija po Kauno „Žalgirio“ areną.**

Adresas: Kauno „Žalgirio“ arena, Karaliaus Mindaugo pr. 50, Kaunas  
Valandos trukmės ekskursija po Kauno „Žalgirio“ arenos užkulisius.

**Spalio 2 d. (trečiadienis) 19:00-20:00**

**Spalio 23 d. (trečiadienis) 19:00-20:00**

Paskaita "Fechtavimo sportas: istorija ir šiandiena"

Fechtavimosi klubas „Dvikova“

Adresas: KTU Vaižganto progimnazija, Mažoji sporto salė,  
Skuodo g. 27, Kaunas.

Renginio metu senjorai bus supažindinti su fechtavimo sporto istorijos faktais, šiandienine sporto situacija pasaulyje ir Lietuvoje, su pagrindinėmis kovos taisyklėmis. Sportininkai pademonstruos inventorių ir pagrindinius kovos veiksmus. Drąsiausi senjorai patys galės paimti į rankas špagas ir atlikti tikrą dūrį.

**INFORMACIJA APIE SVEIKATOS APSAUGOS RENGINIUS SENJORAMS**

**VšĮ Kauno miesto poliklinikos Centro padalinys**

**2019-10-03 d. 13.30-14.00 val.**

Paskaita „Infekcinių ligų profilaktika ir skiepai“

VšĮ Kauno miesto poliklinikos Centro padalinys

A. Mickevičiaus g. 4, 403 kab.

Lektorius šeimos gydytoja

Nijolė Pakėnienė

Išankstinė registracija nebūtina

**Kiekvieną spalio mėn. ketvirtadienį 10.00-11.00 val.**

Mankštos „Žvalus ruduo“

VšĮ Kauno miesto poliklinikos Centro padalinys

A. Mickevičiaus g. 4, 104 kab.

Kineziterapeutas

Išankstinė registracija nebūtina, tačiau būtina turėti sportinę aprangą

**2019-10-10 d. 16.00-16.30 val.**

Paskaita „Virškinimo sistemos sutrikimai vyresniame amžiuje ir kaip jų išvengti“

VšĮ Kauno miesto poliklinikos Centro padalinys

A. Mickevičiaus g. 4, 403 kab.

Lektorius gydytoja gastroenterologė

Yulija Viskachkene

Išankstinė registracija nebūtina

**2019-10-17 d. 14.30-15.00 val.**

Paskaita „Kaip išvengti peršalimo rudenį?“

VšĮ Kauno miesto poliklinikos Centro padalinys

A. Mickevičiaus g. 4, 403 kab.

Lektorius gydytoja pulmonologė

Sigita Vaitkienė

Išankstinė registracija nebūtina.

**2019-10-24 d. 14.30-15.00 val.**

Mitybos ypatumai vyresnio amžiaus žmonėms

VšĮ Kauno miesto poliklinikos Centro padalinys

A. Mickevičiaus g. 4, 403 kab.

Lektorius gydytoja endokrinologė

Zita Vasiliauskienė

Išankstinė registracija nebūtina

**Spalio 1, 8, 15, 22, 29 d. Pradžia 15.00 val.**

Psichorelaksacijos seansas

VšĮ Kauno miesto poliklinikos

Centro padalinio psichikos sveikatos centro dienos stacionaras

Nepriklausomybės a. 10, 404 kab. (IV aukštas)

Būtina išankstinė registracija

(vietų kiekis ribotas)

tel. (8 37) 409808

**Spalio 4, 11, 18, 25 d. Pradžia 14.00 val.**

Nuotaikinga žaidimų popietė senjorams

„Stulbinanti žaidimo galia nuotaikos ir atminties gerinimui“

VšĮ Kauno miesto poliklinikos

Centro padalinio psichikos sveikatos centro dienos stacionaras

Nepriklausomybės a. 10, 404 kab. (IV aukštas)

Būtina išankstinė registracija

(vietų kiekis ribotas)  
tel. (8 37) 409844

**Spalio 3, 10, 17, 24, 31 d. 16.00-19.00 val.**

Kognityvinių funkcijų  
(dėmesio, atminties) vertinimas  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Centro padalinio psichikos sveikatos centras  
Nepriklausomybės a. 10,  
Įėjimas iš Gedimino g.  
Būtina išankstinė registracija  
(vietų kiekis ribotas)  
tel. (8 37) 409844

**VšĮ Kauno miesto poliklinikos Dainavos padalinys**

**2019-10-02**

**2019-10-09**

**2019-10-16**

**2019-10-23**

**10.30-12.30 val.**

Dailės terapijos praktiniai užsiėmimai senjorams  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Dainavos jaunimo centro salė  
(žalios spalvos vienaukštis priestatas)  
Pramonės pr. 31  
Būtina išankstinė registracija  
tel. (8 37) 787000, (8 37) 404007

**Spalio 7, 14, 21, 28 12.00-13.00 val.**

Kineziterapijos užsiėmimai „Sveiko judesio“ apmokymai senjorams, turintiems nusiskundimų dėl judamojo aparato sutrikimų bei sąnarių skausmų  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Dainavos padalinys  
Pramonės pr. 31, 229 kab. (II aukštas)  
Būtina išankstinė registracija  
(vietų kiekis ribotas)  
tel. (8 37) 403923

**2019-10-02**

**2019-10-04**

**9.00-15.00 val.**

„Atminties testas senjorams“  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Dainavos padalinio  
Psichikos sveikatos centras  
Pramonės pr. 31, 409 kab. (IV aukštas)  
Būtina išankstinė registracija

tel. (8 37) 403977

### **VšĮ Kauno miesto poliklinikos Kalniečių padalinys**

**2019-10-01**

**2019-10-08**

**11.00 val.**

Mankšta senjorams

Kalniečių parke

renkamės prie Kauno miesto poliklinikos Kalniečių padalinio įėjimo

Savanorių pr. 369

Užsiėmimą praves kineziterapeutas Robertas Mačys

Registracija tel. (8 37) 401418

**2019-10-16**

**2019-10-23**

**14.00 val.**

„Vyresnio amžiaus žmonių burnos higienos ypatumai“

VšĮ Kauno miesto poliklinikos

Kalniečių padalinys

Savanorių pr. 369, II a. salė

Paskaitą skaitys burnos higienistė

Vilma Dumčienė

**2019-10-07 13:00-19:00 val.**

Atminties tyrimas

VšĮ Kauno miesto poliklinikos

Kalniečių padalinys

Psichikos sveikatos centras

Savanorių pr. 369, 305 kab.

