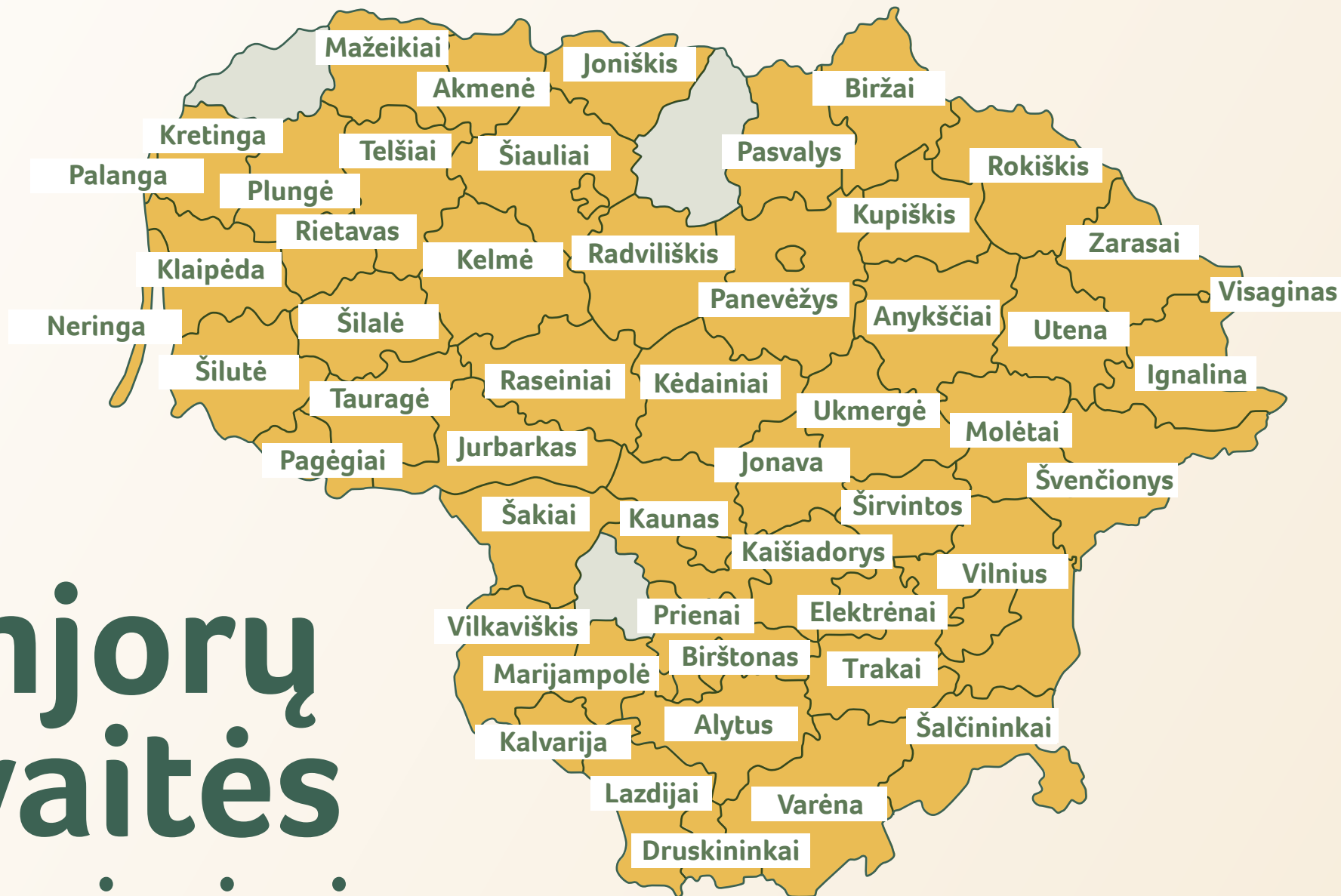


Senjorų savaitės renginiai



Nacionalinės bibliotekos renginiai

Lietuvos audiosensorinės bibliotekos renginiai

Lietuvos nacionalinio dailės muziejaus renginiai

Nacionalinio M. K. Čiurlionio dailės muziejaus renginiai

Akmenės r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Kūrybinės atvirukų gamybos dirbtuvės „Prisiminimų žiedai“, skirtos Tarptautinei pagyvenusių žmonių diena	Akmenės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Akmenės miesto Onos Šimaitės bibliotekoje	2026 m. spalio 1 d. Tikslus renginio laikas bus skelbiamas www.akmene.lt skiltyje „Artimiausi renginiai“		Akmenės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Akmenės miesto Onos Šimaitės biblioteka
Pagyvenusių žmonių dienai „Šilti pasikalbėjimai“	Akmenės rajono viešosios bibliotekos Šapnagių kaimo filialas	2026 m. spalio 1 d. Tikslus renginio laikas bus skelbiamas www.akmene.lt skiltyje „Artimiausi renginiai“		Akmenės rajono viešosios bibliotekos Šapnagių kaimo filialas
Kruopiškių susitikimai - renginys, skirtas pagyvenusių žmonių dienai	Kruopių kultūros namai	2026 m. spalio 1 d. Tikslus renginio laikas bus skelbiamas www.akmene.lt skiltyje „Artimiausi renginiai“		Kruopių kultūros namai
Pagyvenusių žmonių diena	Naujosios Akmenės kultūros rūmai	2026 m. spalio 1 d. Tikslus renginio laikas bus skelbiamas www.akmene.lt skiltyje „Artimiausi renginiai“		Akmenės rajono savivaldybės administracijos socialinės paramos skyrius, Naujosios Akmenės kultūros rūmai, Lietuvos pensininkų sąjungos „Bočiai“ Naujosios Akmenės miesto bendrija (35 jubiliejus), rajono NVO
Tarptautinė pagyvenusių žmonių diena	Papilės kultūros namai	2026 m. spalio 1 d. Tikslus renginio laikas bus skelbiamas www.akmene.lt skiltyje „Artimiausi renginiai“		Papilės kultūros namai

„Susitikimas su knyga“ renginys, skirtas Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai	Akmenės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Jučių kaimo filialas	2026 m. spalio 2 d. Tikslus renginio laikas bus skelbiamas www.akmene.lt skiltyje „Artimiausi renginiai“		Akmenės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Jučių kaimo filialas
Grupinė mankšta „Judame šokio ritmu“	Ventos g. 15, Papilė, Akmenės r. sav.	2026 m. spalio 2 d., 10 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 622 43721	Papilės seniūnijos neįgaliųjų klubas "Parama"
Atvirųjų gamybos edukacinis užsiėmimas „Dovanoju viltį“	Ventos g. 15, Papilė, Akmenės r. sav.	2026 m. spalio 3 d., 10 val.	Vykdoma iki spalio 1 d. tel. +370 622 43721	Papilės seniūnijos neįgaliųjų klubas "Parama"
Pažintinis žygis „Nors ir trumpas kelias, bet mums didelė pergalė“	Simono Daukanto aikštė, Papilė	2026 m. spalio 6 d., 10 val.	Vykdoma iki spalio 2 d. tel. +370 622 43721	Papilės seniūnijos neįgaliųjų klubas "Parama"
Edukacija „Sveikas maistas, sveikas žmogus“	Ventos g. 15, Papilė, Akmenės r. sav.	2026 m. spalio 7 d., 10 val.	Vykdoma iki spalio 5 d. tel. +370 622 43721	Papilės seniūnijos neįgaliųjų klubas "Parama"
Popietė „Širdimi jauni“	Viešosios bibliotekos Alkiškių kaimo filialas, Atžalyno g. 8, Alkiškių k., Akmenės r.	Spalio 3 d. 15.00 val.	-	-
Popietė „Susitikimas su knyga“	Viešosios bibliotekos Jučių kaimo filialas, Parko g. 5, Jučių k., Akmenės r.	Spalio 2d. 14.30 val.	-	-
Spaudinių paroda „Vėlyvieji žydėjimai“	Viešosios bibliotekos Kruopių kaimo filialas, Papilės g. 14, Kruopiai, Akmenės r.	Rugsėjo 29 – spalio 10 d.	-	-
Popietė senjorams „Rudenio arbata ir skaitymai“	Viešosios bibliotekos Kruopių kaimo filialas, Papilės g. 14, Kruopiai, Akmenės r.	Spalio 2d. 15.00 val.	-	-

Tas raudonuojujantis šermukšnis	N. Akmenės KC, Nepriklausomybės 25	Spalio 1 d. 14 val.	-	LPS „Bočiai“ N. Akmenės miesto bendrija
Alytaus m. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
„Dainų mūšis“	Alytaus Jurgio Kunčino viešoji biblioteka, Jaunimo erdvė, Seirijų g. 2, Alytus	Spalio 1 d. 14:30 val.	-	Muzikinė viktorina senjorams, kurios metu skambančios dainos dalyvius sugrąžins į jaunystę.
„Kai laša dienomis į širdį“	Alytaus Jurgio Kunčino viešoji biblioteka, I Alytaus biblioteka, Jiezo g.2, Alytus	Bus tikslinama	-	Poezijos skaitymai. Savo poeziją pristato Vėjūnė- Virginija Tankevičienė. Svečiai: muzikinis šeimyninis duetas Laima ir Almantas Kyguoliai iš Zyzėnų kaimo.
Tradicinė popietė „Vingriųjų raštų paslaptys“ netradiciškai - Birutės Vitkauskienės knygos „Tyli mokytojos išpažintis“ sutiktuvės.	Alytaus Jurgio Kunčino viešosios bibliotekos Vaikų ir jaunimo literatūros skyrius Topolių g. 21, Alytus	Spalio 7 d., 16 val.	-	Susitikimas su knygos autore.
Džiaugsmo priešpietis senjorams	Alytaus Jurgio Kunčino viešoji biblioteka, Jaunimo erdvė, Seirijų g. 2, Alytus.	Spalio 7 d. 11 val.	-	Geras laikas pramankštinti smegenis ir bičiuliškai išgerti puodelį arbatos.
Danutė Kurkulionienės – Raistinės knygos „Kaimo daigeliai miesto šaligatviuose“ pristatymas	Alytaus Jurgio Kunčino viešoji biblioteka, Seirijų g. 2 Alytus	Spalio 7 d. 17:30 val.	-	Susitikimas su rašytoja, knygos pristatymas
Poezijos ir muzikos popietė „Eilėmis ir melodijomis į širdį“	Alytaus Jurgio Kunčino viešosios bibliotekos Vidzgirio padalinys, Likiškėlių g.12, Alytus	Spalio 8 d. 17 val.	Vykdoma iki spalio 7 d. Tel.+370 315 32989	Poeziją skaito Alytaus apskrities literatų klubas „Tėkmė“. Muzikinius kūrinius atliks vokalinis ansamblis „Žara“. Poetinę muzikinę popietę organizuoja Vidzgirio biblioteka
Meninės socialinės parodos „Kur gyvena istorijos“ atidarymas.	Alytaus Jurgio Kunčino viešoji biblioteka, Seirijų g. 2 Alytus	Spalio 8 d. 13 val.	-	10 meninių portretų su QR kodais Interaktyvi patirtis, sujungianti fotografiją, garsą ir skirtingas kartas.

Senjorų bendrystės diena	Alytaus miesto stadionas, Birutės g. 5, Alytus	Spalio 1 d. 16 val.	Registracija į pagrindinį renginį nereikalinga. Į atskiras veiklas – pagal poreikį tel. +370 687 72727 iki rugsėjo 28 d.	Alytaus Likiškėlių progimnazija, bendradarbiaujant su Alytaus miesto bendruomene, senjorų organizacijomis ir kitomis miesto įstaigomis. Renginys skirtas visiems Alytaus miesto senjorams. Vienoje erdvėje būtų pristatomos skirtingos veiklos: aktyvus judėjimas, sveika gyvensena, linijiniai šokiai, šiaurietiškas ėjimas. Kiekvienas būrelis turėtų savo erdvę: • Dailė – „Nupiešk Alytų“ • Senjorų ritmai – linijinių šokių pasirodymas • Gaja + Skuja – bendras koncertas • Konditerija – „Senjorų desertų stalas“ • Siuvimas – darbų paroda • Šiaurietiškas ėjimas – simbolinis miesto žygis • Sveika senjorų gyvensena – jogos, kvėpavimo ir sveikos gyvensenos zona Kontaktinis tel. +370 687 72727.
„Senjorų ir jaunimo mainų diena“	Alytaus miesto sodo estrada	Spalio 6 d. 14–16 val.	Registracija į pagrindinį renginį nereikalinga.	Alytaus Likiškėlių progimnazija ir Alytaus miesto jaunimo organizacijos. Numatoma: • Jaunimas moko senjorus: • naudotis telefonu; • fotografuoti; • naudotis dirbtiniu intelektu; • socialiniais tinklais; • elektroninėmis paslaugomis. • Senjorai jaunimą moko: • dainų; • šokių; • rankdarbių; • gyvenimiškos patirties. Numatoma kartų bendrystės dalis, kurioje jaunimas ir senjorai dalintųsi žiniomis, įgūdžiais bei patirtimi.

Atvirų durų dienos	Alytaus Likiškėlių progimnazija, Likiškėlių g. 12, Alytus	Spalio 2–7 d.	Registracija į pagrindinį renginį nereikalinga.	Visų būrelių lankymas.
Alytaus r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Alytaus rajono senjorų šventė „Senjorų linksmadienis“ Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai	Alytaus rajono savivaldybės kultūros centro Simno skyrius, Vytauto g. 38, Simno miestas, Simno sen., Alytaus r.	Spalio 1 d. 12 val.	Registraciją vykdys Alytaus rajono seniūnijos	Alytaus rajono savivaldybės Kultūros centras
	Alytaus rajono savivaldybės kultūros centro Daugų skyrius, Ežero g. 30, Daugų m., Daugų sen., Alytaus r.	Spalio 1 d. 15 val.	Registraciją vykdys Alytaus rajono seniūnijos	Alytaus rajono savivaldybės Kultūros centras
Alytaus Likiškėlių progimnazijos Neformaliojo suaugusiųjų švietimo programos būrelio „Papuošalų ir namų dekoracijų gamyba“ moterų darbų paroda „Amžinos atostogos“	Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Užubalių filialas, Užubaliai, Ūdrijos kelias 24A, Alytaus r.	Spalio 1-17 d.	–	Senjorių gebėjimų, kūrybos puoselėjimas, prijungiant darbinės smulkiosios motorikos mankštas.
Anelės Zurlienės austų juostų paroda „Atminties takeliai“	Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Ryliškių filialas, Bažnyčios 8, Ryliškiai, Alytaus r.	Spalio 1-17 d.	–	Parodą, skirtą Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti, organizuoja Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Ryliškių filialas.
Popietė „Dar pabūkim kartu“, skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti	Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Pivašiūnų filialas, Mokyklos g. 3, Pivašiūnai, Alytaus r.	Spalio 2 d., 14 val.	–	Popietę „Dar pabūkim kartu“, skirtą Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti, organizuoja Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Pivašiūnų filialas. Renginio metu vyresnio amžiaus žmonės kviečiami jaukiai praleisti laiką drauge,

