

ELEKTRŲNŲ TREČIOJO AMŽIAUS UNIVERSITETO (TAU) 2024 M. SPALIO – GRUODŽIO MĖN. RENGINIŲ GRAFIKAS

SPALIS

Spalio 1 d., 13 val.	TAU 2024/2025 mokslo metų atidarymo šventė	Elektrėnų amfitearas	Renginys nemokamas
Spalio 7 d. 12.00-13.30 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto rizikos veiksniai ir jų profilaktika, sveikatos rodiklių supratimas <i>Lektorė, visuomenės sveikatos specialistė S. Liudvinavičienė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 kab., Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Spalio 10 d. 8.30 val.	Edukacinė išvyka į kūrybos namus „Druskos studija“. Edukacija – „Sūri pamoka Druskos mieste“. <i>Taip pat lankysime Druskininkų miestą.</i>	Kūrybos namai „Druskos studija“ Smiltynų g. 9, Ratnyčia, Druskininkų sav.	Registracija nuo 2024-09-02 Kaina apie 20 eur.
Spalio 14 d. 10.00-11.30 val.	Streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto atsiradimui. Streso valdymas <i>Lektorė, psichologė V. Grašiuvienė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 kab., Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Spalio 16d 15.00 val.	Paskaitų ciklas „Istorijos klausimai“ <i>Lektorė, humanitarinių mokslų docentė, dr. Vida Kniūraitė</i>	Švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 k.	Renginys nemokamas
Spalio 21 d. 17.00 val.	Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto profilaktikai. Teorija, fizinio aktyvumo praktinis užsiėmimas <i>Kineziterapeutė R. Rakauskaitė</i>	Elektrėnų sav. visuomenės sveikatos biuras, Taikos g. 8B, Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Spalio 25 d. 10.15 val.	Edukacinė išvyka į „Patirčių slėnis“ tema – „Intuityvioji architektūra“.	Birutės g. 16, Trakai, 21106 Trakų r. sav.	Registracija nuo 2024-10-01 Renginys nemokamas
Spalio 28 d. 17.00 val.	Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto profilaktikai. Fizinio aktyvumo praktinis užsiėmimas <i>Kineziterapeutė R. Rakauskaitė</i>	Elektrėnų sav. visuomenės sveikatos biuras, Taikos g. 8B, Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Spalio 30 d. 7 val.	Ekskursija „Zanavykų krašto mozaika“	Sudargas- Zypilai- Kiduliai-Gelgaudiškės	Registracija nuo 2024-10-02 Kaina 77 Eur
Spalio 30 d. 18.00 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto rizikos veiksniai, šių ligų prevencija <i>LSU docentė, biomedicinos mokslų daktarė, mitybos specialistė ir konsultantė, lektorė Sandrija Čapkauskienė</i>	Elektrėnų savivaldybės viešoji biblioteka, renginių salė, Draugystės g. 2, Elektrėnai	Renginys nemokamas.
Spalio 8, 15, 22, 29 d. 12.00 val.	Dailės studija <i>Lektorė Rima Čepienė</i>	Elektrėnų savivaldybės viešoji biblioteka, III a., Draugystės g. 2, Elektrėnai	Programos „Sveikame kūne – sveika siela“ dalyviams. Registracija tel. 0 528 39 826