Būtina išankstinė registracija

tel. (8 37) 401452

### **VšĮ Kauno miesto poliklinikos Šančių padalinys**

**Kiekvieną spalio mėn. antradienį, trečiadienį, penktadienį Antradieniais 206 kab.**

**Trečiadieniais 205 kab. Penktadieniais 206 kab.**

**11.00-11.30 val.**

Profilaktinis dantų patikrinimas senjorams

VšĮ Kauno miesto poliklinikos

Šančių padalinys

A. Juozapavičiaus pr. 72,

Odontologijos skyrius (II aukštas).

Būtina išankstinė registracija

tel. (8 37) 342167

**2019-10-04 16.00-16.30 val.**



Podagra, diagnostika ir gydymas  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šančių padalinys  
A. Juozapavičiaus pr.72,  
236 kab. (II aukštas, salė)  
Šeimos gydytoja Daina Praškevičienė

**Kiekvieną spalio mėn. antradienį  
16.30-17.00 val.**

Relaksacijos užsiėmimai  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šančių padalinys  
A. Juozapavičiaus pr.72,  
Psichikos sveikatos centras  
409 kab. (IV aukštas)  
Būtina išankstinė registracija  
tel. (8 37) 342287  
Socialinė darbuotoja Edita Skalskienė

**Kiekvieną spalio mėnesio trečiadienį  
13.00-14.00 val.**

Atminties ištyrimas  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šančių padalinys  
A. Juozapavičiaus pr.72,  
Psichikos sveikatos centras  
406 kab. (IV aukštas)  
Būtina išankstinė registracija  
tel. (8 37) 342287  
Psichologė Giedrė Išganaitienė

**Kiekvieną spalio mėnesio pirmadienį  
16.00-17.00 val.**

Meno terapija  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šančių padalinys  
A. Juozapavičiaus pr.72,  
Psichikos sveikatos centras  
402 kab. (IV aukštas)  
Būtina išankstinė registracija  
tel. (8 37) 342287  
Socialinė darbuotoja Rūta Sirtautienė

**Planuojama nuo spalio mėn. vidurio**

Senjorų darbų paroda  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šančių padalinys  
A. Juozapavičiaus pr.72,

Psichikos sveikatos centro  
fojė (IV aukštas)  
Darbus pristatyti į Šančių padalinį, daugiau informacijos  
tel. (8 37) 342287  
socialinė darbuotoja Edita Skalskienė

**Kiekvieną spalio mėn. pirmadienį, antradienį, trečiadienį  
14.00-15.00 val.**

Socialinio darbuotojo konsultacijos  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šančių padalinys  
A. Juozapavičiaus pr.72,  
Psichikos sveikatos centras  
402 kab. (IV aukštas)  
Socialinė darbuotoja Edita Skalskienė ir socialinė darbuotoja Rūta Sirtautienė

**2019-10-17**

**12.00-12.45 val.**

Pacientų maitinimosi ypatumai sergant cukriniu diabetu (CD)  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šančių padalinys  
A. Juozapavičiaus pr.72  
236 kab. (II aukštas, salė)  
Slaugytoja diabetologė  
Rasa Andriūnienė

**VšĮ Kauno miesto poliklinikos Šilainių padalinys**

**2019 m. spalio mėn.**

**2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25, 30 dienomis**

**9.15-9.45 val.**

Mankšta senjorams „Judu sveikai“  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šilainių padalinys  
Baltų pr. 7, 230A kineziterapijos salė  
Išankstinė registracija registratūroje  
tel. (8 37) 377777

**2019-10-15 d.**

**13.00 val.**

Teorinis-praktinis užsiėmimas „Kognityvinių sutrikimų prevencinės galimybės“  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos  
Šilainių padalinys  
Baltų pr. 7, 252 salė  
Užsiėmimą ves medicinos PNT psichologė Sigita Kriščiukaitienė  
Nebūtina išankstinė registracija

**Kiekvieną spalio mėn. pirmadienį, antradienį, trečiadienį ir ketvirtadienį 11.00-12.00 val.**

Diagnostinis tyrimas: kognityvinių funkcijų ištyrimas (protinės būklės mini tyrimas MMSE metodika dėl atminties ir dėmesio sutrikimų)  
VšĮ Kauno miesto poliklinikos

Šilainių padalinys

Baltų pr.7,

Kreiptis į Psichikos sveikatos centro registratūrą, 122 kab.

Vyresn. slaugos administratorė Aldona Juknaitienė

Išankstinė registracija pageidautina

tel. (8 37) 301588, (8 37) 301580

**Kiekvieną spalio mėn. pirmadienį nuo 18.00 val. Trukmė 1 valanda**

Relaksacijos (atsipalaidavimo) užsiėmimai

VšĮ Kauno miesto poliklinikos

Šilainių padalinys

Baltų pr.7,

Kreiptis į Psichikos sveikatos centro registratūrą, 122 kab.

Med. psichologė Neringa Čėlienė Išankstinė registracija pageidautina

tel. (8 37) 301588, (8 37) 301580

**Kiekvieną spalio mėnesio antradienį ir ketvirtadienį 12.00-12.45 val.**

Sveikatinimo mankšta senjorams

VšĮ Kauno miesto poliklinikos

Šilainių padalinys

Aleksoto šeimos sveikatos priežiūros poskyris Veiverių g.45, Kineziterapijos salė

Pageidautina išankstinė registracija

Atsakingas asmuo Ingrida Pocienė

tel. 8 615 95337

**Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras**

**2019-10-03 13.00-15.00 val.**

Sveiko maisto akademija

Studija „Sveikatai palankus“,

A. Juozapavičiaus pr. 21-56

Būtina išankstinė registracija

tel. (8 37) 45 47 17, 8 673 73593

**2019-10-15 13.00-15.00 val.**

Sveiko maisto akademija

Studija „Sveikatai palankus“,

A. Juozapavičiaus pr. 21-56

Būtina išankstinė registracija

tel. (8 37) 45 47 17 arba 8 673 73593

**2019-10-09 14.00-16.00 val.**

**Protmūšis „Aš senjoras–išmintingas“**

V. Kudirkos viešoji biblioteka

Girstupio padalinys

Kovo 11-osios g. 24

Būtina išankstinė registracija

tel. (8 37) 45 47 17 arba 8 673 73593

**2019-10-23 14.00-16.00 val.**

### **Protmūšis „Aš senjoras–išmintingas“**

V. Kudirkos viešoji biblioteka  
Girstupio padalinys  
Kovo 11-osios g. 24  
Būtina išankstinė registracija  
tel. (8 37) 45 47 17 arba 8 673 73593

### **Nemokamos treniruotės „Judėk sveikai“**

Nemokamos, be registracijos treniruotės  
<http://judeksveikai.kaunas.lt/>

### **Aleksoto seniūnija**

#### **Spalio 3 d. 14 val.**

Aleksoto Mokytojų senjorų pagerbimo šventė Aleksoto seniūnijoje, (Veiverių g. 132)

#### **Spalio 10 d. 17 val.**

Senjorų stalo teniso turnyras (Veiverių g. 132)

### **Dainavos seniūnija**

antradieniais ir ketvirtadieniais nuo 19 val

Linijinių šokių užsiėmimai., adresu: Partizanų g. 68, Kaunas (J.Urbšio katalikiška mokykla).