				pabendrauti, pasidalyti prisiminimais, dalyvauti kultūrinėje programoje ir stiprinti bendrystės jausmą.
Vyriausių bibliotekos skaitytojų senjorų sveikinimas namuose	Lankymas namuose, pagal gyvenamą vietą	Spalio 3 d. nuo 11 val.	–	Vyriausių bibliotekos skaitytojų senjorų sveikinimas jų namuose, įteikiant atminimo dovanėles. Skaitytojus sveikins Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Kumečių filialo ir BO „Dainavos kaukas“ atstovai.
Sekmadieninis bruzdesys „Amžinų atostogų linksmybės“	Ažuolinių malūnas Malūno g. 9, Ažuoliniai, Simno sen., Alytaus r.	Spalio 4 d. 13 val.	–	Popietė „Amžinų atostogų linksmybės“, skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti. Renginį organizuoja Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Ažuolinių filialas kartu su Ažuolinių bendruomene. Koncertinę programą dovanos Alytaus Likiškėlių progimnazijos Neformaliojo suaugusiųjų švietimo programos ansamblis „Skuja“ (vadovė Regina Zabitenė), o dzūkiskos šnektos puoselėtoja Svetlana Žadeikienė pristatys savo naujausią knygelę dzūkų tarme.
„Gyvenimo spalvinga melodija“	Alytaus r. meno ir sporto mokykla, Ežero g. 18, 64137 Daugai, Alytaus r.	Spalio 7 d., 17 val.	Tel. +37031569633	Alytaus r. meno ir sporto mokyklos neformalaus ugdymo suaugusiųjų muzikos ir dailės programos mokiniai ir mokytojai, Alytaus trečiojo amžiaus universiteto (TAU) Daugų filialo dalyviai, miestelio senjorai. Vyks veiklos, kurios apjungia muziką, kūrybą, prisiminimus ir bendravimą: 1) populiarių dainų dainavimas pagal gyvą akompanimentą; 2) lietuvių liaudies šokiai; 3) spalvų terapija- tapymas ant šilko; 4) kino ir muzikos viktorina.
„Atvirukas iš praeities – linkėjimas šiandienai“ (Simno m. biblioteka su gimnazijos biblioteka)	Senelių namai „Atesys“, Atesninkų k., Alytaus r.	Spalio 8 d. 14 val.	–	„Atvirukai iš praeities – linkėjimai šiandienai“ – senovinių atvirukų parodėlė ir jauki prisiminimų popietė senelių namų „Atesys“ gyventojams. Renginio metu bus prisimenamos atvirukų siuntimo tradicijos, skaitomi juose išlikę sveikinimai, o gyventojams bus įteikti Simno gimnazijos mokinių ir

				darželinukų sukurti atvirukai su nuoširdžiais palinkėjimais.
Popietė „Širdis metų neskaičiuoja“, skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti	Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Eičiūnų filialas, Butrimonių g. 10, Eičiūnai, Butrimonių sen., Alytaus r.	Spalio 9 d. 16 val.	–	Renginio metu vyks dailės terapijos edukacija „Rudens žiedas“, kurią ves Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Užubalių–Ažuolinių filialo vyresnioji bibliotekininkė Henrieta Lapinskaitė. Jaukią rudens popietę lydės arbatos puodelis, bendrystė ir folkloro ansamblio „Žolynai“ skambios melodijos. Edukacijos metu sukurtų kūrybinių darbų paroda visą spalio mėnesį veiks Eičiūnų bibliotekoje.
Spaudinių paroda „Rudenėjančiu taku...“	Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Santaikos filialas, Santaikos g. 16, Santaika, Krokialaukio sen., Alytaus r.	Spalio 1-31 d.	–	Spaudinių parodą „Rudenėjančiu taku...“, skirtą Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti, organizuoja Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Santaikos filialas.
Paroda „Senasis radijas: šimtmečio paslaptys ir prisiminimai“, skirtą Lietuvos radijo 100-mečiui ir Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti	Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Krokialaukio filialas, Žuvinto g. 41, Krokialaukis Alytaus r.	Spalio 1-31 d.	–	Parodoje bus eksponuojami seni radijo imtuvai, jų nuotraukos ir kiti su radijo istorija susiję eksponatai. Jie primins laikus, kai radijas buvo neatsiejama kasdienio gyvenimo dalis – svarbiausias žinių, muzikos, kultūros ir bendravimo su pasauliu šaltinis. Paroda kvies ne tik pažvelgti į radijo technikos istoriją, bet ir prisiminti, pasidalyti prisiminimais bei iš naujo atrasti radijo reikšmę skirtingų kartų gyvenime.
Rankdarbių paroda „Aukso amžiaus galimybės“, skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti	Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Krokialaukio filialas, Žuvinto g. 41, Krokialaukis, Alytaus r.	Spalio 1-31 d.	–	Rankdarbių parodą „Aukso amžiaus galimybės“ organizuoja Alytaus rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Krokialaukio filialas.

Popietė „Pabūkime kartu“	VšĮ „Orūs namai“, Tarybų g. 4, Krokialaukis, Alytaus r.	2026 m. spalio 8 d., 12 val.	-	Alytaus r. Krokialaukio Tomo Noraus-Naruševičiaus gimnazija
Anykščių r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Pažintis su virtualia biblioteka ELVIS	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos salėje (Vyskupo skv. 1, Anykščiai)	Spalio 1 d. 10:30 val.	-	Lietuvos audiosensorinės bibliotekos atstovai papasakos apie garsines knygas ir žurnalus, bus galimybė išbandyti jais naudotis, sužinosite, kur kreiptis, norint tapti virtualios bibliotekos ELVIS vartotoju. Skirta žmonėms, kuriems sunku skaityti.
Protmūšis	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos salėje (Vyskupo skv. 1, Anykščiai)	Spalio 1 d. 14 val.	Registracija el. paštu: loreta.vidugiriene@anyksciuvb.lt arba tel. (0-381) 50784	Intelektualus ir smagus protmūšis vyresnio amžiaus bendruomenės nariams.
Lenta „Norėčiau išmokti...“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Vartotojų aptarnavimo ir informacijos skyriuje (Vyskupo skv. 1, Anykščiai)	Spalio 1–8 d.		Lentoje skaitytojai galės palikti savo pasiūlymus dėl pageidaujamų mokymų skaitmeninio, medijų ir informacinio raštingumo temomis.
Biblioterapinė akcija „Skaitiniai kaip vaistai“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešojoje bibliotekoje ir partnerių įstaigose mieste	Spalio mėn.		Miesto sveikatos, vaistų platinimo įstaigose ir bibliotekoje lankytojų lauks specialios dėžutės su emociškai palaikančiais tekstais bei knygų rekomendacijomis. Sąrašai parengti remiantis Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos leidiniais „Biblioterapija. Skaitymo rekomendacijos“.

„Slaptas pasimatymas su knyga“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Vartotojų aptarnavimo ir informacijos skyriuje (Vyskupo skv. 1, Anykščiai)	Spalio 1–8 d.		Visos savaitės metu skaitytojai kviečiami į intriguojantį „slaptą pasimatymą“ – pasiskolinti specialiai supakuotą, staigmena tapsiančią knygą.
		8 d. 14 val.		„Slapto pasimatymo su knyga“ dalyvių lauks jauki baigiamoji diskusija prie arbatos puodelio, kurioje bus aptariami netikėti atradimai ir perskaitytos knygos.
Dokumentinių filmų festivalio „Nepatogus kinas“ filmų peržiūros	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Vartotojų aptarnavimo ir informacijos skyriuje (Vyskupo skv. 1, Anykščiai)	Spalio 6–25 d.		„Nepatogus kinas“ bibliotekose – tai galimybė nemokamai žiūrėti prasmingus, aktualius ir diskusijas skatinančius dokumentinius filmus. Festivalio filmai bibliotekoje tai ne tik kultūrinė patirtis, bet ir kvietimas kalbėtis apie svarbias visuomenės temas, geriau suprasti pasaulį ir vieniems kitus.
Fotografijų paroda „Išsaugotos renginių akimirkos“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Kavarsko filiale (P. Cvirkos g. 35, Kavarskas, Anykščių r.)	Spalio 1–31 d.		Parodoje eksponuojamos 1970–2000 m. laikotarpio fotografijos. Kviečiame vyresnio amžiaus žmones apžiūrėti parodą, pasidalinti prisiminimais apie Kavarske vykusius renginius, atpažinti ir prisiminti žmones, esančius fotografijose.
Poezijos skaitymai	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Surdegio filiale (Sodų g.10, Surdegis, Anykščių r.)	Spalio 7 d. 12 val.		Garsiniai mėgstamų poetų ar savos kūrybos eilių skaitymai vyresnio amžiaus žmonėms.
Dokumentinių filmų festivalio „Nepatogus kinas“ filmų peržiūros	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Troškūnų filiale (Vytauto g. 2, Troškūnai, Anykščių r.)	Renginių datos bus paskelbtos https://www.facebook.com/troskunubiblio teka		„Nepatogus kinas“ bibliotekose – tai galimybė nemokamai žiūrėti prasmingus, aktualius ir diskusijas skatinančius dokumentinius filmus. Festivalio filmai bibliotekoje tai ne tik kultūrinė patirtis, bet ir kvietimas kalbėtis apie svarbias visuomenės temas, geriau suprasti pasaulį ir vieniems kitus.
Knygų paroda-akcija „Rekomenduoja bibliotekininkės. Šilto skaitymo!“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Troškūnų filiale (Vytauto g. 2, Troškūnai, Anykščių r.)	Spalio 1-8 d.		Vyresnio amžiaus žmonių savaitės proga Troškūnų bibliotekoje veiks rekomenduojamų knygų paroda, iš kurios išsirinkę knygą skaitymui namuose,

				lankytojai jos viduje ras įdėtą mažą dovaną-siurprizą.
Garsiniai skaitymai „Nostalgiški jaunystės aidai“	Anykščių socialinės globos namų Troškūnų padalinyje (Vytauto g. 15, Troškūnai, Anykščių r.)	Data bus paskelbta https://www.facebook.com/troskunubiblio teka		Renginys skirtas Anykščių socialinės globos namų Troškūnų padalinio gyventojams.
Senjorų pomėgių popietė ir paroda „Mano lobių skrynelė“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Svirnų II filiale (Vilties g. 5, Svirnų II k., Anykščių r.)	Spalio 1 d. 14 val.		Senjorų pomėgių popietė ir parodėlė, kviečianti pasidalinti savo kūryba, rankdarbiais, kolekcijomis ir kitais širdžiai mielais „lobiais“.
Kūrybinė popietė „Kuriame kartu“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Svirnų II filiale (Vilties g. 5, Svirnų II k., Anykščių r.)	Spalio 8 d. 14 val.	Registracija iki spalio 6 d. tel.: +370 699 17103	Kūrybinė popietė, skirta vyresnio amžiaus žmonių emocinei gerovei, savęs pažinimui, bendravimui ir bendrystei stiprinti (KOPA projekto dalis).
„Senjoras ir kompiuteris – mokomės kartu“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Mačionių filiale (Vaisiutiškio g. 1, Mačionių k., Anykščių r.)	Spalio 1–8 d.		Individualūs kompiuterinio raštingumo mokymai vyresnio amžiaus žmonėms. Senjorai galės mokytis naudotis kompiuteriu ir internetu pagal savo poreikius: ieškoti informacijos, naudotis el. paštu, elektroninėmis paslaugomis, saugiai naršyti internete bei atlikti kitus kasdienius veiksmus.
„Literatūrinė arbatėlė“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Burbiškio filiale (Anykštos g. 2B, Burbiškis, Anykščių r.)	Spalio 7 d. 11 val.		Jaukus susitikimas prie arbatos, kurio metu senjorai prisimins mėgstamas knygas, autorius, eiles bei atliks smagią literatūrinę protų mankštą: mins mįsles, užbaigs patarles, atpažins kūrinius ir jų autorius.
„Stalo žaidimų diena“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Viešintų filiale (Klevų g. 2, Viešintos, Anykščių r.)	Spalio 2 d.		
„Protų mūšis“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Viešintų filiale (Klevų g. 2, Viešintos, Anykščių r.)	Spalio 9 d. 14 val.		

Ekskursija „Tylos prisilietimas“	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešojoje bibliotekoje (Vyskupo skv. 1, Anykščiai) ir Angelų muziejuje	Spalio 6 d., 14 val.	Registracija telefonu +370 625 23364	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Elmininkų filialas kviečia į ekskursiją, kuri apjungs dvi nuostabias erdves – biblioteką ir muziejų.
Dokumentinių filmų festivalio „Nepatogus kinas“ filmų peržiūros	Anykščių L. ir S. Didžiulių viešosios bibliotekos Elmininkų filiale (Šilelio g. 3, Naujieji Elmininkai, Anykščių r.)	Data bus paskelbta https://www.facebook.com/elmininkubiblioteka/?locale=lt_LT		„Nepatogus kinas“ bibliotekose – tai galimybė nemokamai žiūrėti prasmingus, aktualius ir diskusijas skatinančius dokumentinius filmus. Festivalio filmai bibliotekoje tai ne tik kultūrinė patirtis, bet ir kvietimas kalbėtis apie svarbias visuomenės temas, geriau suprasti pasaulį ir vieniems kitus.
Birštono sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Rudenėjančiu taku	Birštonas, Jaunimo 4	Spalio 1 d. 13 val.	Be registracijos, viešas renginys	LPS „Bočiai“ Birštono miesto bendrija, meninė dalis (Vilkaviškio, Birštono, Jonavos bočiai) ir pasisakymai, apdovanojimai
Edukacija „Kaip gimsta vaško žvakė?“	Sakralinis muziejus, Birutės g. 10, Birštonas	Spalio 1 ir 8 d., 11.00 ir 14.00 val.	Registracija tel. nr. : +370 319 65699	Edukacinis užsiėmimas apie vaško žvakių gamybą.
Edukacija „Birštono mineraliniai vandenys“.	Birštono muziejus, Vytauto g. 9, Birštonas	Spalio 1 ir 8 d., 13.00 ir 15.00 val.	Registracija tel. nr.: +370 319 65605	Edukacija apie Birštono mineralinius vandenius.
Ekskursija po Sakralinį muziejų	Sakralinis muziejus, Birutės g. 10, Birštonas	Spalio 2, 6, 7 d. 11.00 ir 14.00 val.	-	Pažintinė ekskursija po muziejaus ekspoziciją.
Ekskursija po Birštono muziejų	Birštono muziejus, Vytauto g. 9, Birštonas	Spalio 2, 6, 7 d. 13.00 ir 15.00 val.	-	Pažintinė ekskursija po muziejaus ekspoziciją.
Loterija	Sakralinis muziejus, Birutės g. 10, Birštonas, Birštono muziejus, Vytauto g. 9, Birštonas	Spalio 3 ir 4 d.	-	Muziejų lankytojams skirta loterija.