LAPKRITIS

Lapkričio 4 d. 10.00-11.30 val.	Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai. Sveika mityba, maistinės medžiagos ir jų svarba žmogaus organizmui, energijos ir maistinių medžiagų paros normos <i>Lektorė dietistė J. Liaudanskienė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 kab., Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Lapkričio 7 d. 13.30 val.	Kūrybinė edukacija „Akmens užkalbėjimas“ (apie Baltų simbolius) <i>Kartu su Trakų krašto tradicinių amatų asociacijos nare, Trakų istorijos muziejaus edukatore Rasa Pavilioniene.</i>	Rungos g. 5, Švietimo paslaugų centro posėdžių salė, 208 kab.	Registracija nuo 2024-10-01 Vietų skaičius - 20 Renginys nemokamas
Lapkričio 11 d. 10.00-11.30 val.	Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai. Vitaminai ir mineralinės medžiagos, „Rakto skylutė“ ženklėjimas, maisto produktų etiketėse pateikiamos informacijos supratimas <i>Lektorė dietistė J. Liaudanskienė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 kab., Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Lapkričio 18 d. 10.00-11.30 val.	Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai. Alergenai ir jų ženklėjimas, maisto produktų maistingumas ir sveikatingumas. Dietos, vegetarinė, veganinė mityba, žaliavalygystė bei jų įtaka sveikatai. Valgymo sutrikimai <i>Lektorė dietistė J. Liaudanskienė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 kab., Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Lapkričio 20 d. 15 val.	Paskaitų ciklas „Istorijos klausimai“ <i>Lektorė, humanitarinių mokslų docentė, dr. Vida Kniūraitė</i>	Švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 k.	Renginys nemokamas
Lapkričio 22 d. 13.00 val.	Vaistažolių nauda senjorų sveikatai <i>Vaistininkas – žolininkas, „Žolinčių akademijos“ viceprezidentas, lektorius Marius Lasinskas</i>	Švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 k.	Renginys nemokamas
Lapkričio 25 d. 10.00-11.30 val.	Praktinis maisto gamintojų užsiėmimas. Sveikatai palankaus maisto gamintojų principai <i>Lektorė dietistė J. Liaudanskienė</i>	Elektrėnų sav. visuomenės sveikatos biuras, Taikos g. 8B, Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Lapkričio 27 d. 15 val.	Paskaita „Komunikacija kiekvienam“ <i>Lektorė, žurnalistė, komunikacijos ekspertė, Dalia Kutraitė Giedraitienė</i>	Švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 k.	Renginys nemokamas
Lapkričio IV sav. 18.00 val. (data bus patikslinta)	Kiek gali „pakelti“ Jūsų širdis? <i>Lektorius Dr. Tomas Vaičiūnas, biomedicinos mokslų daktaras, Gyvensenos medicinos ekspertas</i>	Elektrėnų savivaldybės viešoji biblioteka, renginių salė, Draugystės g. 2, Elektrėnai	Renginys nemokamas
Lapkričio 6, 13, 27 d. 10.00 val. (laikas bus patikslintas)	Keramikos studija <i>Lektorė Miglė Staškevičienė</i>	„Moli Molis“ studija, Taikos g. 2, Elektrėnai.	Programos „Sveikame kūne – sveika siela“ dalyviams. Registracija tel. 0 528 39 826