#### **pirmadieniais ir trečiadieniais nuo 15val**

Folkloro užsiėmimai., adresu; Partizanų g. 68, Kaunas

#### **pirmadieniais ir penktadieniais nuo 11 val**

Meniniai darbai., adresu: Partizanų g. 68, Kaunas.

#### **kasdien nuo 8 val. (tiktai palankiu oru)**

Sportuojame „Dainavos“ ir „Draugystės“ parkuose.

#### **2019-10-04**

Prekybos miestelyje „Urmas“ adresu: Pramonės pr.16, Kaunas renginys skirtas saugaus eismo dalyviams-senjorams ir ne tik, mokytojams ir angelams sargams pagerbti. Jūsų laukia motociklininkų pasirodymai ir kt. linksmybės.

#### **2019-10-10 17 val.**

„Berželio“ bibliotekoje adresu: Taikos pr.113b, Kaunas meniniai darbai „Pasidaryk ir draugui padėk“.

**2019-10-30 17 val.**

bare „GODO“ adresu: Laisvės al.89-1d, Kaunas poezijos vakaras „Mažasis trupinėlis“.

## **Gričiupio seniūnija**

**Spalio 10 d. 18 val**

ansamblio „GUBOJA“ (vadovė A. Žiedelienė) koncertas, skirtas senjorų mėnesiui „Kol daina širdy – esame jauni“. Koncertas vyks Kauno V. Kudirkos viešosios bibliotekos Girstupio padalinyje (Kovo 11-osios g. 24). Dalyvaus atlikėja Lijana Žiedelytė (smuikas, vokalas).

## **Panemunės seniūnija**

**Spalio 5d.**

Panemunės seniūnija organizuoja senjorams kelionę po Lietuvą

## **Petrašiūnų seniūnija**

**Spalio 12 d. 15 val.**

Palemono seniūnaitija – renginys Kauno marių dugne nuskendusiems kaimams 60 metų, Palemono keramikos gamyklos sale, Pamario g. 1.

## **Pirmą spalio savaitgalį**

aktyviausiems Petrašiūnų seniūnijos bendruomenės senjorams organizuojama edukacinė kelionė po Lietuvą.

## **Vilijampolės seniūnija**

**Spalio 27 d. 15 val.**

Lampėdžių BC organizuoja „Senjorų pagerbimo šventę“, kurios metu bus laikomos mišios, pasveikinti aktyviausi bendruomenės senjorai. Šventė vyks Vytauto g. 10, Kaune

## **Žaliakalnio seniūnija**

**Spalio 4 d. 13 val.**

LASS „Pietvakarių“ centro salėje (2 a.), Savanorių pr. 206 senjorams koncertuos Aleksandras Makejevas.

**Spalio 15 d. 17 val.**

Bendruomenės centras "Žaliakalnio aušra" ir Kauno m. V. Kudirkos bibliotekos "Aušros" padalinys kviečia senjorus į renginių ciklo "Tu ant žalio kalno gyveni" renginį: „Vaižgantinės“ Žaliakalnyje. Kviečiame ne tik pasiklausyti pasakojimų apie legendinį kaunietį, palikusį savo pėdsakus ir

Žaliakalnyje, bet ir patiems paskaityti Vaižganto kūrybos ištraukas. Renginys vyks "Aušros" bibliotekoje adresu Aušros g. 37.

#### **Spalio 17 d. 11 val.**

Šv. Klaros namuose, P. Dovydaičio g. 17 vyks popietė senjorams. Populiaras, jautrias dainas atliks Lietuvos aklųjų ir silpnaregių sąjungos Prienų rajono filialo vokalinis ansamblis „Puriena“.

#### **Spalio 18, 25 d. 15 val.**

Z. Kuzmickio padalinyje, Raseinių g. 26, vyks šaškių, domino turnyrai skirti senjorams. Dalyvių laukia apdovanojimai. Būtina išankstinė registracija tel. (8 37) 22 56 47.

#### **Spalio 20 d. 12 val.**

Bendruomenės centras "Žaliakalnio aušra" ir Kauno m. V. Kudirkos bibliotekos "Aušros" padalinio kviečia senjorus į renginių ciklo "Tu ant žalio kalno gyveni" renginį: rašytojo, uolaus Kauno metraštininko Laimonio Inio kūrybos valanda. Apžvelgsime naujausių rašytojo knygų kraitelę, pasiklausysime Žaliakalnio choro "Gaida" ir šauniojo choro vadovo Arvydo Paulausko atliekamų romansų. Renginys vyks Kauno Kristaus Prisikėlimo bazilikos konferencijų salėje adresu Žemaičių g. 31A.

#### **Kiekvieną spalio mėn. antradienį ir trečiadienį 15–18 val.**

Z. Kuzmickio padalinyje, Raseinių g. 26, vyks individualios skaitmeninio raštingumo ir naudojimosi išmaniaisiais įrenginiais konsultacijos senjorams. Būtina išankstinė registracija tel. (8 37) 22 56 47.

## **KULTŪROS RENGINIAI**

### **Kauno miesto muziejus**

#### **Spalio 1 d. 10:00–18:00**

Nemokamas Kauno miesto muziejaus skyrių – Rotušės (Rotušės a. 15), Pilies (Pilies g. 17), Tautinės muzikos (L. Zamenhofo g. 12), Miko ir Kipro Petrauskų (K. Petrausko g. 31), Juozo Gruodžio (Salako g. 18) – lankymas.

#### **Spalio 8 d. 15:00**

Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Kaip gimsta skudutis“. Kauno miesto muziejaus Tautinės muzikos skyrius (L. Zamenhofo g. 12)

Kviečiame apsilankyti naujausiame muziejaus edukaciniame užsiėmime – tikrose garsų dirbtuvėse, kuriose sukursite vieną iš tautinės muzikinės raiškos priemonių skudutį bei išmoksite išgauti sudėtingesnę muziką pasigaminantį skudutį tobulindami.

Išmoksite parinkti įrankius ir geriausią ruošinį. Pažinsite muzikavimo priežastis, funkcijas ir naudą. Susipažinsite su lietuviškos kilmės skudučiais, kitų tautų analogais, senaisiais kaimo muzikavimo papročiais ir technika, šiuolaikinėmis tautinės muzikos kryptimis. Klausysitės, kursite ir žaisite sava

muzika. Derinsime instrumentus, susipažinsime su muzikinės gamos subtilybėmis ir mokysimės sutvarkyti instrumentus.