Biržų r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
„Senjorų arbatėlės“ klubo, veikiančio prie Biržų rajono savivaldybės Jurgio Bielinio viešosios bibliotekos, renginys – „Pokalbiai apie kaimo teatrą“.	Biržų rajono savivaldybės Jurgio Bielinio viešojoje bibliotekoje, J. Radvilos g. 3, Biržai	Spalio 7 d., 15 val.	-	Dalyvauja Biržų kultūros centro Skrebiškių skyriaus teatras (vad. M. Undžėnienė); Kupiškio r. asmenų su negalia draugijos Romansų grupė „Svaja“ (vad. V. Matijošas).
Popietė, skirta artėjančiai Nacionalinei vyresnio amžiaus žmonių savaitei paminėti „Išminties ir bendrystės valanda“	Anglininkų bendruomenės namai	Rugsėjo 26 d. 13 val.	Registracija nevykdoma	Biržų kultūros centro Kupreliškio skyriaus spektaklis S. Kapnio komedija „Plutelė ir pelės“. Pabendravimas prie arbatos puoduko su Širvėnos seniūnijos socialiniais darbuotojais senjorams aktualiais klausimais
Sporto diena „Aš ir tu – sportuokime kartu“	Mieliūnų bendruomenės namai	Rugsėjo 26 d. 14 val.	Registracija nevykdoma	Jaunimas kviečia vyresnio amžiaus žmones aktyviai praleisti laiką, pajudėti, pabendrauti ir smagiai praleisti dieną kartu.
Pasidainavimų vakaras „Daina suartina“	Vabalninko kultūros namai	Spalio 2 d. 18 val.	Registracija nevykdoma	Skirtas Nacionalinei vyresnio amžiaus žmonių savaitei paminėti
Šokių vakaras vyresnio amžiaus žmonėms „Sidabro vakaras“	Biržų kultūros centras	Spalio 8 d. 18 val.	Registracija nevykdoma	Pramoginis, rekreacinis renginys
Pagyvenusių žmonių savaitei skirtas renginys „Retro popietė“	Biržų kultūros centras, J. Basanavičiaus g. 4, Biržai	Spalio 2 d., „Bus skelbiama www.kulturabirzai.lt likus savaitei iki renginio pradžios“	Bus vykdoma Biržų TAU facebook tinklapio paskyroje iki rugsėjo 29 d	Biržų TAU ir Biržų Kultūros centras
Susitikimas su žurnaliste, rašytoja Eva Tombak. Knygos „Nebaigti reikalai“ pristatymas.	Biržų rajono savivaldybės Jurgio Bielinio viešoji biblioteka, Radvilos g. 3, Biržai	Spalio 1 d., 16.00 val.	Bus vykdoma Biržų TAU facebook tinklapio	Biržų TAU ir Biržų rajono savivaldybės Jurgio Bielinio viešoji biblioteka

			paskyroje iki rugsėjo 29 d.	
Kūrybinė popietė „Kai ruduo įkvepia“	Biržų švietimo pagalbos tarnyba, Vytauto g. 32, Birai	Spalio 8 d. 15 val.	Bus vykdoma Biržų TAU facebook tinklapio paskyroje iki rugsėjo 29 d.	Organizuoja Biržų TAU saviraiškos fakultetas
„Senjorų arbatėlės“ klubo, veikiančio prie Biržų rajono savivaldybės Jurgio Bielinio viešosios bibliotekos, renginys – „Pokalbiai apie kaimo teatrą“.	Biržų rajono savivaldybės Jurgio Bielinio viešojoje bibliotekoje, J. Radvilos g. 3, Biržai	Spalio 7 d., 15 val.	Registracija nevykdoma	Dalyvauja Biržų kultūros centro Skrebiškių skyriaus teatras (vad. M. Undzėnienė); Kupiškio r. asmenų su negalia draugijos Romansų grupė „Svaja“ (vad. V. Matijošas).
Popietė, skirta artėjančiai Nacionalinei vyresnio amžiaus žmonių savaitei paminėti „Išminties ir bendrystės valanda“	Anglininkų bendruomenės namai	Rugsėjo 26 d. 13 val.	Registracija nevykdoma	Biržų kultūros centro Kuprelišio skyriaus spektaklis S. Kapnio komedija „Plutelė ir pelės“. Pabendravimas prie arbatos puoduko su Širvėnos seniūnijos socialiniais darbuotojais senjorams aktualiais klausimais
Sporto diena „Aš ir tu – sportuokime kartu“	Mieliūnų bendruomenės namai	Rugsėjo 26 d. 14 val.	Registracija nevykdoma	Jaunimas kviečia vyresnio amžiaus žmones aktyviai praleisti laiką, pajudėti, pabendrauti ir smagiai praleisti dieną kartu.
Pasidainavimų vakaras „Daina suartina“	Vabalninko kultūros namai	Spalio 2 d. 18 val.	Registracija nevykdoma	Skirtas Nacionalinei vyresnio amžiaus žmonių savaitei paminėti
Šokių vakaras vyresnio amžiaus žmonėms „Sidabro vakaras“	Biržų kultūros centras	Spalio 8 d. 18 val.	Registracija nevykdoma	Pramoginis, rekreacinis renginys
Druskininkų sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Edukacija „Formos gimimas: nuo idėjos iki skulptūros“	Žako Lipšico muziejus, Šv. Jokūbo g. 17, Druskininkai	Spalio 3 d., 12 val.	Registracija vykdoma nuo rugsėjo 23 iki spalio 2 d.,	Edukacijos metu senjorai susipažins su Jacques'o Lipchitzo kūryba ir skulptūros gimimo procesu – nuo pirmojo eskizo iki trimatės formos. Įkvėpti muziejaus ekspozicijos, dalyviai kurs eskizus, lipdys

			naudojant registracijos formą, el. paštą ieva.bernotaite@jmuseum.com arba tel. nr. +370 618 60726.	savo skulptūrėles iš modelino ir pristatys sukurtus darbus. Trukmė – iki 1 val. Organizatorius: Žako Lipšico muziejus Vedėjas: muziejininkė-educatorė Indrė Svirskaitė
Ekskursija	Žako Lipšico muziejus, Šv. Jokūbo g. 17, Druskininkai	Spalio 4 d., 12 val.	Registracija vykdoma nuo rugsėjo 23 iki spalio 3 d., naudojant registracijos formą, el. paštą ieva.bernotaite@jmuseum.com arba tel. nr. +370 618 60726.	Ekskursijos metu senjorai susipažins su Žako Lipšico gyvenimo istorija, kūrybos raida ir ryšiu su gimtaisiais Druskininkais. Taip pat bus pristatyta laikinoji paroda „Jacques Lipchitz. Skulptūros–piligrimai“, kurioje pirmą kartą Lietuvoje eksponuojami Valensijos moderniojo meno instituto (IVAM) kolekcijos kūriniai. Trukmė – iki 1 val. Organizatorius: Žako Lipšico muziejus Vedėjas: muziejininkė-educatorė Roma Žiogelienė
Filmo apie Žaką Lipšicą peržiūra	Žako Lipšico muziejus, Šv. Jokūbo g. 17, Druskininkai	Spalio 7 d., 16 val.	Registracija vykdoma nuo rugsėjo 25 iki spalio 7 d., naudojant registracijos formą, el. paštą ieva.bernotaite@jmuseum.com arba tel. nr. +370 618 60726.	Filmo peržiūros metu senjorai susipažins su Žako Lipšico gyvenimo ir kūrybos keliu – nuo gimtųjų Druskininkų iki Paryžiaus, Niujorko ir Italijos. Archyvinėje juostoje atsiskleidžia pats menininkas, jo asmenybė, kūrybinis procesas ir monumentalios skulptūros, pelniusios jam vietą pasaulinėje meno istorijoje. Trukmė – 1 val. Organizatorius: Žako Lipšico muziejus
Kūrybinės dirbtuvės „Kvepiantys prisiminimai“	Druskininkų savivaldybės viešoji biblioteka (V. Kudirkos g. 13, Druskininkai)	Spalio 1 d. 16 val.	Registracija nereikalinga	Kūrybinių dirbtuvių metu dalyviai kurs unikalius kvapų maišelius -rankų darbo dovanėles sau arba artimiesiems. Organizatorius: Druskininkų savivaldybės viešoji biblioteka

Šiaurietiškojo ėjimo žygiai	K. Dineikos sveikatingumo parkas (Sausoji g. 1, Druskininkai)	Spalio 1, 8 d. 17.30 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Rytmečio mankštos	Druskininkų socialinių paslaugų centro salė (Veisiejų g. 17, Druskininkai)	Spalio 1, 2, 5, 7 d. 9 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Akcija „Paskambink savo senjorui“	Visa Lietuva	Spalio 1 – 8 d.	Registracija nereikalinga	Akcija kviečia pačius senjorus, jų artimuosius, kaimynus ir pažįstamus kreiptis į VŠĮ „Benevita“ ir perduoti senjoro kontaktus, kuriam trūksta bendravimo, dėmesio ar pagalbos. Senjorui sutikus, VŠĮ „Benevita“ susisieks su senjoru telefonu, o po pokalbio, pagal poreikį ir galimybes, galės suplanuoti apsilankymą namuose. Kontaktus galima pateikti telefonu +370 693 99350 arba el. paštu globa@benevita.lt Organizatorius – VŠĮ "Benevita"
Mitybos užsiėmimas „Sveiki pusryčiai“	Druskininkų savivaldybės Socialinių paslaugų centras (Veisiejų g. 17, Druskininkai)	Spalio 2 d. 10 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų savivaldybės Socialinių paslaugų centras
Z. Valeikienės poezijos knygos „Kitas pasaulis“ pristatymas	Druskininkų savivaldybės viešosios bibliotekos Leipalingio padalinys (Alėjos g. 30, Leipalingis, Druskininkų savivaldybė)	Spalio 2 d. 15 val.	Registracija nereikalinga	Renginio metu autorė dalinsis savo išpažintine poezija, atveriančia duris į žmogaus, susidūrusio su negalia, kasdienybę, vidinius išgyvenimus ir dvasinę stiprybę. Organizatorius: Druskininkų savivaldybės viešosios bibliotekos Leipalingio padalinys
Akcija „Surenkite savo renginį pas Druskenius nemokamai!“	Kūrybos namai „Druskos studija“ (Smiltynų g. 9, Druskininkai)	Spalio 3,10,17,24,31 d. (šeštadieniais)	Reikalinga registracija tel.: +370 686 45528 el. p. info@druskosstudija.lt	Nemokamas erdvės suteikimas. Organizatorius: Kūrybos namai „Druskos studija“

Teatralizuota ekskursija po Leipalingio dvarą "Šimtmečių istoriją slepiančios erdvės"	Leipalingio progimnazijos A. Volungevičiaus vardo kraštotyros muziejus (Alėjos g.30, Leipalingis, Druskininkų savivaldybė)	Spalio 3 d. 13.30 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Leipalingio dvaras
Trečiojo amžiaus universiteto Piklbolo užsiėmimas	K. Dineikos sveikatingumo parkas (Sausoji g. 1, Druskininkai)	Spalio 5, 12, 19, 26 d. 9-10 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Trečiojo amžiaus universiteto sporto fakulteto nariai
„Literatūrinė popietė“	Druskininkų „Atgimimo“ mokyklos biblioteka (M. K. Čiurlionio g. 92, Druskininkai)	Spalio 6 d., 15 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 602 40824	Organizatorius: Druskininkų „Atgimimo“ mokykla
Pažintis su ekspozicija, kurorto istorija ir edukacinė programa „Sūrūs atradimai“	Kūrybos namai „Druskos studija“ (Smiltynų g. 9, Druskininkai)	Spalio 6 d. 10-11.30 val.	Reikalinga registracija tel. +370 686 70024	Organizatorius: Druskininkų švietimo centras
Skaitmeninio raštingumo mokymai „Kibernetinė higiena. Telefoninių sukčių gudrybės ir kaip nuo jų apsiginti“	Druskininkų savivaldybės viešoji biblioteka (V. Kudirkos g. 13, Druskininkai)	Spalio 6 d. 12 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų savivaldybės viešoji biblioteka
Popietė „Auksinio rudens pašnekesiai“	Druskininkų savivaldybės viešosios bibliotekos Viečiūnų padalinys (Jaunystės g. 6A, Viečiūnai, Druskininkų sav.)	Spalio 6 d. 16 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų savivaldybės viešosios bibliotekos Viečiūnų padalinys
Sveikatinimo mankšta gryname ore	K. Dineikos sveikatingumo parkas (Sausoji g. 1, Druskininkai)	Spalio 6, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 17, 20, 21, 22, 24, 27, 28, 29 d. 9-10 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų švietimo centras
Paskaita „Nuomoju būstą, prekiauju: ką svarbu žinoti? Individuali	Kauno apskrities valstybinės mokesčių inspekcijos	Spalio 7; 14; 21; 28. 14-16 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Kauno apskrities valstybinės mokesčių inspekcijos Druskininkų poskyris

veikla ir jos vykdymo formos (veikla įsigijus verslo liudijimą ir pagal pažymą), apmokestinimas, pajamų deklaravimas ir kiti aktualūs mokesčių klausimai gyventojams.“	Druskininkų poskyris (Neravų g. 8, Druskininkai)			
Akcija „Treniruoklių salė nemokamai“	Druskininkų sporto centras (M. K. Čiurlionio g. 97-2, Druskininkai)	Spalio 7, 14, 21, 28 d. 10-11 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų sporto centras
Paskaita „Emocijų bangos ir jausmų galia“ su prof. Egidija Laumenskaite, „Dvasinio ugdymo ir meditacijos centro“ įkūrėja	Druskininkų švietimo centras (M.K. Čiurlionio g. 80, Druskininkai)	Spalio 8 d. 14 -15.30 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų švietimo centras
Trečiojo amžiaus universiteto Petankės užsiėmimas	K. Dineikos sveikatingumo parkas (Sausoji g. 1, Druskininkai)	Spalio 8, 15, 22, 29 d. 10-11 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Trečiojo amžiaus universiteto, sporto fakulteto nariai
Paskaita „Paveldėjimas: nuo sprendimų šiandien iki turto rytoj“ su notare G. Zaleckaite - Žeromskiene	Druskininkų viešoji biblioteka (V. Kudirkos g. 13, Druskininkai)	Spalio 15 d. 14 -15.30 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų švietimo centras
Edukacinė- degustacinė paskaita „Ką gi valgė Čiurlioniai?“	Kūrybos namai „Druskos studija“ (Smiltynų g. 9, Druskininkai)	Spalio 17 d. 16 val.	Reikalinga registracija tel. +370 686 45528 el. p. info@druskosstudija.lt	Edukacija -15 Eur. Organizatorius: Kūrybos namai „Druskos studija“

Ekskursija po naują viešbutį "Snow hotel Druskininkai" ir "Snow areną"	Snow arenos kompleksas, (Nemuno kel. 2, Lipiūnų k., Druskininkų sav.)	Spalio 21 d. 12 val.	Registracija iki spalio 20 d. tel. +370 697 08118 el.p.airinga@akva park.lt	Organizatorius: Druskininkų Aqua parkas
Muilinių plaušinių gaminimo edukacija "Spalvoti vilnos debesėliai"	Leipalingio progimnazijos A. Volungevičiaus vardo kraštotyros muziejus (Alėjos g.30, Leipalingis, Druskininkų sav.)	Spalio 24 d. 12.30-13.30 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Leipalingio dvaras
Paskaita „JAV valstijų susikūrimas“ su istorike dr. Vida Kniūraite	V. K. Jonyno dailės galerija, (Turistų g. 9, Druskininkai)	Spalio 28 d., 13 -14.30 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų švietimo centras
Paskaita „Kaip išgyventi permainų laikų“ su psichologu Zenonu Streikumi	V. K. Jonyno dailės galerija, (Turistų g. 9, Druskininkai)	Spalio 29 d., 14 -15.30 val.	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Druskininkų švietimo centras
Atviros dienos kūrybos namuose „Druskos studija“.	Kūrybos namai „Druskos studija“ (Smiltynų g. 9, Druskininkai)	Visą spalio mėnesį	Registracija nereikalinga	Organizatorius: Kūrybos namai „Druskos studija“
20 proc. nuolaida picoms,kava – 1,5 Eur, desertas – 3,50 Eur	Kavinė "The House" (M. K. Čiurlionio g. 61, Druskininkai)	Visą spalio mėnesį	Registracija nereikalinga	Organizatorius: UAB „Delvira“ The House
Akcija „Ruduo – puikus metas sulėtinti tempą ir pasilepinti poilsio malonumais!“	„Mineral Spa Draugystė“ (V. Krėvės 28, Druskininkai)	Visą spalio mėnesį	Reikalinga registracija tel. +370 313 60606; el. p. mineralspa@draugyste.lt	15 % nuolaida visoms sveikatinimo programoms Organizatorius: UAB "Draugystės sanatorija“
Akcija „Ruduo – puikus metas sulėtinti tempą ir	Viešbutis „Violeta“ (Kurorto g. 4, Druskininkai)	Visą spalio mėnesį	Reikalinga registracija	15 % nuolaida visoms sveikatinimo programoms Organizatorius: UAB "Draugystės sanatorija“

pasilepinti poilsio malonumais!“			tel.+370 313 60600; el. p. info@violeta.lt	
Akcija „Kaulų tankio tyrimas 30 Eur“	UPA Medical SPA (Sveikatos g. 36, Druskininkai)	Visą spalio mėnesį	Registracija nereikalinga	Kaulo tankio tyrimas - 30 Eur. Organizatorius: UAB Medical SPA
Akcija „Baseinas su pirtimis 20 Eur“	UPA Medical SPA (Sveikatos g. 36, Druskininkai)	Visą spalio mėnesį nuo sekmadienio iki ketvirtadienio	Registracija nereikalinga	Baseinas su pirtimis - 20 Eur. Organizatorius: UAB Medical SPA
Elektrėnų sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Poezijos vakaras „Eilėmis prakalbintos nuotraukos“	Elektrėnų savivaldybės viešoji biblioteka, Draugystės g. 2, Elektrėnai	Spalio 1 d. 17.30 val.	-	Poezijos vakaras „Eilėmis prakalbintos nuotraukos“ – susitikimas, kuriame susijungs fotografija ir poezija. Ekrane rodomos nuotraukos taps eilėraščių įkvėpimo šaltiniu, o žodžiai padės naujai pažvelgti į užfiksuotas akimirkas, jų nuotaikas ir emocijas. Vakaro metu bus pristatomi poezijos rinkiniai-fotoalbumai.
Algirdo Dabulevičiaus knygos pristatymas	Elektrėnų savivaldybės viešoji biblioteka, Draugystės g. 2, Elektrėnai	Spalio 2 d. 16.30 val.	-	Susitikimas su elektrėniečiu Algirdu Dabulevičiumi. Garbaus amžiaus autorius įrodo, kad kūrybai ir svajonėms nėra amžiaus ribų – nepaisydamas metų, jis ryžosi rašyti ir išleisti savo knygą. Renginio metu autorius pasidalins knygos atsiradimo istorija, mintimis ir gyvenimo patirtimi.
Literatūrinė popietė „Eiliuotas ruduo“	Jagėlonių biblioteka Vytauto 11, Jagėlonys, Elektrėnų sav.	Spalio 6 d. 14.00 val.	-	-
Popietė „Pokalbiai prie arbatos“	Kazokiškių biblioteka Mokyklos g. 1, Kazokiškių k., Elektrėnų sav.	Spalio 1d. 12.00 val.		-
Popietė „Mūsų jaunystės melodijos“	Pylimų biblioteka Liepų g. 5, Pylimų k., Elektrėnų sav.	Spalio 1 d. 12.00 val.		-