GRUODIS			
Gruodžio 4 d. 15.00 val.	Paskaitų ciklas „Istorijos klausimai“ Lektorė, humanitarinių mokslų docentė, dr. Vida Kniūraitė	Švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 k.	Renginys nemokamas
Gruodžio 11 d. 15.00 val.	Paskaita „Geneologinio medžio sudarymo programos“ <i>Lektorius Medardo Čoboto TAU Informacinių technologijų dekanas Ovidijus Gabrėnas</i>	Švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 k.	Renginys nemokamas
Gruodžio 16 d. 13.00 val.	Paskaita „Tradicinė Kinų medicina“ <i>Lektorius VU dėstytojas, Pasaulinės kinų medicinos federacijos komiteto „Mokymo instrukcijos“ narys, 35 m. klinikinio darbo patirtis naudojant papildomos medicinos metodikas, dr. Vitalijus Naumavičius</i>	Švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 k.	Renginys nemokamas
Data ir laikas bus patikslintas	Teatro „Arbatvakariai“ spektaklis „Basakojis kanauninkas“ <i>(apie Juozą Tumą – Vaižgantą)</i>	Liepkalnio g. 12-5A, Vilnius	Registracija nuo 2024-11-11 Kaina apie 30 eur. Vietų skaičius - 33
SPALIS - GRUODIS			
Antradieniais, 9.15 val.	GARSŲ TERAPIJA „GARSŲ GALIA“ <i>Lektorė Agnė Landžiūtė</i>	Išvykstame nuo Centro kiemelio. Užsiėmimai vyks Vievyje.	Programos „Sveikame kūne – sveika siela“ dalyviams. Registracija tel. 0 528 39 826
Trečiadieniais 9.00 val.	ŠIAURIETIŠKAS ĖJIMAS	Elektrėnų sav. visuomenės sveikatos biuras, Taikos g. 8B, Elektrėnai	Renginys nemokamas Registracija tel. 0 528 39 826
Trečiadieniais 12.00 val.	ŠOKIŲ UŽSIĖMIMAS SENJORAMS	Elektrinės g. 8	Renginys nemokamas Registracija tel. 0 528 39 826
Ketvirtadieniais 12.00 val.	ŠOKIŲ STUDIJA „SOLO LATINO“ <i>Remigijus Suslavičius</i>	Elektrėnų kultūros centras, Draugystės g. 2, Elektrėnai.	Programos „Sveikame kūne – sveika siela“ dalyviams. Registracija tel. 0 528 39 826
Penktadieniais 10.00 val.	„RANKDARBIŲ STUDIJA“ UŽSIĖMIMAI	Rungos g. 5, Švietimo paslaugų centras, 207 k.	Renginys nemokamas Registracija tel. 0 528 39 826
Pagal poreikį	KONSULTACIJOS IT KLAUSIMAI	Švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5, 208 k., Elektrėnai	Renginys nemokamas Registracija tel. 0 528 39 826

KULTŪROS IR MENŲ FAKULTETAS,

kuratorė Ala Pupininkienė (el. p.: ala.pupininkiene@espc.lt, tel.: 0 528 39826)

ŽMOGAUS SOCIALINĖS APLINKOS, KRAŠTOTYROS IR TURIZMO FAKULTETAS,

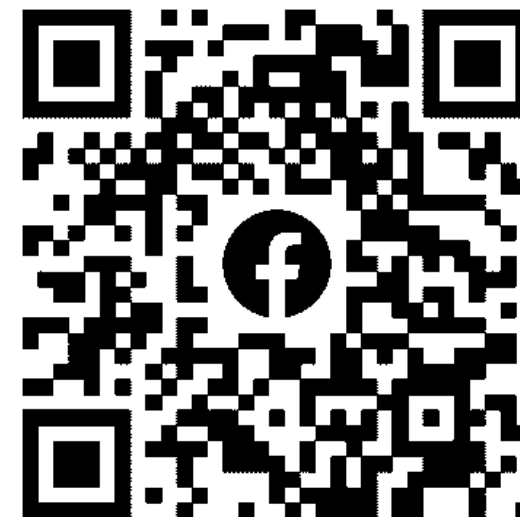
kuratorė Vida Pranckevičienė (el. p.: vida.pranckeviciene@espc.lt, tel.: 0 528 39 826)

SVEIKOS GYVENSENOS IR DVASINIO TOBULĖJIMO FAKULTETAS,

Kuratorė Lina Živulskienė (el. p.: lina.zivulskiene@espc.lt, tel.: 0 528 39 826)

KONSULTACIJOS INFORMACINIŲ TECHNOLOGIJŲ KLAUSIM AIS

Kuratorė Jolita Dzimidavičienė (el. p.: jolita.dzimidaviciene@espc.lt, tel.: 0 528 39 826)



Kviečiame prisijungti prie Elektrėnų TAU bendruomenės!

Atvykite į Elektrėnų švietimo paslaugų centrą

ir užpildę prašymą tapkite Elektrėnų TAU klausytoju!