Registracija telefonu: (8 37) 422 295

### **Spalio 15 d. 15:00**

Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Laisvalaikis tarpukario Kaune“. Kauno miesto muziejaus Rotušės skyrius (Rotušės a. 15)

Registracija telefonu: (8 610) 82 503

### **Spalio 22 d. 15:00**

Nemokama ekskursija „Vilties balsai“. Kauno miesto muziejaus M. ir K. Petrauskų skyrius (K. Petrausko g. 31).

Valstybės teatre ir Valstybinėje muzikos mokykloje nuo pat jų veiklos pradžios darbavosi daug žydų muzikų. Daug žydų tautybės muzikų grojo Mažojoje scenoje. Jų veiklą įamžino įrašai, koncertų programos, mokiniai. Sukrečia žuvusiųjų skaičius ir dvasinė stiprybė muzikuoti mirties akivaizdoje, o viltį suteikia įkvepiančios išgelbėjimo istorijos.

Ekskursijoje akcentuojami Valstybės teatre ir muzikos mokykloje, vėliau konservatorijoje, taip pat Mažojoje scenoje veikusių žydų muzikų bei žydų gelbėtojų-muzikų likimai, taip pat Danutės Pomerancaitės išgelbėjimo istorija.

Po ekskursijos galima dokumentinio filmo „Seserys“ peržiūra. Šis filmas – tai garsios smuikininkės Danutės Pomerancaitės, gimusios Kauno gete, gelbėjimo istorija.

Registracija telefonu: (8 37) 731 184

### **Spalio 29 d. 15:00**

Paskaita Trečiojo amžiaus universiteto Istorijos fakulteto skaitytojams. Kauno miesto muziejaus Tautinės muzikos skyrius (L. Zamenhofo g. 4)

Kviečiame į Trečiojo amžiaus universiteto Istorijos fakulteto paskaitą „Baltijos kelias: trijų dešimtmečių istorija dabarties perspektyvoje“. Paskaitą skaitys Kauno miesto muziejaus muziejininkas istorikas Simonas Jazavita.

Trečiojo amžiaus universitetas (TAU) yra tarptautinė organizacija, kurios pagrindinis tikslas yra mokyti visą gyvenimą ir skatinti bendradarbiauti vyresnio amžiaus žmones. Lietuvos TAU 1995-aisiais įsteigė medicinos mokslų daktaras, Nepriklausomybės akto signataras Medardas Čobotas, jo vardu universitetas vėliau ir pavadintas.

### **Spalio 30 d. 15:00**

Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Arbatėlė pas tetą Stasę“ su dienoraščių skaitymu. Kauno miesto muziejaus J. Gruodžio skyrius (Salako g. 18)

Svetingoji J. Gruodžio žmona, Stasė Petrauskaitė-Gruodienė, kviečia puodeliui kvapnios arbatos, kurią ruošia iš savo pačios užaugintų vaistažolių. Aplankę svetingąją namų šeimininkę, susipažinsite su J. Gruodžio gyvenimu ir kūryba, pamatysite, kur dirbo ir ilsėjosi kompozitorius. Kol vaišinsitės arbata, pažinsite ir pačią kompozitoriaus žmoną Stasę Petrauskaitę-Gruodienę –

sužinosite jos biografijos faktus, susipažinsite su jos pomėgiais, išgirsite daug nuotaikingų istorijų iš jos ir kompozitoriaus gyvenimo.

Registracija telefonu: (8 37) 731 184

## **Nacionalinio M.K. Čiurlionio muziejaus padaliniai**

### **Spalio 2, 9, 16, 23, 30 d. 11:00**

Nemokama ekskursija „Dailininko Antano Žmuidzinavičiaus gyvenimas ir kūryba“. Ekskursijos trukmė: 1 val. 30 min. A. Žmuidzinavičiaus kūrinių ir rinkinių muziejus (V. Putvinskio g. 64)

Registracija telefonu: Jurgita Rimkutė 8 675 13372 (maksimalus grupės dydis – 20 asmenų)

### **Spalio 2, 9, 16, 23, 30 d. 15:00**

Nemokama ekskursija po muziejų „Asmenybių šviesoje“. Ekskursijos trukmė 1 val. 30 min. A. ir P. Galaunių namai (Vydūno g. 2).

Registracija telefonu: Virginija Bertašavičienė (8-37) 798995 (maksimalus grupės dydis - 15 asmenų)

### **Spalio 2, 9, 16, 23, 30 d. 11:00**

Nemokama ekskursija po muziejų. Ekskursijos trukmė 1 val. 30 min. Juozo Zikaro memorialinis muziejus (J. Zikaro g. 3).

Registracija telefonu: Rasa Ruibienė (8-37) 223205 (maksimalus grupės dydis - 15 asmenų)

### **Spalio 2, 16 d. 12:00**

Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Tilmansų porceliano paslaptys“. Užsiėmimo trukmė 45 min. Mykolo Žilinsko dailės galerija ( Nepriklausomybės a. 12).

Edukacinės programos metu sužinosite, kaip atsirado porcelianas, kaip iš jo gaminami meno kūriniai, o parodoje „Atminties kodas: Tilmansų palikimas Kaune“ apžiūrėsime ir aptarsime Meiseno porceliano manufaktūros, Berlyno karališkosios manufaktūros bei Dresdeno Rudolštato porceliano fabriko meno kūrinius ir visas jų paslaptis. Susipažinę su jais, galėsite sukurti – nutapyti, nupiešti, dekoruoti ar iškarpyti – savo svajonių indą!

Platesnė informacija: Švietimo ir informacijos skyrius 867280767

Registracija telefonu: Raštinė (8-37) 229475 (maksimalus grupės dydis – 20 asmenų)

### **Spalio 9 d. 12:00**

Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Gyvybės medis“. Užsiėmimo trukmė 45 min. Mykolo Žilinsko dailės galerija ( Nepriklausomybės a. 12).

Edukacinės programos pradžioje filme „Kosmogonija“ matysite tapytojo Virginijaus Kašinsko kūrinius, kurie užburs spalvomis ir nukels jus į kosmoso platybes, o edukatorės tautodailininkės Nijolės Jurkuvienės padedami patys kursite Gyvybės medį, klausysitės įstabių istorijų ir legendų, išmoksitės atpažinti liaudies meno dirbinių ornamentuose paslėptas simbolines prasmes.