Edukacija „Gėlių magija“	Beičionių biblioteka Bažnyčios g. 3, Beičionys, Elektrėnų sav.	Spalio 9 d. 12.00 val.		Bendradarbiaujant su Lietuvos Raudonuoju Kryžiumi bus vykdoma gėlių gaminių edukacija.
„Iš kartos į kartą – šokio ir tautinio kostiumo tradicijos“	Trakų g. 7, Vievis, Elektrėnų sav.	Spalio 5 d. 18.00 val.		Svečiuose liaudies šokių kolektyvas „Verpstė“
Kęstučio Vagnerio knygos „Karo savanorio dienoraštis“ pristatymas	Trakų g. 7, Vievis, Elektrėnų sav.	Spalio 7 d. 17.00 val.		Knyga susijusi su patirtimis Ukrainoje – K. Vagneris ne kartą vyko į Ukrainą su humanitarine pagalba, bendravo su ten gyvenančiais žmonėmis ir aprašė tai, ką pats matė karo metu.
Šokių studija Elektrėnų TAU	Elektrėnų kultūros centras, Draugystės g. 2, Elektrėnai	Spalio 5 d. 12 val.	-	Linijiniai šokiai, skirti Elektrėnų savivaldybės senjorams. Organizatoriai: Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Elektrėnų TAU (Trečiojo amžiaus universitetas).
„Sveikas, auksinis ruduo“	Elektrėnų viešosios bibliotekos salė, Draugystės g. 2, Elektrėnai	Spalio 8 d. 14 val.	-	Susitikimas, skirtas Elektrėnų savivaldybės senjorams, kurį organizuoja Elektrėnų švietimo paslaugų centras, Elektrėnų TAU (Trečiojo amžiaus universitetas). Renginio tikslas – susipažinti su naujais nariais, pabendrauti, aktyviai pajudėti, aptarti bendras pusmečio veiklas. Renginys bus viešinamas socialiniuose tinkluose – FB „Elektrėnų TAU“.
Vakaras/koncertas	Elektrėnų kultūros centras Draugystės g. 2, Elektrėnai	2026m. rugsėjo 25 d. 13:00* *Laikas preliminarus, bus patikslintas artėjant renginio dienai	-	Nemokamas renginys senjorams – vakaras/koncertas su Sauliumi Bareikiu ir Jokūbu Bareikiu, Elektrėnų kultūros centro salėje
Vakaras/koncertas	Viečio kultūros centras Trakų g. 7, Vievis	2026 m. spalio 6 d. 18:00	-	Nemokamas renginys senjorams - vakaras/koncertas su Kristina Kazlauskaite ir Sauliumi Bareikiu
Mokslo metų pradžios renginys	Elektrėnų savivaldybės viešoji biblioteka Draugystės g. 2, Elektrėnai	2026 m. spalio 8 d. 14:00	-	Planuojamas Elektrėnų trečiojo amžiaus universiteto mokslo metų pradžios renginys.

Specialūs senjorų mėnesio kavos pasiūlymai	VERO CAFE Sabališkių gatvė 1u, Elektrėnai	Visą spalio mėnesį, kiekvieną pirmadienį-trečiadienį iki 11 val.	-	Visą spalio mėnesį, kiekvieną pirmadienį-trečiadienį iki 11 val. kviečiame senjorus kavos į VERO CAFE. Specialūs kavos pasiūlymai tik senjorams: • Espresso - 1,20 € • Amerikietiška kava - 1,70 € • Kapučinas - 2,20 €
Specialūs pasiūlymai senjorams kavinėse	Įvairios vietos	2026 m. rugsėjo 30 d. – 2026 d. spalio 8 d.	-	Vyresnio amžiaus žmonių savaitės metu specialūs Elektrėnų kavinių pasiūlymai – išsamesnė informacija bus skelbiama Elektrėnų savivaldybės tinklapyje https://www.elektrenai.lt/ bei socialiniame tinkle Facebook Elektrėnų savivaldybės paskyroje https://www.facebook.com/ElektrenuSavivaldybe/
Elektrėnų profesinio mokymo centro sveikatingumo veiklos	Elektrėnų profesinio mokymo centras Rungos g. 18, Elektrėnai	2026 m. rugsėjo 30 d. – 2026 d. spalio 8 d.	Registracija bus vykdoma Elektrėnų profesinio mokymo centre – Rungos g. 18, Elektrėnai (registracijos datos ir laikai bus patikslinti artėjant vyresnio amžiaus žmonių savaitei)	Vyresnio amžiaus žmonių savaitės metu organizuojamos įvairios sveikatingumo veiklos senjorams - išsamesnė informacija bus skelbiama Elektrėnų profesinio mokymo centro svetainėje https://www.epmc.lt/ bei Elektrėnų savivaldybės tinklapyje https://www.elektrenai.lt/ ir socialiniame tinkle Facebook Elektrėnų savivaldybės paskyroje https://www.facebook.com/ElektrenuSavivaldybe/
Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro veiklos	Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras Taikos g. 6B, Elektrėnai	2026 m. rugsėjo 30 d. – 2026 d. spalio 8 d.	Registracija bus vykdoma Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biure – Taikos g. 6B, Elektrėnai (registracijos datos ir laikai bus patikslinti artėjant vyresnio amžiaus žmonių savaitei)	Vyresnio amžiaus žmonių savaitės metu organizuojamos įvairios sveikatingumo veiklos senjorams - išsamesnė informacija bus skelbiama Elektrėnų visuomenės sveikatos biuro svetainėje https://www.elektrenuvsb.lt/ bei Elektrėnų savivaldybės tinklapyje https://www.elektrenai.lt/ ir socialiniame tinkle Facebook Elektrėnų savivaldybės paskyroje https://www.facebook.com/ElektrenuSavivaldybe/

			datos ir laikai bus patikslinti artėjant vyresnio amžiaus žmonių savaitei)	ir Elektrėnų visuomenės sveikatos biuro paskyroje https://www.facebook.com/Elkvsb
Kristinos Kazlauskaitės ir Sauliaus Bareikio koncertas	Vievio kultūros centras (Trakų g. 7, Vievis)	Spalio 6 d. 18 val.	-	
Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos paminėjimas: Lapams krintant, neliūdėk!	Elektrėnai, Draugystės 2	Spalio 7 d. 12 val.	Skelbimas spaudoje ir e paštu, telefonu	LPS „Bočiai“ Elektrėnų bendrija
Ignalinos r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Medijų ir informacinio raštingumo užduočių labirintas	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Dūkšto filialas, Laisvės g. 25, Dūkštas, Ignalinos r.	Spalio 1 d. 14.00 val.	-	-
Popietė „Kartu linksmiau“	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Kazitiškio filialas, Parko g. 7, Kazitiškio k., Ignalinos r.	Spalio 1 d. 14.00 val.	-	-
„Sveikas maistas ir kūrybiškumas“. Lektorius Alfas Ivanauskas	Ignalinos rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Atgimimo g. 20, Ignalina	Spalio 1 d. Valanda bus skelbiama likus 1 savaitei iki renginio pradžios www.ignalinosvb.lt	-	Veikla organizuojama įgyvendinant projektą „Miestelio balsai: patirti, dalintis, galioti ir veikti“. Projektą bendrai finansuoja Europos Sąjunga
Antano Karmono knygos „Lietuvos valstybės ištakų lopšys“ pristatymas	Ignalinos rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Atgimimo g. 20, Ignalina	Spalio 2 d. Valanda bus skelbiama likus 1 savaitei iki renginio pradžios www.ignalinosvb.lt	-	-

Pokalbiai, žaidimai „Trys daiktai iš praeities“	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Gilūtų filialas, Liepų g. 3, Gilūtų k., Ignalinos r.	Spalio 3 d. 13 val.	-	Senjorams skirtas susitikimas Gilūtų filialo skaitytojų klube „Puslapis“. Renginio dalyvių prašoma atsinešti po tris daiktus, kurie yra svarbūs, kelia sentimentus ar primena mielus praeities įvykius. Susitikimo metu dalyviai kviečiami pristatyti atsineštus daiktus ir papasakoti su jais susijusias istorijas.
Popietė „Spalvingas gyvenimo ruduo“	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Grybėnų filialas,	Spalio 3 d. 14 val.	-	-
Sveikatingumo veiklos Ignalinos baseine	Vasario 16-osios g. 35, Ignalina	Spalio 5 d. Valanda bus skelbiama likus 2 savaitėms iki renginio pradžios www.ignalinosvb.lt	Vietų skaičius ribotas, todėl būtina registracija: tel. 067 243 087 Registracija baigiama kai surenkamas numatytas dalyvių skaičius.	Veiklos organizuojamos įgyvendinant projektą „Miestelio balsai: patirti, dalintis, galioti ir veikti“. Projektą bendrai finansuoja Europos Sąjunga
Edukacinė programa „Pasakojimas apie stebuklingą teptuką“	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Rimšės filialas, Mokyklos g. 6, Rimšės k., Ignalinos r.	Spalio 6 d. 13 val.	-	-
Medijų ir informacinio raštingumo mokymai „Pažink medijas su Klaudija“	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Ceikinių filialas, Bažnyčios g. 14, Ceikinių k., Ignalinos r.	Spalio 7 d. 11 val.	-	-
Stalo žaidimų popietė	Ignalinos rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Atgimimo g. 20, Ignalina	Spalio 7 d., Valanda bus skelbiama likus 1 savaitei iki renginio pradžios www.ignalinosvb.lt	-	Veikla organizuojama įgyvendinant projektą „Miestelio balsai: patirti, dalintis, galioti ir veikti“. Projektą bendrai finansuoja Europos Sąjunga

Medijų ir informacinio raštingumo mokymai. Tema „Dirbtinis intelektas“	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Šiūlėnų filialas, Didžioji g. 11, Šiūlėnų k., Ignalinos r.	Spalio 7 d. 15 val.	-	-
Mezgimo edukacija „Vilnoniai vakarai“	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Mielagėnų filialas, Mokyklos g. 7, Mielagėnų k., Ignalinos r.	Spalio 8 d. 14 val.	-	-
Medijų ir informacinio raštingumo mokymai.	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Dietkauščiznos filialas, Saulėtekio g. 5, Dietkauščiznos k. Ignalinos r.	Spalio 8 d. 14 val.	-	-
Poezijos ir muzikos popietė „Amžina – laikina“	Ignalinos rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Vidiškių filialas, Ignalinos g. 1A, Vidiškių k., Ignalinos r.	Tiksli data ir valanda bus skelbiamos likus 2 savaitėms iki renginio www.ignalinosvb.lt	-	Savo eiles skaitys poetas Algis Jakštas, muzikinę atmosferą kurs saksofonininkas Stasys Montrimas.
Senjorai be stabdžių! “Amžius - galvoje. O kojos dar nežino”	Gears oras: Vasario 16-osios g., Ignalina. Blogas oras: Ligoninės g. 13, Ignalina	Spalio 1 d., 10 val.		Šokis pagal mano jaunystę 60-90-ųjų. hitai. Močiutės olimpiada. Atspėk dainą iš 3 sekundžių.
Jonavos r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Bibliotekos senjorų klubo „Polėkis“ rankdarbių paroda „Kūryba, kuria džiaugiamės“	Jonavos rajono savivaldybės Grigorijaus Kanovičiaus viešosios bibliotekos Skaitykla, Žeimių g. 9, Jonava	Rugsėjo 30–spalio 16 d.	-	Parodoje eksponuojami senjorų rankdarbiai, atlikti įvairia technika
Tradicinė senjorų pomėgių mugė „Gyvenimas kupinas polėkio“	Jonavos rajono savivaldybės Grigorijaus Kanovičiaus viešosios bibliotekos Skaitykla, Žeimių g. 9, Jonava	Spalio 1 d., 12 val.	-	Renginio metu senjorai pristatys pačius įvairiausius savo pomėgius: dainas, asmeninę kūrybą, pasakojimus, įvairius rankdarbius, kolekcijas ir kt.

Literatūrinė-muzikinė popietė „Nesakyk, kad ruduo ...“	Jonavos rajono savivaldybės Grigorijaus Kanovičiaus viešosios bibliotekos Kulvos filialas Tarybų g. 2, Kulva, Jonavos r.	Spalio 2 d. 14.00 val.	-	Renginyje muzikuos ir eiles skaitys Rūtos Jaščiukienės ir Lino Budreckio muzikinis duetas „Mudu abudu“.
Kūrybinės atvirukų gaminimo dirbtuvės	Jonavos rajono savivaldybės Grigorijaus Kanovičiaus viešosios bibliotekos Informacijos ir mokymų erdvė, Žeimių g. 9, Jonava	Spalio 7 d., 12 val.	Registracija info@jonbiblioteka.lt iki spalio 6 d. vieta skaičius ribotas	Dirbtuvių metu, pasitelkiant meninę veiklą, dalyviai kurs asmeninius rankų darbo atvirukus.
Rytmetis – senjorų susitikimas „Paveldas telpantis stiklainyje: jūsų šeimos receptas“	Jonavos rajono savivaldybės Grigorijaus Kanovičiaus viešosios bibliotekos Užusalių filialas Saulės g. 9A, Užusaliai, Jonavos r.	Spalio 7 d. 10 val.	-	Pavasarij bibliotekoje senjorai dalijosi sėklomis ir sodinukais. Dabar, rudenį, kviesime pasidalinti šeimos konservavimo receptais, perduodamais iš kartos į kartą. Kiekvienas receptas pasakoja ne tik apie maistą, bet ir apie žmones, šeimos tradicijas, kasdienį gyvenimą ir išlieka vertinga mūsų kultūros paveldo dalimi.

