

**ELEKTRŪNŲ TREČIOJO AMŽIAUS UNIVERSITETO (TAU)
2025 M. SAUSIO-GEGUŽĖS MĖN. RENGINIŲ GRAFIKAS**

SAUSIS

Sausio 7 d. 12.00 val.	Ekskursija į LRT ir Operos ir baletą teatrą	S. Konarskio g. 49, A. Vienuolio g. 1, Vilnius	Registruotis nuo 2025-01-03 Dalyvių skaičius – 30. Kaina 1 asmeniui – 2,50 Eur
Sausio 13 d. 14.00 val.	Energetinio sveikatingumo seminaras BŪK! <i>Lektorius – rašytojas pozityvistas, Lietuvos „Žinijos“ draugijos „Pozityvistų klubo“ steigėjas Jeronimas Laucius</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas
Sausio 20 d. 10.00 val.	Paskaita „Valstybės ir savivaldybės pavežėjimo paslaugos“ , <i>Elektrėnų savivaldybės administracijos Socialinės paramos skyriaus vyriausioji socialinė darbuotoja Diana Norušienė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas
Sausio 22 d. 14.30 val.	Paskaitų ciklas „Istorijos klausimai“ <i>Lektorė, humanitarinių mokslų docentė, dr. Vida Kniūraitė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas

VASARIS

Vasario 5d. 14.30 val.	Paskaitų ciklas „Istorijos klausimai“ <i>Lektorė, humanitarinių mokslų docentė, dr. Vida Kniūraitė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas
Iki vasario 14 d.	REGISTRACIJA į Širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo programą	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Registruotis iki 2025-02-14 L. Živulskienė Programa nemokama.
Vasario 17 d. 10.00 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo programa	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Vasario 24 d. 10.00 val.	Keliaujanti sveikatos stotelė	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	TAU klausytojai ir rudenį Sveikatos stiprinimo programoje dalyvavę klausytojai (tyrimų palyginimas)

KOVAS

Kovo 3 d., 10.00 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto rizikos veiksniai ir jų profilaktika, sveikatos rodiklių supratimas	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Kovo 4 d. 12.00 val.	Užgavėnių šventė <i>TAU taryba</i>	Elektrinės g. 8, Elektrėnai	Renginys nemokamas
Kovo 5 d. 14.30 val.	Paskaitų ciklas „Istorijos klausimai“ <i>Lektorė, humanitarinių mokslų docentė, dr. Vida Kniūraitė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas
Kovo 10 d. 10.00 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	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Kovo 10 d. 13.00 val.	Paskaita „Fitoterapija, aromaterapija, homeopatija ir endobiogeninė medicina. Panašumai ir skirtumai“ <i>Lektorius dr. Vitalijus Naumavičius</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas

Kovo 15 d. 16.15 val.	Išvyka į Kauno muzikinį teatrą	Laisvės al. 91, Kaunas,	Registruotis nuo 2025-01-06 Dalyvių skaičius – 30 Kaina 1 asmeniui – 20 Eur A. Pupininkienė
Kovo 17 d. 17.00 val.	Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto profilaktikai. Teorija, fizinio aktyvumo praktinis užsiėmimas <i>Sporto trenerė Rasuolė Rakauskaitė</i>	Elektrėnų sav. visuomenės sveikatos biuras, Taikos g. 8B, Elektrėnai	Renginys nemokamas
Kovo 20 d. 13.00-15.00 val.	„M. K. Čiurlioniui - 150 metų“ <i>Susitikimas su Roku Zubovu, Lietuvos muzikantu – pianistu, Mikalojaus Konstantino Čiurlionio proanūkiu.</i>	Draugystės g. 2, Elektrėnų viešoji biblioteka	Renginys nemokamas
Kovo 24 d. 17.00 val.	Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto profilaktikai. Fizinio aktyvumo praktinis užsiėmimas <i>Sporto trenerė Rasuolė Rakauskaitė</i>	Elektrėnų sav. visuomenės sveikatos biuras, Taikos g. 8B, Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Kovo 28 d.	Edukacinė išvyka į Trakus <i>Ekskursija po Trakus, taip pat aplankysime Užutrakio dvarą ir Angelų kalvą</i>	Trakai	Kaina derinama V. Pranckevičienė
Kovo 31 d. 10.00 val.	Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai. Sveika mityba, maistinės medžiagos ir jų svarba žmogaus organizmui, energijos ir maistinių medžiagų paros normos	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
BALANDIS			
Balandžio 1 d. 10.00 val.	Paskaita „Antibiotikų atsparumas“ <i>Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stebėseną, Julė Ramanauskaitė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas
Balandžio 2 d. 14.30 val.	Paskaitų ciklas „Istorijos klausimai“ <i>Lektorė, humanitarinių mokslų docentė, dr. Vida Kniūraitė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas
Balandžio 7 d. 9.00 val.	Paskaita „Individualios pagalbos poreikių nustatymo aspektai“ <i>Elektrėnų savivaldybės administracijos Socialinės paramos skyriaus vyriausioji socialinė darbuotoja Diana Norušienė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas
Balandžio 7 d. 10.00 val.	Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai. Vitaminai ir mineralinės medžiagos, „Rakto skylutė“ ženklėjimas, maisto produktų etiketėse pateikiamos informacijos supratimas	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Balandžio 10 d. 13.00 – 14.30 val.	Paskaita „Tautinis kostiumas – tautos reprezentacijos simbolis“ <i>Diana Tomkuvienė – dailininkė dizainerė, tautinio kostiumo ekspertė</i>	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Registruotis nuo 2025-04-01 Dalyvių skaičius – 50. Paskaita nemokama A. Pupininkienė
Balandžio 14 d. 10.00 val.	Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai. Alergenai ir jų ženklėjimas, maisto produktų maistingumas ir sveikatingumas. Dietos, vegetarinė, veganinė mityba, žaliavalgytė bei jų įtaka sveikatai. Valgymo sutrikimai	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai

Balandžio 24 d. 10.00 val.	Edukacinė kelionė į Nacionalinio M. K. Čiurlionio dailės muziejaus Galaunių namus - muziejų	Vydūno al. 2, Kaunas	Registruotis nuo 2025-04-01 Dalyvių skaičius – 30. Kaina 1 asmeniui – 3.50 Eur Turintiems 80 metų ir vyresniems – 1 Eur. A. Pupininkienė
Balandžio 28 d. 10.00 val.	Praktinis maisto gaminimo užsiėmimas. Sveikatai palankaus maisto gaminimo principai	Elektrėnų sav. visuomenės sveikatos biuras, Taikos g. 8B, Elektrėnai	Sveikatos stiprinimo programoje užsiregistravę TAU klausytojai
Balandžio 28 d. 7.00 val.	Pažintinė kelionė į Lenkiją: Krokuva- Vavelis – Veličkos druskų kasykla	Lenkija	Registracija iki 2025-03-24 Kelionės kaina 264 eur. Trukmė: 3 dienos, 2 naktys. V. Pranckevičienė
GEGUŽĖ			
Data bus patikslinta	Elektrėnų TAU universiteto mokslo metų uždarymas	Elektrėnų viešoji bibliotekos salė, Draugystės g. 2	Renginys nemokamas
VISUS METUS			
Trečiadieniais 9.00 val.	FIZINIO AKTYVUMO UŽSIĖMIMAI. MANKŠTOS <i>Livija Kierė</i>	Elektrėnų laisvalaikio centras, choreografijos salė Rungos g. 18a, Elektrėnai	Renginys nemokamas
Trečiadieniais 10.30-11.30 val.	ŠOKIŲ UŽSIĖMIMAS SENJORAMS <i>Anatolijus Šugajevas</i>	Tarybos salė, Elektrinės g. 8, Elektrėnai	Renginys nemokamas
Derinama susidarius grupei 9.00 val.	ŠIAURIETIŠKAS ĖJIMAS <i>Livija Kierė</i>	Elektrėnų sav. visuomenės sveikatos biuras, Taikos g. 8B, Elektrėnai	REGISTRUOTIS Tel. 0 528 39 826
Penktadieniais 10.00-12.00 val.	„RANKDARBIŲ STUDIJA“ UŽSIĖMIMAI	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	Renginys nemokamas
Pagal poreikį	KONSULTACIJOS IT KLAUSIMAIS	Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Rungos g. 5	REGISTRUOTIS Tel. 0 528 39 826

Kviečiame prisijungti prie Elektrėnų TAU bendruomenės!

Registracija į renginius telefonu - 0 528 39 826