Platesnė informacija: Švietimo ir informacijos skyrius 867280767

Registracija telefonu: Raštinė (8-37) 229475 (maksimalus grupės dydis – 20 asmenų)

### **Spalio 23 d. 12:00**

Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Biblija paveiksluose“. Užsiėmimo trukmė 45 min. Mykolo Žilinsko dailės galerija ( Nepriklausomybės a. 12)

Platesnė informacija: Švietimo ir informacijos skyrius 867280767

Registracija telefonu: Raštinė (8-37) 229475 (maksimalus grupės dydis – 20 asmenų)

### **Spalio 30 d. 12:00**

Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Mandala“. Užsiėmimo trukmė 45 min. Mykolo Žilinsko dailės galerija ( Nepriklausomybės a. 12)

Kūrybinio užsiėmimo metu vadovė Nijolė Jurkuvienė pristatys mandalos atsiradimo istoriją, simboliką, meditacinį poveikį. Bei pakvies leisti į savęs pažinimo kelionę kuriant savo mandalą. Tegul ji tampa saviraiškos priemone, vidinės transformacijos ir tobulėjimo įrankiu, įneša į Jūsų pasaulį daugiau spalvų, pusiausvyros ir grožio.

Platesnė informacija: Švietimo ir informacijos skyrius 867280767

Registracija telefonu: Raštinė (8-37) 229475 (maksimalus grupės dydis – 20 asmenų)

### **Spalio 2, 9 d. 15:00**

Nemokama ekskursija po muziejų. Ekskursijos trukmė 1 val. L. Truikio ir M.Rakauskaitės memorialinis muziejus (E. Fryko g. 14).

Registracija telefonu: Dalia Bieliūnaitė (8-37) 229967 (maksimalus grupės dydis - 12 asmenų)

### **Spalio 16 d. 11:00**

Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Muzikiniai pasakojimai“. Užsiėmimo trukmė 1 val. 30 min. L. Truikio ir M.Rakauskaitės memorialinis muziejus ( E. Fryko g. 14)

Apsupti smilkalų aromato, apžiūrėsite išskirtinę šių namų šeimininkų surinktą meno kolekciją, pasinersite į tų laikų dvasią ir čia gyvenusių menininkų pasaulėvoką, klausydamiesi jų gyvenimo istorijų . Skambant kanklių muzikai dainuosime senovines lietuvių liaudies dainas bei vaišinsimės arbata.

Registracija telefonu: Dalia Bieliūnaitė (8-37) 229967 (maksimalus grupės dydis – 10 asmenų)

### **Spalio 2 d. 12:00**

Nemokama teminė ekskursija „Skambantys paveikslai“. Ekskursijos trukmė 1 val. M. K. Čiurlionio galerija (Putvinskio g. 55).

M. K. Čiurlionio kūrybinių ieškojimų įvairiapusiškumas įspūdingai atsiskleidžia unikalaus menininko paveiksluose, apjungusiuose dailę ir tapybą. Tapytose sonatose, preliuduose, fugose vizualiai perteikti melodijos dėsniai atskleidžia gilų M. K. Čiurlionio, kaip profesionalaus kompozitoriaus, muzikos principų išmanymą. Ekskursijos metu bus akcentuojama, kaip M.K. Čiurlionio tapybinės sonatos siejasi su XX a. pradžioje labai svarbia menu sinteze ir kompozitoriaus R. Wagnerio propaguota Gesamtkunstwerko (totalinio meno kūrinio) idėja. Ekskursiją vainikuoja muzikinė - vokalinė kompozicija, paremta M. K. Čiurlionio harmonizuotomis lietuvių liaudies dainomis.

Registracija telefonu: Informacijos centras (Gabrielė, Akvilė, Nerijus) 867151343 (maksimalus grupės dydis - 20 asmenų)

**Spalis 9, 23 d. 12:00**

Nemokama ekskursija Nacionalinio M. K. Čiurlionio muziejaus Liaudies meno skyriaus fonduose, kurios metu turėsime galimybę apžiūrėti lietuvių liaudies meistrų sakralinės skulptūros bei kryždirbystės lobynus. Ekskursijos trukmė 30 min. M. K. Čiurlionio galerija (Putvinskio g. 55)

Registracija telefonu: Informacijos centras (Gabrielė, Akvilė, Nerijus) 867151343 (maksimalus grupės dydis – 20 asmenų)

PASTABA: ekskursija vyks muziejaus rūsyje į kurį reikia nusileisti laiptais, galimybės patekti su liftu nėra.

**Spalis 16, 30 d. 12:00**

Nemokama teminė ekskursija „Čiurlioniški mitai ir pasakos“. Ekskursijos trukmė 1 val. M. K. Čiurlionio galerija (Putvinskio g. 55).

Registracija telefonu: Informacijos centras (Gabrielė, Akvilė, Nerijus) 867151343 (maksimalus grupės dydis - 20 asmenų)

**Spalis 2, 9, 16, 23, 30 d. 15:00**

Nemokama ekskursija. Ekskursijos trukmė 45 min. Istorinė Lietuvos Respublikos Prezidentūra Kaune (Vilniaus g. 33).

Kontaktinis asmuo: Renata Mikalajūnaitė tel. 8 616 20115

**Spalis 2, 16 d. 17:00**

Nemokama ekskursija Naglio R. Baltušniko parodoje „WC TV I 1 DALIS. TROŠKIMAI“ ir mozaikos kūrimas. Ekskursijos trukmė 1 val. 30 min. Kauno Paveikslų galerija (K. Donelaičio g. 16).

Po ekskursijos po parodą vyks meno dirbtuvės, kurių lankytojai patys kurs mozaikos eskizą. Patyrusios menininkės ir pedagogės eglės Velaniškytės padedami kiekvienas patirsite mozaikos kūrimo malonumą bei sužinosite jos kūrimo principus.

Registracija telefonu: Raštinė (8-37) 229475, ekskursijos gidė Eglė Velaniškytė

**Spalis 9, 23 d. 17:00**

Nemokama ekskursija Česlovas Lukensko parodoje „Kliedesiai“. Ekskursijos trukmė 1 val. 30 min. Kauno Paveikslų galerija (K. Donelaičio g. 16).

Registracija telefonu: Raštinė (8-37) 229475, ekskursijos gidė Eglė Velaniškytė

## **Kino centras „Romuva“**

Spalis - senjorų mėnuo. Visus senjorus, mylinčius kiną, kviečiame į nemokamų filmų programą „Sidabrinė sruoga“ Kauno kino centre „Romuva“ (Kęstučio g. 62). Šių metų programoje – dvi įkvepiančios dokumentikos „Damų laimė“ bei „Pavarotti“. Įėjimas nemokamas, tačiau BŪTINA atsiimti kvietimą kasoje, parodžius senjoro pažymėjimą. Vietų skaičius ribotas.