Joniškio r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Terapiniai skaitymai	„Santaros“ senelių globos namai (Livonijos g. 30, Joniškis)	Spalio 6 d. 10 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Individualios konsultacijos „Mobilus telefonas: saugiai ir išmaniai“	Viešosios bibliotekos Interneto skaitykla (Vilniaus g. 3, Joniškis)	Spalio 5-8 d. 10-11 val.	Registracija telefonu +370 426 60088 iki 10.02	Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Kūrybinis užsiėmimas „Rudeninė puokštė“	Bariūnų filialas (Parko g. 7, Bariūnų k., Joniškio r.)	Spalio 1 d. 10 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Vakaronė „Pasveikinkime senolius“	Daunoravos bendruomenės salė (Senoji g. 6, Daunoriškės k., Joniškio r.)	Spalio 9 d. 18 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Kūrybinis užsiėmimas „Rožės iš klevo lapų“	Gaižaičių filialas (Vilties g. 9, Gaižaičių k., Joniškio r.)	Spalio 1 d. 13 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka

Edukacija „Senjorų diena“	Gataučių filialas (Mokyklos g. 5, Gataučių k., Joniškio r.)	Spalio 6 d. 17 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Terapiniai skaitymai „Prisiminimų beieškant“	Jurdaičių filialas (Dvaro g. 25, Jurdaičių k., Joniškio r.)	Spalio 6 d. 15 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Protų mūšis „Protmūšis senjorams ir ne tik“	Kepalių filialas (Saulės g. 27, Kepalių k., Joniškio r.)	Spalio 8 d. 17 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Popietė „Prisiminimų glėbyje“	Kirnaičių filialas (Audruvės g. 4, Kirnaičių k., LT-84198 Joniškio r.)	Spalio 8 d. 14 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Susitikimas „Kvepiantis ir lėtai tekantis laikas su knyga“	Kriukų filialas (Dariaus ir Girėno g. 5, Kriukai, Joniškio r.)	Spalio 6 d. 10 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Popietė „Iš spalvingos derliaus kraitės“	Linkaičių filialas (Beržų g. 7, Linkaičių k., Joniškio r.)	Spalio 1 d. 15 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
„Popietė su nepatogia dokumentika“	Plikiškių filialas (Šilelių g. 2, Plikiškių k., Joniškio r.)	Spalio 7 d. 13 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Popietė „Atspėk knygą iš užuominų“	Rudiškių filialas (Senoji g. 34, Rudiškių k., Joniškio r.)	Spalio 6 d. 14 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Nuotraukų paroda „Prisiminimai, sugrįžtantys nuotraukose“	Satkūnų filialas (Sidabros g. 9, Satkūnų k., Joniškio r.)	Spalio 1-10 d.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Popietė „Prisiminimai apie vasarą prie žolynų arbatos“	Skaistgirio filialas (Aušros g. 13, Skaistgirys, Joniškio r.)	Spalio 8 d. 14 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Popietė „Prisiminimų popietė“	Stungių filialas (Sodų g. 42, Stungių k., Joniškio r.)	Spalio 2 d. 14 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Mokymai „Pokalbių robotas – pagalbininkas visais klausimais“	Stupurų filialas (Alyvų g. 2, Stupurų k., Joniškio r.)	Spalio 6 d. 14 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka
Pokalbių popietė „Kava, arbata ir gyvenimo istorijos“	Žagarės filialas (Miesto a. 39 Žagarė, Joniškio r.)	Spalio 7 d. 14 val.		Joniškio rajono Jono Avyžiaus viešoji biblioteka

Jesepho Achronos muzikos festivalis	Raudonoji sinagoga (Miesto a. 4B, Joniškis)	Spalio 2 d. 18 val.		Joniškio istorijos ir kultūros muziejus
„Šaškių ir šachmatų diena“	„Proto bokštas“ patalpose. (Livonijos g. 21, Joniškis)	Spalio 6 d. 11 val.		Joniškio sporto centras
"Rytinė senjorų mankšta"	Joniškio kultūros centro lauko estrada, (Žemaitės g. 14, Joniškis)	Spalio 1 d. ir 8 d. 9 val.		Joniškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
„Proto mūšis senjorams“	Joniškio r. švietimo centro patalpose (Miesto a. 14-2, Joniškis)	Spalio 6 d. 15 val.		Joniškio rajono švietimo centras
Tapybos užsiėmimas	Joniškio r. švietimo centro patalpose (Miesto a. 14-2, Joniškis)	Spalio 5 d. 10 val.		Joniškio rajono švietimo centras

Jurbarko r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
„Prisiminimų lagaminas“ – jauki popietė	Grupinio gyvenimo namai (Vasaros g. 1)	Spalio mėn. (data tikslinama)	Registracija nereikalinga	Renginys skirtas Vyresnio amžiaus asmenų savaitei paminėti. Kviečiame į jaukų susitikimą kartu su Eržvilko senelių namų gyventojais, kur prie arbatos puodelio dalysimės prisiminimais, gyvenimo istorijomis ir šiltais pokalbiais. Dalyviai kviečiami atsinešti seną nuotrauką ar kitą brangų prisiminimą, kuris paskatintų bendravimą. Šis susitikimas – puiki proga stiprinti bendrystę, kurti nuoširdų ryšį ir prasmingai praleisti laiką kartu.
Pagal ukrainiečių rašytojo Ivano Franko pasaką Spektaklis „Dažytas lapinas“	Nakvynės namai, Barkūnų g. 8A, Jurbarkas	Spalio 2 d., 13 val.	tel. +37060569114	Nuotaikingą spektaklį lietuvių kalba pristato Jurbarke gyvenantys ukrainiečių vaikai. Režisierius - Kyrylo Kremenchuk. idėjos autorė - Gana Ramanyut. Kostiumų kūrėja - Liudmila Hloba. Spektaklis pasakoja apie gudrų lapiną, netikėtai pakeitusį savo išvaizdą ir bandantį tuo pasinaudoti.
Gitanos Kačiukienės knygos „Aš esu„ pristatymas.	Jurbarko r. Seredžius J. Marcinkevičiaus g. 5 Seredžiaus senelių globos namai	Spalio 1 d., 10 val.	-	Seredžiaus senelių globos namai

Edukacija „Rudens spalvos“.	Jurbarko r. Seredžius J. Marcinkevičiaus g. 1 Seredžiaus Stasio Šimkaus mokykla-daugiafunkcis centras	Spalio 2 d. 10 val.	-	Vilnos vėlimas ant muilo. Edukacija organizuoja Seredžiaus senelių globos namų gyventojai ir darbuotojai daugiafunkciniame centre miestelio bendruomenei.
Atvirų durų dienos Seredžiaus senelių globos namuose.	Jurbarko r. Seredžius J. Marcinkevičiaus g. 5 Seredžiaus senelių globos namai	Spalio 5 d.	-	Seredžiaus senelių globos namai
Koncertas skirtas pagyvenusių žmonių dienai paminėti.	Jurbarko r. Seredžius J. Marcinkevičiaus g. 5 Seredžiaus senelių globos namai	Spalio 7 d. 10:30 val.	-	Organizatoriai Seredžiaus senelių globos namai. Atvyksta koncertuoti Šeduvos globos namų užimtumo specialistė Gvida Skromanienė.
Muzikinė ir kūrybinė popietė.	Jurbarko r. Veliuona Dariaus ir Girėno g. 1 Veliunos kultūros centras.	Spalio 8 d. 14:30 val.	-	Veliunos kultūros centre vyks susitikimas su tautodailininke Birute Arbušauskiene ir dainuojamosios poezijos atlikėju Eugenijum Arbušausku. Susitikimo metu bus galima apžiūrėti Seredžiaus senelių globos namų gyventojų deimantinių dėlionių ir grotažo technikomis sukurtus paveikslus.
Spektaklis „Dobilėlis penkialapis“	Eržvilko kultūros centras, Tauragės g. 1A, Eržvilko mstl.	Spalio 1 d., 19 val.	-	Organizatorius – Eržvilko kultūros centras Renginys nemokamas
Paskaita „Gyvenkime sveikiau“	Šimkaičių bendruomenės namai, Liepų g. 11, Šimkaičių mstl.	Spalio 1 d., 18 val.	-	Organizatorius – Eržvilko kultūros centro Šimkaičių skyrius Renginys nemokamas
Edukacinė paskaita-degustacija „Natūralios energijos šaltinis“	Jurbarko kultūros centras, Dariaus ir Girėno g. 94, Jurbarkas	Spalio 1 d., laikas derinamas, bus skelbiamas www.jurbarko-kc.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Registracija vykdoma iki rugsėjo 25 d. (imtinai), tel. +370 606 82 530	Organizatorius – Jurbarko kultūros centras Paskaita apie daigintus žalumynus ir gyvą naminę girą. Mikroelementų ir gerųjų bakterijų naudą žarnyno mikrobiotai, vyks degustacija. Renginio trukmė ~2,5 val. Renginys nemokamas
Edukacinis aromaterapijos	Jurbarko kultūros centras, Dariaus ir Girėno g. 94, Jurbarkas	Spalio 2 d., laikas derinamas, bus skelbiamas	Registracija vykdoma iki rugsėjo 25 d.	Organizatorius – Jurbarko kultūros centras

užsiėmimas „Geras miegas ir imunitetas“		www.jurbarko-kc.lt likus savaitei iki renginio pradžios	(imtinai), tel. +370 606 82 530	Dalyviai susipažins su aromaterapiniais aliejais, jų teikiama nauda kūnui. Išmoks atpalaiduojančios kvėpavimo technikos, pasigamins aliejų mišinių Renginio trukmė ~2 val. Renginys nemokamas
Romansų vakaras „Tu man sakei, kad ateisi“	Jurbarko kultūros centras, Dariaus ir Girėno g. 94, Jurbarkas	Spalio 3 d., laikas derinamas, bus skelbiama www.jurbarko-kc.lt likus savaitei iki renginio pradžios	-	Organizatorius – Jurbarko kultūros centras Renginio trukmė ~2 val. Renginys nemokamas
Pagyvenusių žmonių dienos paminėjimo popietė	Klausučių kultūros centras, A. Daugėlos g. 2, Klausučių k., Seredžiaus sen.	Rugsėjo 30 d., 16 val.	-	Organizatorius – Klausučių kultūros centras Renginys nemokamas
Koncertas, skirtas Smalininkų senjorų namų gyventojams	VšĮ „Smalininkų senjorų namai“, Nemuno g. 51, Smalininkai	Spalio 1 d., 10 val.	-	Organizatorius – Mažosios Lietuvos Jurbarko krašto kultūros centras Renginys nemokamas
XV respublikinis liaudiškos muzikos festivalis "Skambėk, Raudone, muzikoje!", skirtas Nemuno metams ir Pagyvenusių žmonių dienai	Raudonės pilis, Pilies g. 1, Raudonė	Spalio 4 d., 13 val.	-	Organizatorius – Veliuonos kultūros centras Renginys nemokamas
Šokio spektaklis „Sofija. Genijaus šešėlyje“	Jurbarko kultūros centras Dariaus ir Girėno g. 64, Jurbarkas	Spalio 7 d., trečiadienis 18 val.	Būtina registracija Registracija vykdoma el. paštu vadyba@ansamblis-lietuva.lt iki 2026.09.29 (vietų skaičius ribotas)	Šokio spektaklis „Sofija. Genijaus šešėlyje“
Edukacinis renginys. Susitikimas su	Veliuonos kultūros centras, Dariaus ir Girėno g. 1, Veliuona	Spalio 8 d., 14.30 val.	-	Organizatorius – Veliuonos kultūros centras Tautodailininkė Birutė Arbušauskienė pristatys savo rudeninių lapų karpinių parodą, pamokys rudeninių

tautodailininkais Birute ir Eugenijum Arbušauskais				lapų karpymo paslapčių. Kartu atvyks ir jos vyras – tautodailininkas, dainuojamosios poezijos atlikėjas Eugenijus Arbušauskas, kuris ne tik pristatys savo kūrybos darbus, bet ir atliks muzikinius kūrinius.
Jurbarko krašto muziejaus lankymas	Jurbarko krašto muziejus, Vydūno g. 21, Jurbarkas	Spalio 1 d., 10-18 val.	-	Organizatorius – Jurbarko krašto muziejus Asmenys, sulaukią senatvės pensijos amžiaus galės apsilankyti muziejaus erdvėse ir pažinti Jurbarko krašto istoriją nemokamai
Vinco Grybo memorialinio muziejaus ekspozicijų lankymas	Vinco Grybo memorialinis muziejus, Vydūno g. 31A, Jurbarkas	Spalio 1-8 dienomis	-	Organizatorius – Vinco Grybo memorialinis muziejus Visą savaitę asmenys, sulaukią senatvės pensijos amžiaus, galės lankyti muziejuje veikiančias ekspozicijas ir laikinas parodas nemokamai
Pažintis su vitražo menu. Paskaita „Vitražo meno raidos istorija nuo XI a. iki XX a.“	Vinco Grybo memorialinis muziejus, Vydūno g. 31A, Jurbarkas	Spalio 6 d., 11 val.	Registracija vykdoma iki spalio 6 d. 10 val., tel. +370 615 95 885 arba el. paštu info@vgrybomuziejus.lt	Organizatorius – Vinco Grybo memorialinis muziejus Audiovizualinė paskaita-pasakojimas apie stiklo atradėjus, vitražo meno raidą, technologinius pokyčius, meno stilių, istorinių procesų ir įvykių įtaką vitražo menui per 1000 metų. Renginys nemokamas
Edukacija. Vitražo kūrybinės-gamybinės dirbtuvės „Drugelis“	Vinco Grybo memorialinis muziejus, Vydūno g. 31A, Jurbarkas	Spalio 6 d., 13-18 val.	Registracija vykdoma iki spalio 6 d. 10 val. (dalyvių skaičius ribotas), tel. +370 615 95 885 arba el. paštu info@vgrybomuziejus.lt	Organizatorius – Vinco Grybo memorialinis muziejus. Per 5 valandas edukacijos paslaugos gavėjas, naudodamas plonastiklio vitražo tiffany techniką, sukurs ir pagamins mažesnį, nei delno dydžio vitražo kompoziciją „Drugelis“. Edukacijos metu bus naudojami profesionalūs stiklo apdirbimo įrankiai ir profesionalios medžiagos: vitražinis stiklas, vario folija, lydmetalis, lituokliai. Renkama dalyvių grupė iki 8 asmenų. Renginys nemokamas
Teminė audio edukacija „Vinco Grybo laiškai ir	Vinco Grybo memorialinis muziejus, Vydūno g. 31A, Jurbarkas	Spalio 7 d., 11 val.	Registracija vykdoma iki spalio 6 d. 18 val.	Organizatorius – Vinco Grybo memorialinis muziejus.