Filmų programa:

**Spalio 1 d. 17:30** „Damų laimė“

**Spalio 2 d. 17:30** „Pavarotti“

**Spalio 8 d. 17:30** „Damų laimė“

**Spalio 9 d. 17:30** „Pavarotti“

### **Pavarotti.**

Operos pasaulio legenda, Italijos respublikos Nuopelnų ordino kavalierius, filantropas ir humanistas, gyvenimą pašventęs muzikai – Lučianas Pavarotis. Jautriame kino meistro Ron Howard filme pasakojama 1935 m. kepėjo ir cigarų fabriko darbininkės šeimoje gimusio berniuko istorija. Unikalūs dokumentiniai kadrai ir Pavarotį pažinojusių žmonių liudijimai byloja apie ypatingo talento kūrėją, siekusį tobulumo ir grožio savo mene bei tiesos ir gėrio visame pasaulyje.

### **Damų laimė.**

Atviro, šilto ir jautraus filmo herojės – penkios į septintą gyvenimo dešimtmetį įkopusios moterys. Niekad nesukūrusios šeimos, jau išsiskyrusios ar našlės. Vienos turi darbą, kitos – suaugusių vaikų, dar kitos – keletą draugių ir daugybę laisvo laiko. Tačiau jas visas jungia bendras bruožas: kasdienė kova su vienu.

## **Kauno apskrities viešoji biblioteka**

**Senjorų sveikatingumo rytmečiai – kiekvieną ketvirtadienį 10 val. (Kauno apskrities viešoji biblioteka, Radastų g. 2, 322 kamb.):**

### **Spalio 3 d.**

Šventinis senjorų sveikatingumo rytmetys, skirtas pagyvenusių žmonių dienai. Rytmečio metu lauks pyragas ir arbata, bus organizuojama ekskursija po bibliotekos erdves. Ekskursiją ves L. Jonikienė.

### **Spalio 10 d.**

Senjorų sveikatingumo rytmetys "Aitriosios paprikos šildo ir gundo". Rytmetryje dalyvaus įmonės "Piprės ūkis" įkūrėja Laura Garšvaitė, kuri supažindins su skirtingomis aitriųjų paprikų rūšimis ir kvies paragauti įvairiausių skanumynų!

### **Parodos:**

Leidinių paroda „**Džiugi senatvė**“ (Radastų g. 2, 415 kamb.). Leidiniai apie sveiką gyvenseną, sportą, judėjimą, mitybą ir savęs tobulinimą kvies pasidomėti alternatyviais ir tradiciniais tvirtos emocinės ir fizinės sveikatos išsaugojimo ir puoselėjimo būdais, leis pasisemti naujų žinių ir įkvėpimo.

### **Kita:**

- Kviečiame jungtis prie Vokiškų diskusijų klubo „**Užsienio kalbai (vokiečių) mokytis – amžius ne riba**“. Jūsų laukia *nemokamos asmeninės konsultacijos*, gyvas bendravimas.\*
- Kviečiame aplankyti **sveikatos literatūros kampelį** (Radastų g. 2, 415 kamb.), kuriame turėsite progą susipažinti su naujausia literatūra psichologijos, sveikos gyvensenos ir mitybos temomis.

\*Tikslesnę informaciją apie žvaigždute pažymėtus renginius kviečiame sekti bibliotekos internetinėje svetainėje [www.kvb.lt](http://www.kvb.lt), FB puslapyje, taip pat bibliotekos erdvėse.

## **Vinco Kudirkos viešoji biblioteka**

### **Spalio 9 d. 16 val.**

Kauno kultūros centro „Tautos namai“ „Vaivorykštės“ dailės studijos narių išvažiuojamojo plenero parodos „Rudens spalvos“ atidarymas Aleksoto padalinyje (Veiverių g. 43).

### **Spalio 3 d. 17.30 val.**

Tautodailininkės Laimutės Jonaitienės tapybos miniatiūrų parodos „Netikėti blyksniai“ atidarymas. Poetinius etiudus atliks autorė ir būrelio „Gilės televizorius“ nariai Panemunės padalinyje (Vaidoto g. 115).

### **Spalio 3 d. 18 val.**

Šventinis humoro vakaras su ponija Hana Girstupio padalinyje. Triūba gros R. Černevičius (Kovo 11-osios g. 24).

### **Spalio 4, 18 d. 17 val.**

Mezgimo klubo „Penktadienio vakarai“ susitikimas. Mokysimės megzti kojines dviem virbalais. Šančių padalinyje (Sandėlių g. 7).

### **Spalio 8 d. 17.30 val.**

Prisiminimų vakaras „Tremties vaikai“. Dalyvaus buvę tremtiniai Irena Arlauskienė, Ignas Požėla, Ignacijus Žukauskas ir knygos „Tremties vaikai“ autorius Stanislovas Abromavičius. Nėries padalinyje (A. Stulginskio g. 61).

**Spalio 9, 16, 23, 30 d. 16.00**

Kviečiame senjorus pažinti virtualios realybės pasaulį Šilainių padalinyje (Baltų pr. 81).

**Spalio 10 d. 18 val.**

Kauno moterų ansamblio „Guboja“ (vadovė A. D. Žiedelienė) koncertas „Kol daina širdy – esame jauni“ Girstupio padalinyje (Kovo 11-osios g. 24).

**Spalio 17 d. 16.30 val.**

Kūrybinės dirbtuvės su Kauno klubo „Skiaučių menas“ nare Gražina Ašmiene. Užsiėmimo metu iš medžiagos kursime dekoracijas namams (Savanorių pr. 377).

**Spalio 18 d. 16 val.**

Šventinis koncertas „Skriskim muzikos sparnais“. Dalyvaus Kaunėnų moterų ansamblis (vad. R. Liutkus), Kauno sporto veteranų klubo vokalinis instrumentinis ansamblis „Ąžuolynas“ (vad. V. Biliūnas). Partneris asociacija „Kaunėnų bendruomenė“ Parko padalinyje (Lukšio g. 60).

## **Kauno šokio teatras „Aura“**

**Rugsėjo 28 d. – Spalio 6 d.**

Tarptautinis šokio festivalis AURA 29 – į visus renginius senjorams suteikiama 50 proc. nuolaida.

**Spalio 25 d. 14:00**

Judesio užsiėmimas „Pažinkim savo kūną“ Kauno šokio teatro „Aura“ studijoje (M. Daukšos g. 30A). Užsiėmimas nemokamas, reikalinga registracija telefonu, nuo spalio 14 d. (+370 37 202062)

**Spalio 29 d. 13:00**

Šiuolaikinio šokio pasirodymas „Įsivaizduok“ Kauno šokio teatro „Aura“ studijoje (M. Daukšos g. 30A). Pasirodymas nemokamas, reikalinga registracija telefonu (salė talpina 40 asm.) Registracija telefonu, nuo spalio 14 d. (+370 37 202062)

## **Kaunas Europos Kultūros sostinė 2022**

**Spalio 2 d. 18val.**

Kviečiame senamiesčio gyventojus susipažinti ir pasidalinti bendra-kūrybos įkvėpimais naujai atgimusioje Tempo erdvėje, Daukšos g.34!

Daugiau informacijos: Romėna 8 610 32490

Facebook: Fluxus Labas! Senamiestis

[www.visikaipvienas.eu/](http://www.visikaipvienas.eu/) ivykiai

### **Spalio 3 d. 18 val.**

Dainavos istorijų vakaras

Atsiminimų vakaras - Dainavos gyventojai kviečiami pasidalinti istorijomis apie Dainavą.

Susitikimas vyks Teatro studijoje - tad turėsime galimybę ne tik susipažinti su kaimynų istorijomis, bet ir pamatyti teatro užkulusius Dainavoje.

Kauno tautinės kultūros centro teatro studija, Kovo 11-osios g. 108,

Kontaktinis asmuo: Indrė 865423404

Facebook: Fluxus Labas! Dainava

[www.visikaipvienas.eu/ivykiai](http://www.visikaipvienas.eu/ivykiai)

### **Spalio 9 d. 18 val.**

Kviečiame senamiesčio gyventojus susipažinti ir pasidalinti bendra-kūrybos įkvėpimais naujai atgimusioje Tempo erdvėje, Daukšos g.34

Daugiau informacijos: Romėna 8 610 32490

Facebook: Fluxus Labas! Senamiestis; [www.visikaipvienas.eu/ivykiai](http://www.visikaipvienas.eu/ivykiai)

### **Spalio 17 - 24 d.**

#### ISTORIJŲ FESTIVALIS

Istorijų festivalis – tai 8 dienų renginys, kurio metu Kauno miesto ir rajono bendruomenės bei gyventojai, teatrai, muziejai ir menininkai dalinsis savo pasakojimais. Daugiau nei savaitę truksianti festivalio programa lydės jo dalyvius per ilgą miesto gyvavimą nuo seniausių laikų, tarpukario, Antrojo pasaulinio karo iki pat šių dienų. Ji atvers miesto paslaptis, primirštų ir nežinomų kauniečių likimus.

### **Spalio 17 d. 18 val.**

Kauno miesto muziejus, Rotušės skyrius. Kauniečių daiktų ir istorijų parodos „Laukiniai Kauno vakarai“ atidarymas

### **Spalio 18 d. 18 val.**

Ramybės parkas (Kauno senosios kapinės). Festivalio atidarymas

### **Spalio 19 d.**

Atvirų durų dienos ir veiklos Kauno mečetėje ir Kauno Kristaus Prisikėlimo cerkvėje

18 val. Pasakojimo pasirodymas „Vilko mergaitė“, Teatro klubas (su bilietais)

### **Spalio 20 d. 18 val.**

„Paskutinis koncertas“. Iškilmingas renginys, skirtas Kauno geto orkestrui atminti. Kauno miesto simfoninis orkestras (dir. Vilmantas Kaliūnas), istorijos pasakotojai („choras“). Libreto autorė Agnė Dilytė. Kauno kultūros centras (su bilietais)

### **Spalio 21-24 d.**

Kasdien nuo 12 val. ekskursijų ciklai „Istorijos pietums“

### **Spalio 21 d. 18 val.**

Chorinės muzikos koncertas Kauno Kristaus prisikėlimo cerkvėje

**Spalis 22 d. 17 val.**

Dokumentinis spektaklis „Vaižganto gatvė: istorinės miniatiūros“. VDU studentų kūrybinė grupė „Declamationes“. Sugiharos namai.

**Spalis 23 d. – Spalis 24 d.**

Festivalio uždarymas

**Daugiau informacijos ir pilna programa svetainėje [www.istorijufestivalis.eu](http://www.istorijufestivalis.eu) arba Kaunas 2022 biure, Laisvės al. 36**

**Portretų pašymai Žemuogių pievelėje**

Spalio pirmoji savaitė (Laikas bus tikslinamas užsiregistravusiems)

Žaliakalnio kūrybos kiemas kviečia kūrybiškai popietei kurios metu užgimsta nauji meno kūriniai prie puodelio arbatos.

Aukštaičių g. 44, Žaliakalnis

Registracija telefonu iki spalio 1 d. : Aistė 861117139

Facebook: Fluxus Labas! Žaliakalnis

[www.visikaipvienas.eu/ivykiai](http://www.visikaipvienas.eu/ivykiai)

**Kauno kultūros centras**

**Spalis 7 d. 17 val.**

Dailės studijos „Vaivorykštė“ parodos atidarymas. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalis 7 d. 19 val.**

Kazio Binkio teatro premjera. Kazys Saja „Šventežeris“. Režisierius Rimantas Štaras, scenografe Rimutė Skučienė. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalis 9 d. 19 val.**

Folkloro ansamblio „Gadula“, sutartinių giedotojų grupės „Sasutalas“ ir Vandžiogalos tradicinės kapelos „Griežlė“ koncertas. Meno vadovas Andrius Morkūnas. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalis 10 d. 19 val.**

Kauno Kazio Binkio teatro dramatinė komedija. Asia Kotliar „Pasaulio pabaiga“. Režisierė Nida Žilinskienė, dailininkė Rasa Puišienė. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalis 11 d. 19 val.**

Chorinės muzikos koncertas. Dalyvaus mišrūs chorai „Diemedis“ (vadovas Audrius Petrauskas, koncertmeisterė Goda Palskytė) ir „Gintaras“ (vadovė Jovita Kulakauskienė, koncertmeisterė

Gintarė Ručytė), vyrų choras „Perkūnas“ (vadovas Romaldas Misiukevičius, koncertmeisterė Gailutė Bogdanaitė). Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalio 12 d. 13 val.**

Neoklasikinio šokio teatro „Releve“ koncertas. Programos svečias – mimas Virgis Bortkevičius. Meno vadovė, choreografė Rasa Butrimavičiūtė. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalio 12 d. 18 val.**

Kamerinio choro „Kamertonas“ koncertas „Atgarsiai iš Provanso“. Meno vadovas ir dirigentas Kęstutis Jakeliūnas. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalio 13 d. 14 val.**

Liaudiškų šokių kolektyvo „Suktinis“ koncertas „Lietuva- Japonija“. Solistai Rita Preikšaitė ir Edgaras Pilypaitis. Meno vadovė Laimutė Rekašienė. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalio 1, 8, 15 ir 25 d. 15 val.**

Tekstilės studijos „Gijų sodai“ kūrybinės dirbtuvės „Tapiserijos mozaika: „Lietuva – mano veidas“. Išauskite savo mintis ir jausmus Lietuvai. Sukurkite savo mažą tapiseriją, kuri taps vieno didelio kūrinio – dovanos Lietuvai dalimi.