puodelis kavos muziejuje“			(dalyvių skaičius ribotas), tel. +370 615 95 885 arba el. paštu info@vgrybomuzi ejus.lt	Edukacijos dalyviai, sodinami prie skulptoriaus V. Grybo rankomis pagaminto apvalaus stalo. Jie vaišinami kava, arbata ir meduoliniais grybukais. Dideliame ekrane bus leidžiamos skaidrės ir klausomasi skulptoriaus Vinco Grybo, jo bičiulių ir artimų žmonių laiškų įrašo. Laiškus įskaitęs aktorius Dainius Svobonas. Įtaigaus aktoriaus balso galia klausytojus panardins į skulptoriaus laikmetį, supažindins ne tik su Lietuvos, bet ir Europos kultūrine, bei politine aplinka. Renginys nemokamas
Kimekomi kūrybinės- gamybinės dirbtuvės	Vinco Grybo memorialinis muziejus, Vydūno g. 31A, Jurbarkas	Spalio 8 d., 13-17 val.	Registracija vykdoma iki spalio 7 d. 18 val. (dalyvių skaičius ribotas), tel. +370 615 95 885 arba el. paštu info@vgrybomuzi ejus.lt	Organizatorius – Vinco Grybo memorialinis muziejus. Edukacinėse dailės dirbtuvėse vyks užsiėmimai, kurių metu dalyviai susipažins su viena iš tradicinių japoniškų rankdarbių technikų – Kimekomi. Užsiėmimo metu tekstilės skiautėmis bus dekoruojami putplasčio burbulai, paverčiant juos dekoratyviniu, unikaliu rankų darbo žaisliuku (pvz. kalėdine dekoracija) Visos reikalingos priemonės bus suteiktos. Renginys nemokamas
Popietė „Gyvenimas kaip upė“	Armeniškų biblioteka, Armenos g. 43, Armeniškų k., Seredžiaus sen.	Spalio 1 d., 12 val.	-	Organizatorius - Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Armeniškų biblioteka
Popietė „Kavos puodelis ir pokalbiai apie internetą“	Girdžių biblioteka, Ateities g. 15, Girdžių k., Girdžių sen.	Spalio 1 d., 13 val.	–	Organizatorius - Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Girdžių biblioteka Prie kavos puodelio bus kalbama apie interneto galimybes, jo naudą kasdieniame gyvenime ir saugų naudojimąsi skaitmeninėmis technologijomis.
Mokymai „Albumą – į kompiuterį“	Jurbarko rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Vilniaus g. 2, Jurbarkas	Spalio 1 d., 14 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 601 16 964	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešoji biblioteka. Praktiniai nuotraukų skaitmeninimo mokymai. Dalyvių prašoma atsinešti 3–5 popierines

			Vietų skaičius ribotas.	nuotraukas, išmanųjį telefoną, USB atmintinę (jei turi), užrašų knygelę ir rašiklį.
Algimanto Puipos darbų parodos pristatymas	Jurbarko rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Vilniaus g. 2, Jurbarkas	Spalio 1 d., 18 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešoji biblioteka
Popietė „Prie arbatos puodelio – prisiminimų takais“	Baltraiškės biblioteka, Parko g. 13, Baltraiškės k., Šimkaičių sen.	Spalio 2 d., 11 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Baltraiškės biblioteka
Popietė „Pėdsakai laike: gyvieji Smalininkų puslapiai su Stanislava Visockiene“	Smalininkų miesto biblioteka, Stoties g. 7, Smalininkų mstl.	Spalio 2 d., 14 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Smalininkų miesto biblioteka Prisiminimų popietė su ilgamete Smalininkų mokyklos mokytoja Stanislava Visockiene. Bus prisimenamas jos pedagoginis kelias, asmeninės patirtys ir bendruomenės istorijos.
Kūrybinė edukacija „Prisiminimų žolynai“	Vadžgirio biblioteka, J. Dargužo g. 28, Vadžgirio mstl., Šimkaičių sen.	Spalio 2 d., 15 val.	Registracija tel. +370 670 47610	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Vadžgirio biblioteka Dalyviai gamins knygų skirtukus iš džiovintų gėlių, žolynų, dekoratyvinio popieriaus ir juostelių, dalysis prisiminimais apie perskaitytas knygas ir rekomendacijomis. Visomis kūrybai reikalingomis priemonėmis bus pasirūpinta.
Edukacija „Jaukios akimirkos ir spalvingi atvirukai“	Skirsnemunės biblioteka, Nemuno g. 33, Skirsnemunės k.,	Spalio 5 d., 13 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Skirsnemunės biblioteka Edukacijos metu vyresnio amžiaus žmonės gamins spalvingus atvirukus ir vokus, dalysis idėjomis bei prisiminimais.
Susitikimas „Šimkaičių vaikystė vakar ir šiandien“	Šimkaičių biblioteka, Liepų g. 2, Šimkaičių k.	Spalio 6 d., 12 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Šimkaičių biblioteka Vaikų ir vyresnio amžiaus žmonių susitikimas, skirtas Šimkaičių krašto praeičiai ir vaikystės prisiminimams. Vaikai apžiūrės senas krašto nuotraukas ir gamins atvirukus vyresnio amžiaus žmonėms.

Viktorina „Ar pažįsti Lietuvą?“	Tamošių biblioteka, Mokyklos g. 2, Tamošių k., Veliuonos sen.	Spalio 7 d., 10 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Tamošių biblioteka Viktorina apie Lietuvos istoriją, geografiją ir kultūrą.
Popietė „Metai kupini prisiminimų“	Pašaltuonio biblioteka, Alytaus g. 4, Pašaltuonio k., Eržvilko sen.	Spalio 7 d., 11 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Pašaltuonio biblioteka Jauki senjorų popietė, skirta prisiminti gražiausias gyvenimo akimirkas, pasidalyti istorijomis ir pabendrauti.
Popietė „Muzika tarp knygų“	Klausučių biblioteka, A. Daugėlos g. 24, Klausučių k., Seredžiaus sen.	Spalio 7 d., 13.30 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Klausučių biblioteka
Kūrybinės dirbtuvės „Linkėjimų sparnai“	Pilies I biblioteka, Vytėnų g. 53A, Pilies I k., Skirsnemunės sen.	Spalio 7 d., 15 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Pilies I biblioteka Vaikai ir jaunimas kurs rankų darbo atvirukus senjorams, kuriems dėl amžiaus ar sveikatos sunkiau atvykti į biblioteką. Sukurti atvirukai pasieks senjorus jų namuose.
Kraštiečių Salomėjos Norkienės knygos „Ką kalba širdis“ pristatymas	Eržvilko biblioteka, Tauragės g. 1A, Eržvilko mstl., Eržvilko sen.	Spalio 7 d., 15 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Eržvilko biblioteka Kraštiečių Salomėja Norkienė pristatys savo debiutinę eilėraščių knygą „Ką kalba širdis“.
Popietė „Šviesa, kurią nešamės“	Juodaičių biblioteka, Liepų g. 1, Juodaičių k., Juodaičių sen.	Spalio 8 d., 12 val.	–	Organizatorius – Jurbarko rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Juodaičių biblioteka Jauki bendrystės popietė vyresnio amžiaus žmonėms. Dalyvių laukia pokalbiai, prisiminimų valandėlė ir kūrybinė žvakių liejimo edukacija.
Kineziterapijos užsiėmimas pagyvenusiems žmonėms	Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras J. Marcinkevičiaus g. 1, Seredžiaus mstl.	Spalio 7 d., 18 val.	Registracija tel. +370 606 13 530	Organizatorius – Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras Projektas „Kompleksinių ir integruotų, mokslu pagrįstų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumo užtikrinimas, bazinių visuomenės sveikatos paslaugų tikslinėms grupėms teikimas“, tikslinė grupė-pagyvenę žmonės. Projektas

				vykdomas kartu su Jurbarko visuomenės sveikatos biuru.
Kūrybinės dirbtuvės, mini kilimėlių audimas.	Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras J. Marcinkevičiaus g. 1, Seredžiaus mstl.	Spalio 1 d., 14 val.	Registracija tel. +370 674 46 085	Organizatorius - Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras ir Seredžiaus senelių globos namai
Anglų kalbos užsiėmimai senjorams, A2 lygis	Bendruomenės „Dubysa“ salė, J. Marcinkevičiaus g. 1, Seredžiaus mstl.	Spalio 2 d., 18 val. 2026-10-05 19.30 val.	Registracija tel. +370 606 13 530	Organizatorius - Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras ir Seredžiaus krašto bendruomenė „Dubysa“
Pažintis su „Maisto banko“ veikla Jurbarko	Jurbarko „Maisto banko“ atiduotuvė	Pirmadieniais, trečiadieniais ir ketvirtadieniais: 11–13 val. – maisto rūšiavimas; 14–16 val. – maisto dalinimas	Vykdoma el. paštu jurbarkas@maistobankas.lt. Dėl apsilankymo datos ir laiko būtina susitarti iš anksto.	Jurbarko skyriaus koordinatore supažindins su „Maisto banko“ veikla, papasakos apie maisto švaistymo mažinimą, pagalbą stokojantiems ir savanorystės svarbą. Lankytojai galės iš arčiau susipažinti su maisto rūšiavimo ir dalinimo procesu stokojantiems.
„Kai susitinka muzika, žodis ir spalva“	Dariaus ir Girėno g. 120 A, Jurbarko turizmo ir verslo informacijos salėje (prie draugijos patalpų)	Spalio 8 d., 11 val.	-	Jaukus ir prasmingas susitikimas kuriame susipins muzika, žodis ir dailė. Renginį organizuoja Jurbarko rajono neįgaliųjų draugija.

Kaišiadorių r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Iniciatyva Vyresnio amžiaus žmonių dienos paminėjimas	Rumšiškių senelių globos namai „Aukšinis amžius“, J. Aisčio g. 4, Rumšiškės	Spalio 1 d.	-	Kaišiadorių vaikų dienos centro vaikai savo rankomis paruoš dovanėles ir pradžiugins nuoširdžiais palinkėjimais.
Kartų bendrystės savaitė	Kaišiadorių raj. sav., Pravieniškių ir Žiežmarių seniūnijos	Spalio mėnesio pirmoji savaitė	-	Žiežmarių vaikų dienos centro ir Pravieniškių vaikų dienos centro vaikai pagamins atminimo dovanėles ir pasveikins vienišus seniūnijų senolius su vyresnio amžiaus žmonių diena, skirs laiko pabendravimui su senoliais.
„Kvėpavimas, garsas ir vidinė ramybė“. Ingrida	Kaišiadorių Jono Aisčio viešoji biblioteka	Spalio 8 d. 10.00 val.	-	Kaišiadorių Jono Aisčio viešosios biblioteka

Alonderė ir Lina Rudaitienė praves sveikatingumo paskaitą apie sąmoningą kvėpavimą.				
Akcija „Sveikatos receptas“ „Sveikatos receptas“ – tai šilta ir jauki akcija, skirta Pagyvenusių žmonių savaitei paminėti. Jos metu kviesime stabtelėti, pasidomėti sveika gyvensena, išbandyti kasdienius mankštos pratimus ir pasisemti naudingų sveikatos patarimų.	Mobilioji biblioteka prie Anglininkų parduotuvės	Spalio 1 d. 10.00-12.00 val.	-	Kaišiadorių Jono Aisčio viešosios bibliotekos edukatorė ir mobiliosios bibliotekos bibliotekininkas.
Pynimas iš vytelių	Lietuvos etnografijos muziejus (miestelio Tabariškių namas)	Spalio 2 ir 8 d. 14:00 val.	Vykdoma iki spalio 2 ir iki 8 d. Tel. +370 682 20669	Edukacinio užsiėmimo metu mokysimės nupinti pintinę. Pynimui naudosime skaldytas ir neskaldytas žilvičio vyteles, susipažinsime su tradicinio pynimo ypatumais ir patys išbandysime šį seną amatą.
Edukacija „Prisiminimų namai“	Lietuvos etnografijos muziejus (miestelio Urmininko namas)	Spalio 2 d. 12:00 val.	Vykdoma iki spalio 2 d. Tel. +370 699 16713	Edukacijoje „Prisiminimų namai“ kviesime atgaivinti jaunystės prisiminimus! Muziejaus miestelyje kviesime apsilankyti 7-tojo dešimtmečio buto ekspozicijoje. Čia sutiksime „šeimininkę“, apsirengusią ir susišukavusią pagal to meto madą. Ji pristatys buities daiktus, pasakos savo gyvenimo istoriją ir kvies dalyvius prisiminti bei palyginti to meto kasdienybę su savo pačių gyvenimo patirtimis. Susitikimo metu svečiai taip pat bus vaišinami kvepiančiais čirviniais blynais ir arbata.
Edukacija „Kai ... buvau, jaunimėlin ėjau“	Lietuvos etnografijos muziejus (Aukštaitijos gryčia)	Spalio 4 d. 14:00 val.	Vykdoma iki spalio 4 d.	Spalio 4 d. 14 val. kviečiame į viešnągę aukštaičių gryčioje, į edukacinį užsiėmimą „Kai ... buvau,

			Tel. +370 618 02516	jaunimėlinėjau“. Prie spragsinčios ugnelės ir garuojančios arbatos pasidalinsime prisiminimais, kaip kas buvo į mergas ar bernus pakeltas, nuo kada jaunimėlin eit pradėjo ir kada suaugusiuoju tapo. Pasikalbėsime apie žmogaus amžiaus sampratą senovėje, gimtadienio ištakas, amžiaus tarpsnius ir išbandysime kai kurias jaunimo bei vyresniųjų pramogas. Vietų skaičius ribotas, todėl būtina išankstinė registracija telefonu.
Ekskursija „Kaišiadorių vyskupijai – 100“	Kaišiadorių Kristaus Atsimainymo katedra	Spalio 7 d., 19 val.	Tel. +370 672 48327	1926 m. buvo įsteigta Kaišiadorių vyskupija. Paminėti gražią 100 metų sukaktį Kaišiadorių turizmo ir verslo informacijos centras kviečia ekskursiją po Kaišiadorių Kristaus Atsimainymo katedrą, Vyskupijos kuriją ir joje esantį muziejų. Ekskursiją ves Kaišiadorių vyskupijos kancleris kunigas Gediminas Tamošiūnas ir gidas Aurelijus Balčiūnas
Iniciatyva – Vyresnio amžiaus žmonių dienos paminėjimas	Rumšiškių senelių globos namai „Auksinis amžius“ (J. Aisčio g. 4, Rumšiškės)	Spalio 1 d.	-	Kaišiadorių vaikų dienos centro vaikai savo rankomis paruoš dovanėles ir pradžiugins nuoširdžiais palinkėjimais.
„Kvėpavimas, garsas ir vidinė ramybė“. Ingrida Alonderė ir Lina Rudaitienė praves sveikatingumo paskaitą apie sąmoningą kvėpavimą.	Kaišiadorių Jono Aisčio viešoji biblioteka (Gedimino g. 69, Kaišiadorys)	Spalio 1 d. 10.00 val.	-	Organizatorius: Kaišiadorių Jono Aisčio viešoji biblioteka
Akcija „Sveikatos receptas“. Tai šilta ir jauki akcija, skirta Vyresnio amžiaus žmonių savaitei paminėti. Jos metu kviesime stabtelėti, pasidomėti sveika	Mobilioji biblioteka aikštelėje prie Anglininkų parduotuvės (Anglininkų k., Kruonio sen., Kaišiadorių r. sav.)	Spalio 1 d. 10.00–12.00 val.	-	Organizatorius: Kaišiadorių Jono Aisčio viešoji biblioteka

gyvensena, išbandyti kasdienius mankštos pratimus ir pasisemti naudingų sveikatos patarimų.				
Paskaita „Atminties ir dėmesio pokyčiai amžėjant: kas vyksta ir kaip stiprinti“ Psichologė: Aistė Dabašinskaitė	Kaišiadorių r. sav. visuomenės sveikatos biuras (Gedimino g. 48-3, Kaišiadorys)	Spalio 2 d., 10.00–12.00.val.	Iki rugsėjo 30 dienos 17.00 val., tel. +370 606 67458	Šio susitikimo metu aptarsime, kaip keičiasi atmintis ir dėmesys, remiantis neuropsichologijos žiniomis apie smegenų veiklą. Bus paaiškinta, kokie pokyčiai laikomi natūraliais, kuo skiriasi įprastas užmaršumas nuo rimtesnių sutrikimų ir kaip emocinė būseną, stresas bei miegas veikia pažintines funkcijas. Taip pat bus pristatytas neuroplastiškumo principas – smegenų gebėjimas keistis ir mokytis visą gyvenimą. Nors su amžiumi tam tikri procesai lėtėja, smegenys išlieka aktyvios ir gali būti stiprinamos. Susitikimo metu bus įtraukiamos praktinės užduotys, skirtos dėmesio koncentracijai, atminčiai ir pažintinių procesų aktyvinimui.
„Muzika, kuri sušildo širdį“	Kaišiadorių meno mokyklos salė (Gedimino 85, Kaišiadorys)	Spalio 6 d., 16.00 val.	-	Koncertą organizuoja Kaišiadorių meno mokykla. Renginyje pakviesti dalyvauti Trečiojo amžiaus universiteto dalyviai bei Kaišiadorių miesto bendruomenės vyresnio amžiaus žmonės.
Praktinis seminaras „Sveikimo kelias: medicininės reabilitacijos svarba ir galimybės“	Žaslių kultūros centras (Vytauto g. 38, Žasliai, Kaišiadorių r. sav.)	2026 10 07, 10.00 val.	+370 681 24 878	Organizatorius: Kaišiadorių švietimo ir sporto centras (Neformaliojo švietimo skyrius)
Pirmosios pagalbos mokymai, kuriuos veda Visuomenės sveikatos specialistė Audronė Petraškienė	Kaišiadorių r. sav. visuomenės sveikatos biuras (Gedimino g. 48-3, Kaišiadorys)	Spalio 8 d., 11.00 val.	-	-
Teatralizuotas pasakojimas „Išminties ir patirties tiltai“	Kaišiadorių socialinių paslaugų centras, salė I a.	Spalio 8 d., 13.00 val.	-	„Išminties ir patirties tiltai“ – teatralizuotas pasakojimas apie močiutės ir anūkės bendravimą.