Registracija tel. nr. +370 612 15828. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

## **Nacionalinis Kauno dramos teatras**

**Spalio 11 d. 18 val.**

J. Tumo–Vaižganto 150-osioms gimimo metinėms skirtas paminėjimo vakaras NKDT Didžiojoje scenoje + spektaklis „Žemės ar moters“ (nemokamas spektaklis - vietų skaičius ribotas (100)  
Registracija : Bilietų kasa tel. 8 (37) 224 064, el. paštas kasa@dramosteatras.lt. Registracija vykdoma 2019.09.23 – 10.06 dienomis. Teatro kasos darbo laikas I-VII 10:30 – 19:00val. Pietų pertrauka 15:30-16:00 val.

**Spalio 13 d. 18 val.**

Sakartvelo (Gruzija) gastrolės Nacionaliniame Kauno dramos teatro Didžiojoje scenoje, spektaklis „Dupletas“ (nuolaida senjorams – 30%). Nuolaidinių vietų skaičius ribotas (50).  
Teatro kasos darbo laikas I-VII 10:30 – 19:00val. Pietų pertrauka 15:30-16:00 val.

**Spalio 15 d. 18 val.**

Sakartvelo (Gruzija) gastrolės Nacionaliniame Kauno dramos teatro Didžiojoje scenoje, spektaklis „Tiesa“ (nuolaida senjorams – 30%). Nuolaidinių vietų skaičius ribotas (50).  
Teatro kasos darbo laikas I-VII 10:30 – 19:00val. Pietų pertrauka 15:30-16:00 val.

**Spalio 23 d. 10 val.**

Ekskursija Nacionaliniame Kauno dramos teatre senjorams. Vietų skaičius ribotas (30).  
Ar žinojote, kad vyriausiasis salės administratorius Rimantas Štaras teatre skaičiuoja jau 49-ąją sezoną? Jo pasakojimuose persipina ir didi teatro praeitis, ir kasdienybės perliukai, o jis pats pelnytai tituluojamas teatro legenda. Gerbiamas Rimantas ves teatro užkulisiais, aprodydys scenas. Kiekvienoje stotelėje sužinosite įdomią šio teatro istoriją, išgirsite atsakymus į jums rūpimus klausimus.



Registracija : Bilietu kasa tel. 8 (37) 224 064, el. paštas kasa@dramosteatras.lt. Registracija vykdoma 2019.09.23 – 10.06 dienomis. Teatro kasos darbo laikas I-VII 10:30 – 19:00val. Pietų pertrauka 15:30-16:00 val.

## **Kauno miesto kamerinis teatras**

Likus mažiau nei 14 d. iki renginio, senjorams taikoma 20% nuolaida į visus Kamerinio teatro spektaklius.

Visą spalio mėnesį į spektaklius NOKTIURNAS IR NESAMAS MIESTAS taikoma 50% nuolaidą senjorams.

## **Kauno kultūros centro „Tautos namai“ renginiai pagyvenusių žmonių mėnesiui**

### **Spalio 7 d. 17 val.**

Dailės studijos „Vaivorykštė“ parodos atidarymas. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

### **Spalio 7 d. 19 val.**

**Kazio Binkio teatro** premjera. Kazys Saja „Šventėžeris“. Režisierius Rimantas Štaras, scenografė Rimutė Skučienė. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

### **Spalio 9 d. 19 val.**

Folkloro ansamblio „Gadula“, sutartinių giedotojų grupės „Sasutalas“ ir Vandžiogalos tradicinės kapelos „Griežlė“ koncertas. Meno vadovas Andrius Morkūnas. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

### **Spalio 10 d. 19 val.**

Kauno Kazio Binkio teatro dramatinė komedija. Asia Kotliar „Pasaulio pabaiga“. Režisierė Nida Žilinskienė, dailininkė Rasa Puišienė. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

### **Spalio 11 d. 19 val.**

Chorinės muzikos koncertas. Dalyvaus mišrūs chorai „Diemedis“ (vadovas Audrius Petrauskas, koncertmeisterė Goda Palskytė) ir „Gintaras“ (vadovė Jovita Kulakauskienė, koncertmeisterė Gintarė Ručytė), vyrų choras „Perkūnas“ (vadovas Romaldas Misiukevičius, koncertmeisterė Gailutė Bogdanaitė). Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

### **Spalio 12 d. 13 val.**

Neoklasikinio šokio teatro „Releve“ koncertas. Programos svečias – mimas Virgis Bortkevičius. Meno vadovė, choreografė Rasa Butrimavičiūtė. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

### **Spalio 12 d. 18 val.**

Kamerinio choro „Kamertonas“ koncertas „Atgarsiai iš Provanso“. Meno vadovas ir dirigentas Kęstutis Jakeliūnas. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

### **Spalio 13 d. 14 val.**

Liaudiškų šokių kolektyvo „Suktinis“ koncertas „Lietuva- Japonija“. Solistai Rita Preikšaitė ir Edgaras Pilypaitis. Meno vadovė Laimutė Rekašienė. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Spalio 1, 8, 15 ir 25 d. 15 val.**

Tekstilės studijos „Gijų sodai“ kūrybinės dirbtuvės „Tapiserijos mozaika: „Lietuva – mano veidas“.  
Išauskite savo mintis ir jausmus Lietuvai. Sukurkite savo mažą tapiseriją, kuri taps vieno didelio  
kūrinio – dovanos Lietuvai dalimi.

Registracija tel. nr. +370 612 15828. Kauno kultūros centras (Kęstučio g. 1).

**Lietuvos Zoologijos sodas 2019 m. spalio 4 dieną įėjimas nemokamas**

Radvilėnų pl. 21,

**VDU Botanikos sodas spalio 8 d. 14 val.**

Ekskursija VDU Botanikos sode (Ž. E. Žilibero g. 6)

**Kauno miesto socialinių paslaugų centras spalio 3 dieną kviečia senjorus  
pasišalgti po Senjorų dienos centrą taip pat susipažinti ir pabendrauti su dienos  
centro lankytojais.**

**Spalio 9 d. 11 val.**

**VšĮ Kauno Panemunės socialinės globos namų ir Dienos socialinės globos centro  
atvirų durų diena.**

Gyvosios gamtos ir rankdarbių paroda "Rudens mozaika“.

**Kviestinis koncertas.**

Kurtinių g. 1D

**Spalio 11 d. 13 val.**

**Negalia turinčių asmenų centras „Korys“**

**Kviečia visus Kavinėje pasivašinti kava, arbata ir skanumynais.**

Kavinėje Jus aptarnaus šį centrą lankantys asmenys.

Sužinosite apie šį centrą, pabendrauti su darbuotojais ir lankytojais.

Danų g. 15A Šančiai