	(Vytauto Didžiojo g. 44 B, Kaišiadorys)			Lietuvos aklujų ir silpnaregių sąjungos Kaišiadorių filialo vokalinis ansamblis „Volungėlė“, vadovaujamas Reginos Griesiuvienės, atliks kūrinį, kuris primins vaikystę, jaunystę ir dabartį. Šventę užbaigsime besidalindami įspūdziais, džiaugsmais ir patirtimis prie arbatos puodelio.
Gongų garsų terapijos edukacija	Palomenės kultūros centras, Lomenos g. 31 Palomenė	Spalio 8 d., 17:30 val.	Iki spalio 5 d., tel. +370 676 84 201	Gongų garsų terapijos edukacijoje dalyviai susipažins su gongų skleidžiamais garsais ir jų poveikiu žmogaus savijautai. Edukacijos metu bus pristatomi įvairūs gongai, jų skambesys bei garso terapijos principai, o dalyviai turės galimybę patirti gydantį ir atpalaiduojantį garsų poveikį. Edukaciją organizuoja Palomenės kultūros centras.
Kalvarijos sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Kalvarijos trečiojo amžiaus universiteto mokslo metų atidarymo šventė	Kalvarijos savivaldybės viešoji biblioteka, Laisvės g. 2, Kalvarija	Spalio 1 d., 17 val.	Registracija nevykdoma	Kalvarijos savivaldybės viešoji biblioteka Kalvarijos trečiojo amžiaus universitetas
Akcija „Jaunystė niekur nedingo!“	Kalvarijos miestas	Spalio 1 d. Nuo 12 val.	Registracija nevykdoma	Netikėti sveikinimai miesto gatvėse – pagyvenusiems žmonėms dovanojamos gėlės, šypsenos ir gera nuotaika. Organizatorius: Kalvarijos savivaldybės kultūros centras
„Kalbėjimas, kuris gydo“ (edukacija apie saviįtaigą, streso mažinimą, savęs nuraminimą).	Marijampolės specialiųjų socialinės globos namų Ažuolyno padalinys (Ažuolo g. 3, Kušliškių k., Kalvarijos sav.)	Spalio 1 d., 09.30 val.	Registracija nevykdoma	Marijampolės specialieji socialinės globos namai. Renginys organizuojamas kartu su projekto „Kartu mes galime daugiau“ komanda“.
„Nebijok padėti. Mokėk suteikti pirmąją pagalbą.“	Marijampolės specialiųjų socialinės globos namų Ažuolyno padalinys (Ažuolo g. 3, Kušliškių k., Kalvarijos sav.)	Spalio 5 d., 09.30 val.	Registracija nevykdoma	Marijampolės specialieji socialinės globos namai. Renginys organizuojamas kartu su projekto „Kartu mes galime daugiau“ komanda“.

Fizinio aktyvumo užsiėmimai	Kalvarijos savivaldybės viešoji biblioteka, Laisvės g. 2, Kalvarija	Spalio 5, 16 d. 16 val.	Registracija nevykdoma	Kalvarijos savivaldybės viešoji biblioteka Kalvarijos trečiojo amžiaus universitetas
Atvirų durų diena veiks paroda „Maži darbai- didelės istorijos“	Žemaitės g. 2 Kalvarija (Kalvarijos savivaldybės socialinių paslaugų centras)	Spalio 6 d. 10.00 – 16.00 val.	Registracija nevykdoma	Kalvarijos savivaldybės socialinių paslaugų centras Veiks paslaugų gavėjų darbų paroda, lankytojams bus pristatomos socialinės paslaugos, kurių metu kuriami įvairūs darbeliai.
Holistinė sveikatingumo programa „Aromaterapijos galia sveikatai ir gerovei“	Marijampolės specialiųjų socialinės globos namų Ažuolyno padalinys (Ažuolo g. 3, Kušliškių k., Kalvarijos sav.)	Spalio 7 d., 09.30 val.	Registracija nevykdoma	Marijampolės specialieji socialinės globos namai. Renginys organizuojamas kartu su projekto „Kartu mes galime daugiau“ komanda“.
Psichologijos paskaita	Kalvarijos savivaldybės viešoji biblioteka, Laisvės g. 2, Kalvarija	Spalio 7 d. 11 val.	Registracija nevykdoma	Kalvarijos savivaldybės viešoji biblioteka Kalvarijos trečiojo amžiaus universitetas
Žaidimų popietė „Aš ir tu- mums gera kartu!“	Paupio globos namai, Alyvų g. 1, Sangrūda	Spalio 7 d. 15 val.	Registracija nevykdoma	Vaikų dienos centro auklėtiniai kartu su globos namų gyventojais stiprins kartų ryšį per žaidimą ir bendravimą.
Rytmetys „Prie kavos puodelio – prisiminimai apie mūsų Kalvariją“	Kalvarijos krašto muziejus	Spalio 7 d. 10.00 – 12.00 val.	Registracija nevykdoma	Kalvarijos savivaldybės socialinių paslaugų centras Jaukus rytmetys vyresnio amžiaus žmonėms prie kavos ar arbatos puodelio. Susitikimo metu papasakos apie Kalvarijos miesto istoriją, svarbiausius jos raidos etapus, išskirtines miesto vietas bei su Kalvarijos kraštu susijusias žymias asmenybes. Pasakojimą galima papildyti senomis Kalvarijos fotografijomis, o renginio dalyviai kviečiami įsitraukti – atpažinti miesto vietas, pasidalinti savo prisiminimais apie tai, kaip Kalvarija atrodė jų jaunystėje, papasakoti girdėtas istorijas. Renginio metu vyks viktorina „Ką žinome apie Kalvarijos kraštą?“
„Skonio tiltai: kartų virtuvė“ (senjorų veikla su artimaisiais).	Marijampolės specialiųjų socialinės globos namų Ažuolyno padalinys (Ažuolo g. 3, Kušliškių k., Kalvarijos sav.)	Spalio 8 d., 09.30 val.	Registracija nevykdoma	Marijampolės specialieji socialinės globos namai. Renginys organizuojamas kartu su projekto „Kartu mes galime daugiau“ komanda“.

Kauno m. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Koncertas „Java“	Kauno valstybinė filharmonija, E. Ožeškienės g. 12, Kaunas	Spalio 3 d., 17.00 val.	Vyresnio amžiaus žmonėms skiriama 20 nemokamų bilietaų. Registracija vykdoma nebus. Nemokamus bilietus bus galima atsiimti filharmonijos kasoje (jos darbo metu), pateikus senjoro pažymėjimą arba kitą amžių (65+) įrodantį dokumentą nuo rugsėjo 22 iki rugsėjo 30 d. (arba kol bus užpildytos visos vietos).	Pasiklausykite retai pasaulyje atliekamo neapsakomo grožio ir rafinuotumo kūrinio, sukurto legendinio fortepijono virtuozo, kompozitoriaus ir pedagogo Leopoldo Godowskio, kurį klausytojams atliks pianistė iš Ukrainos Yana Serbina – didžiausios Baltijos šalyse fortepijono akademijos „Klaipėda Piano Masters“ 2025 m. laureatė. Iš Lietuvos, Žaslių miestelio, kilęs L. Godowskis 1923 m. leidosi į kelionę po Rytų sodu vadinamą Javos salą Indonezijoje. Šios išvykos rezultatas – „Javos siuita“ – dvylikos pjesių ciklas fortepijonui, stebinantis savo egzotiškumu. https://kaunofilharmonija.lt/java/
Koncertas „Saulėlydžio ir vandens misterija“	Kauno valstybinė filharmonija, E. Ožeškienės g. 12, Kaunas	Spalio 8 d., 18.30 val.	Vyresnio amžiaus žmonėms skiriama 20 nemokamų bilietaų. Registracija vykdoma nebus. Nemokamus bilietus bus	Šis koncertas kviečia patirti muziką kaip perėjimą. Kaip pauzę tarp įkvėpimo ir iškvėpimo, kaip atodūsj, leidžiantį paleisti ir atgimti. Čia garsas virsta jausmu, o jausmas – tylia pažado nuojauta. Šią patirtį klausytojams dovanos mecosopranas Julija Stankevičiūtė ir pianistas Dainius Kepežinskas . „Senovės alchemikai sakė, kad šviesa kyla iš tamsos. Ji nekuria tamsos, bet ją tyliai sklaido, o tamsa leidžia šviesai įgauti gylį ir sklįsti. Tai

			galima atsiimti filharmonijos kasoje (jos darbo metu), pateikus senjoro pažymėjimą arba kitą amžių (65+) įrodantį dokumentą nuo rugsėjo 29 iki spalio 6 d. (arba kol bus užpildytos visos vietos).	procesas, kuriame gimsta virsmas. Naktis panardina žmogų į tylą, begalinį būties vandenį. Čia nyksta kontūrai, nutyla protas, o jausmai ima kalbėti. Vanduo saugo atmintį ir tai, kas slypi po paviršiumi – dar neįvardyta, bet jau juntama. Saulėlydis tampa tarp: tarp dienos ir nakties, tarp buvusio ir dar tik ateinančio. Tai trapus sustojimas, kai laikas lėtėja, o viduje gimsta tylus susitaikymas“, – teigia atlikėjai, pristatydami savo bendrą koncertinę programą, įkvėptą šių virsmų. https://kaunofilharmonija.lt/saulelydzio-ir-vandens-misterija/
Ekskursija po atnaujintą Jadvygos ir Jono Ramanauskų Lietuvos cirko ekspoziciją	Lietuvos sporto muziejus, Muziejaus g. 7, Kauno senamiestis	Spalio 2 d., 14 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. (imtina) tel. +370 37 220691	Esate laukiami nuotaikingoje ekskursijoje, kurioje drauge atrasime spalvingą cirko istoriją daugybėje rekvizitų, artistų kostiumų, senųjų afišų ir niekur anksčiau nepublikuotose nuotraukose. Iki pasimatymo!
„Turnyras 4x4“	Lietuvos sporto muziejus, Muziejaus g. 7, Kauno senamiestis	Spalio 6 d., 15 val.	Vykdoma iki spalio 5 d. (imtina) tel. +370 37 220691	Nuotaikingas turnyras „4x4“, kurio dalyviai patirs ne tik azarto kupinus momentus atliekant aktyvias sporto rungtis (krepšinio, maišelių mėtymo, stalo teniso, smiginio), bet ir turės progos susipažinti tarpusavyje, išgirsti pasakojimus apie įdomiuosius eksponatus.
„Turnyras 4x4“	Lietuvos sporto muziejus, Muziejaus g. 7, Kauno senamiestis	Spalio 7 d., 15 val.	Vykdoma iki spalio 6 d. (imtina) tel. +370 37 220691	Nuotaikingas turnyras „4x4“, kurio dalyviai patirs ne tik azarto kupinus momentus atliekant aktyvias sporto rungtis (krepšinio, maišelių mėtymo, stalo teniso, smiginio), bet ir turės progos susipažinti tarpusavyje, išgirsti pasakojimus apie įdomiuosius eksponatus.
Paskaita „Muzika ir sportas: pradžia ir žymiausios dainos“	Lietuvos sporto muziejus, Muziejaus g. 7, Kauno senamiestis	Spalio 8 d., 15 val.	Vykdoma iki spalio 6 d. (imtina) tel. +370 37 220691	Susipažinsite su įdomiais faktais, pasiklausysite muzikinių takelių, prisiminsite šlovės momentus bei smagiai praleisite laiką.

Spektaklis suaugusiems (N-14) „Čiurlionio užrašai“ Bendras Sakartvelo ir Lietuvos lėlininkų projektas, skirtas M. K. Čiurlionio 150-osioms gimimo metinėms	Kauno valstybinio lėlių teatro Mažoji salė Laisvės al.87A, Kaunas	Spalio 7 d., 15 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. Tel. +370 620 74242 arba teatro kasoje (IV-V nuo 11:00 iki 17:00 val.; VI-VII nuo 10:00 iki 14:00 val.)	Tai poetiškas lėlių teatro spektaklis kviečiantis leisti į vidinę vieno ryškiausių Lietuvos menininkų – Mikalojaus Konstantino Čiurlionio – kelionę. Spektaklis nepasakoja biografijos tradicine prasme. Jis atveria jautrų pasaulį, kuriame susilieja kūrėjo mintys, vaizduotė, abejonės, vienatvė, meilė ir nenugalimas troškimas kurti. Spektaklis kelia universalius klausimus: ką reiškia būti išskirtiniu? Kokia yra kūrybos kaina? Ar genialumas išlaisvina, o gal pasmerkia vienatvei? Ieškodami atsakymų kūrėjai kviečia žiūrovus atpažinti ne tik legendinį menininką, bet ir save – savo baimes, svajones, jautrumą bei troškimą palikti pėdsaką pasaulyje.
Maironio lietuvių literatūros muziejaus lankymas	Rotušės a. 13, Kaunas	Spalio 1-8 d. muziejaus darbo laiku: II, III, V – 9.00–17.00, IV – 9.00–19.00, VI, VII – 10.00–17.00	-	-
Juozo Tumo-Vaižganto buto-muziejaus lankymas	Aleksoto g. 10-4, Kaunas	Spalio 1-8 d. muziejaus darbo laiku: II, III, V, VI – 9.00– 17.00, IV – 11.00–19.00	-	-
Salomėjos Nėries ir Bernardo Bučo namų- muziejaus lankymas	S. Nėries g. 7, Kaunas	Spalio 1-8 d. muziejaus darbo laiku: II–VI – 9.00–17.00	-	-
Balio ir Vandos Sruogų namų-muziejaus lankymas	B. Sruogos g. 21, Kaunas	Spalio 1-8 d. muziejaus darbo laiku: II, III, V, VI – 9.00– 17.00,	-	-

		IV – 11.00–19.00		
Juozo Grušo namų- muziejaus lankymas	Kalniečių g. 93, Kaunas	Spalio 1-8 d. muziejaus darbo laiku: II, III, V, VI – 9.00– 17.00, IV – 11.00–19.00	-	-
Vaikų literatūros muziejaus lankymas	K. Donelaičio g. 13, Kaunas	Spalio 1-8 d. muziejaus darbo laiku: II, III, V, VI – 9.00– 17.00, IV – 11.00–19.00	-	-
Ekskursija Maironio memorialiniame bute „Manyje gaudžia visas pasaulis“	Maironio lietuvių literatūros muziejus, Rotušės a. 13, Kaunas	Spalio 2 d., 14 val.	Vykdoma iki spalio 1 d. tel. 061826887	-
Paskaita „Jablonskis taip rašo, taip turime rašyti!“: Jonas Jablonskis – kalbininkas, lietuvių kalbos normintojas, redaktorius“	Maironio lietuvių literatūros muziejus, Rotušės a. 13, Kaunas	Spalio 7 d., 15 val.	-	-
Šokio spektaklis „Sofija. Genijaus šešėlyje“	Kauno kultūros centro Girstučio padalinys Kovo 11-osios g. 26, Kaunas	Spalio 2 d., penktadienis 18 val.	Būtina registracija Registracija vykdoma el. paštu vadyba@ansamblis-lietuva.lt iki 2026.09.25 (vietų skaičius ribotas)	Šokio spektaklis „Sofija. Genijaus šešėlyje“
Literatūrinė pojūčių paroda „Netrukus pasimatysim! Myliu“	Ažuolyno bibliotekos Žvaigždžių salė, Radastų g. 2, 1 a., Kaunas	10.01-10.03, 10.05- 10.08 Darbo dienomis: 9–20 val.	Nevykdoma	-

		Šeštadieniais: 9–18 val.		
Biblioterapinė edukacija „Literatūra sužadinti skonius ir kvapus“	Ažuolyno bibliotekos Galerija, Radastų g. 2, 4 a., Kaunas	Spalio 1 d., 10 val.	Būtina registracija. El. paštu rekomendacijos@azuolynobiblioteka.lt arba tel. +370 37 32 43 09	
Edukacija „Miško terapija“	Pagrindiniai bibliotekos laiptai Mažajame Ažuolyne, Radastų g. 2, Kaunas	Spalio 7 d., 10 val.	Būtina registracija. El. paštu rekomendacijos@azuolynobiblioteka.lt arba tel. +370 37 32 43 09	Vieta bus patikslinama užsiregistravus
Mokymai suaugusiems „Informacijos vertinimas ir atranka“	Ažuolyno bibliotekos Žinių buveinė, Radastų g. 2, 4 a., Kaunas	Spalio 1 d., 10 val.	Būtina registracija: mokymai@azuolynobiblioteka.lt ar tel. nr. + 370 37 32 42 59	
Plaukimas baseine	Kauno sporto mokykla „Startas“, Miško g. 3, Kaunas	Spalio 1 d., 2 d., 3 d., 4 d., 5 d., 6 d., ir 8 d. Laikas 8-9 val. (1 val.)	-	Dalyviams reikalinga maudymosi apranga, rankšluostis, šlepetės ir plaukimo akiniai.
Lengvosios atletikos užsiėmimas	Kauno sporto mokykla „Startas“, Prezidento Valdo Adamkaus lengvosios atletikos maniežas, Perkūno al. 5, Kaunas	Spalio 1 d., 2 d., 3 d., 4 d., 5 d., 6 d., 7 d., 8 d. Laikas 8-9 val. (1 val.)	-	Dalyviams rekomenduojama turėti patogią sportinę aprangą ir avalynę, rankšluostį bei vandens.
„Judėkime kartu – būkime aktyvūs“	Kauno sporto mokykla „Bangpūtys“, Gervių g. 5 Kaunas	Spalio 6 d., 10 val. (trukmė 2 val.)	-	Senjorų laukia aktyvus ir smagus susitikimas Kauno sporto mokykloje „Bangpūtys“. Renginio metu supažindinsime su sporto mokyklos veikla,

				išbandysime įvairius fizinio aktyvumo ir koordinacijos pratimus, atliksime lengvus jėgos pratimus su svarmenimis bei dalyvausime smagiose komandinėse užduotyse. Taip pat turės galimybę išbandyti irklavimo treniruoklius, susipažinti su irklavimo sportu ir pajusti, kad judėti galima bet kuriame amžiuje. Po aktyvios veiklos skirsime laiko pabendrauti, pasidalinti įspūdžiais ir pasimėgauti malonia kompanija
Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos paminėjimas	Kaunas, R. Kalantos 80	Spalio 10 d. 12 val.	Telefonu, paštu, per socialinius tinklus	LPS „Bočiai“ Kauno bendrija, Meninė dalis, sveikinimai, vaišės
Ekskursija „Nuo svajonės iki kosmoso“	Lietuvos aviacijos muziejus (Veiverių g. 132, Kaunas)	Spalio 6 d., 11 val.	-	Lietuvos aviacijos muziejus, ekskursija skirta Kauno Panemunės socialinės globos namų seneliams
Kauno r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Lauros Šukienės knygos „Kreivakalbystė. Kūno kalbos paslaptys“ pristatymas.	Kauno rajono savivaldybės viešoji biblioteka, III a., Konferencijų salė, Vytauto g. 21, Garliava, Kauno raj.	Spalio 1 d. 17.30 val.	-	
Paskaita „Kaip išvengti rudeninės melancholijos ar depresijos?“.	Kauno rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Vilkijos padalinys, Ramybės g. 3, Vilkija, Kauno raj.	Spalio 1 d., 15 val.	-	
Žygis-ekskursija aplink Raudondvarį.	Prie Raudondvario Šv. Kūdikėlio Jėzaus Teresės bažnyčios, M. Valančiaus g. 9, Raudondvaris, Kauno raj.	Spalio 9 d., 18 val.	Vykdoma iki spalio 8 d. tel. (0-37) 549517 el. p. raudbibl@gmail.com	

Filmo seansas	Kauno rajono Babtų kultūros centras, Sodų g. 1, LT – 54334, Babtai, Kauno rajonas	Spalio 1 d., 12 val.	-	Kauno rajono Babtų kultūros centras
Spalvų muzikos orkestro „Goda“ koncertas „Gyvenimo melodija“	Kauno rajono Babtų kultūros centras, Sodų g. 1, LT – 54334, Babtai, Kauno rajonas	Spalio 1 d., 15 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 602 01 993	Kauno rajono Babtų kultūros centras
Vokalo meistriškumo kursai	Kauno rajono Babtų kultūros centras, Sodų g. 1, LT – 54334, Babtai, Kauno rajonas	Spalio mėn.	Tikslinė grupė	Kauno rajono Babtų kultūros centras
Popietė „Babtų kraštas ir nepaprasti jo žmonės“	Babtų kraštotyros muziejus, Nevėžio g. 3, Babtai, Kauno r.	Spalio 7 d., 15 val.	-	Kauno rajono muziejus
Edukacija „Dvaro grožio ir švaros ritualai: muilo gamybos edukacija“	Kauno rajono muziejus, Pilies takas 1, Raudondvaris, Kauno r.	Spalio 1 d., 10 val.	Registracija tel. +370 61253314 arba https://forms.gle/3GYYG1nok2DHcEoe6	Kauno rajono muziejus
Ekskursija po Obelynės sodybos gamtininko Tado Ivanausko vasarnamį. Tema „Ivanauskai kelionėse“	Kauno rajono muziejus, Tado Ivanausko Obelynės sodyba-memorialinis muziejus Obelynės g.8, Akademija, Kauno r.	Spalio 6 d., 13 val.	Registracija tel. +370 69940016, arba el .p. ieva.zekeviciute@krmuziejus.lt	Kauno rajono muziejus
Ekskursija/edukacija „Paragauk Obelynės sodo obuolių ir išrink obuolių karalių“	Kauno rajono muziejus, Tado Ivanausko Obelynės sodyba-memorialinis muziejus Obelynės g.8, Akademija, Kauno r.	Spalio 6 d. 14 val.	Registracija tel. +370 63006635	Kauno rajono muziejus
Kūrybinės dirbtuvės „Šiaudo prisilietimas“	Rokų laisvalaikio salė, Nemuno g. 14, Rokai	Spalio 6 d. 12 val.	-	Rokų laisvalaikio salė Projektas: „Tvarūs Rokai: atsakingo vartojimo dirbtuvės“, Finansuojama Europos Sąjungos fondo, Kauno r. savivaldybės lėšomis
Krepšinio paroda „Pergalių istorijos“, skirta Atlantos olimpinių žaidynių 30-mečiui	Kauno rajono Samylų kultūros centro Rokų laisvalaikio salė (Nemuno g. 14, Rokai)	Spalio 1-8 d. Paroda veiks įstaigos darbo laiku:	Paroda atvira ir nemokama (be registracijos).	Asociacija „Lietuvos krepšinis“, Kauno rajono Samylų kultūros centro Rokų laisvalaikio salė. Parodos trukmė: nuo rugsėjo 18 d. iki spalio 11 d.

		https://samylukc.lt/lai/svalaikio-sales/roku/		
Programa „Sveikatos akademija“	Nuotolinė programa „Sveikatos akademija“	Spalio 7 d.	Registracija vykdoma nuotoliu: https://forms.gle/z1cKPVn7yzaqJSgy9	Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras. Tęstinė programa „Sveikatos akademija“ yra nemokama prevencinė iniciatyva, skirta gyventojų sveikatos raštingumui didinti ir tvariems sveikos gyvensenos įpročiams ugdyti.
Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto prevencinė nemokama programa „Sveikesniu ritmu“	Nuotoliu	Spalio 1-8 d. Užsiėmimų tvarkaraščiai bus skelbiami www.kaunorvsb.lt tinklapyje ir socialiniuose tinkluose rugsėjo 14 d.	Registracija bus vykdoma www.kaunorvsb.lt tinklapyje ir socialiniuose tinkluose nuo rugsėjo 14 d.	Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras. Nemokamoje programoje gali dalyvauti suaugę asmenys savanoriškai arba asmenys, kuriems nustatyta širdies ir kraujagyslių ligų rizika.
Treniruotės vyresnio amžiaus asmenims Raudondvaryje	Raudondvario kultūros centras (Instituto g. 1A, Raudondvaris)	Spalio 1-8 d. Užsiėmimų tvarkaraščiai bus skelbiami www.kaunorvsb.lt tinklapyje ir socialiniuose tinkluose	Registracija nereikalinga	Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras. Tai specialiai vyresnio amžiaus žmonėms pritaikyti nemokami užsiėmimai, padedantys saugiai stiprinti raumenis, gerinti pusiausvyrą bei palaikyti sąnarių judrumą ir bendrą gyvybingumą.
Treniruotės vyresnio amžiaus asmenims Garliavoje	Kauno rajono savivaldybės viešoji biblioteka (Vytauto g. 21, Garliava)	Spalio 1-8 d. Užsiėmimų tvarkaraščiai bus skelbiami www.kaunorvsb.lt tinklapyje ir socialiniuose tinkluose	Registracija nereikalinga	Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras. Tai specialiai vyresnio amžiaus žmonėms pritaikyti nemokami užsiėmimai, padedantys saugiai stiprinti raumenis, gerinti pusiausvyrą bei palaikyti sąnarių judrumą ir bendrą gyvybingumą.

Treniruotės vyresnio amžiaus asmenims Mastaičiuose	Mastaičių mokykla – daugiafunkcis centras, (Mokslo g. 2a, Mastaičiai)	Spalio 1-8 d. Užsiėmimų tvarkaraščiai bus skelbiami www.kaunorvsb.lt tinklapyje ir socialiniuose tinkluose	Registracija nereikalinga	Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras. Tai specialiai vyresnio amžiaus žmonėms pritaikyti nemokami užsiėmimai, padedantys saugiai stiprinti raumenis, gerinti pusiausvyrą bei palaikyti sąnarių judrumą ir bendrą gyvybingumą.
Treniruotės vyresnio amžiaus asmenims Lapėse	Lapių laisvalaikio salė (A. Merkio g. 1, Lapės)	Spalio 1-8 d. Užsiėmimų tvarkaraščiai bus skelbiami www.kaunorvsb.lt tinklapyje ir socialiniuose tinkluose	Registracija nereikalinga	Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras. Tai specialiai vyresnio amžiaus žmonėms pritaikyti nemokami užsiėmimai, padedantys saugiai stiprinti raumenis, gerinti pusiausvyrą bei palaikyti sąnarių judrumą ir bendrą gyvybingumą.
Treniruotės vyresnio amžiaus asmenims Domeikavoje	Sporto studija „Fiesta“ (Mildos g. 7, Domeikava)	Spalio 1-8 d. Užsiėmimų tvarkaraščiai bus skelbiami www.kaunorvsb.lt tinklapyje ir socialiniuose tinkluose	Registracija nereikalinga	Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras. Tai specialiai vyresnio amžiaus žmonėms pritaikyti nemokami užsiėmimai, padedantys saugiai stiprinti raumenis, gerinti pusiausvyrą bei palaikyti sąnarių judrumą ir bendrą gyvybingumą.

Kelmės r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Jaunystę prisiminus: liaudies žaidimai dvaro sverne	Kelmės krašto muziejus	Spalio 6 d. 14.00 val.	Registracija telefonu iki spalio 2d. tel. Nr. 065940835	Renginio metu bus žaidžiami tradiciniai judrūs lietuvių liaudies žaidimai ir vaišinamasi arbata.
ŠKAC mėgėjų teatro spektaklis „Trigubas išmėginimas“	Užvenčio kultūros centras	Spalio 1 d. 19.00 val.	–	Užvenčio kultūros centras

Kopūstienės virimo festivalio edukacija „Svečiuose pas babą“	Užvenčio miesto stadionas	Spalio 3 d. 11.00 val.	–	Užvenčio kultūros centras
Linos Eitmantytės – Valužienės knygų iliustracijų ir kūrybinių darbų parodos metų bus organizuojami senjorų pasakų skaitymai mažiesiems.	Kelmės kultūros centro J. Liaudanskio galerija	Spalio 5-8 d.	Registracija senjorams norintiems skaityti pasakas lopšelio darželio grupių vaikams tel. Nr. 0 683 86 059, el. paštas irma.diminskiene@kelmeskc.lt	Kelmės kultūros centras, parodų vadybininkė – edukatorė Irma Diminskienė
Popietė „Gyvenimo spalvų paletė“	Žalpių biblioteka	Spalio 1 d. 13.00 val.	–	Kelmės kultūros centro Pakražančio skyrius, teatro režisierė D. Anankaitė
Renginys „Su daina ir šypsena“	Kelmės kultūros centro Pakražančio skyrius	Spalio 2 d. 14.00 val.	–	Kelmės kultūros centro Pakražančio skyrius, kultūrinių renginių organizatorė R. Dzvankienė
Koncertas-vakaronė „Metų auksinis ruduo“	Kelmės kultūros centro Lupikų skyrius	Spalio 2 d. 18.00 val.	–	Kelmės kultūros centro Lupikų skyrius, kultūrinių renginių organizatorė V. Gecienė
Šv. Mišios ir koncertas „Metai mano turtai“	Maironių Švč. Mergelės Marijos bažnyčia	Spalio 4 d. 11.00 val.	–	Kelmės kultūros centro Maironių skyrius, kultūrinių renginių organizatorė L. Stonienė
Koncertas „Širdyje dar ne ruduo“	Kelmės kultūros centro Šaukėnų kultūros ir amatų skyrius	Spalio 8 d. 14.00 val.	–	Kelmės kultūros centro Šaukėnų kultūros ir amatų skyrius, kultūrinių renginių organizatorė L. Stonienė
Fizinio aktyvumo skatinimo veikla „Japoniškas vaikščiojimas“ (Teorija ir praktiniai užsiėmimai)	Kelmės „Tūkstantmečio parkas“	Spalio 6 d. 14.00 val.	Būtina registracija tel. Nr. 0 427 51951	Kelmės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą Živilė Rukienė Tel. Nr. 0 427 51951
Paskaita „Sveika gyvensena – investicija į ateitį“	Kelmės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras	Spalio 7 d. 15.00 val.	-	Kelmės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą

				Audronė Palubinskienė. Tel. Nr. 0 427 51951
Fizinio aktyvumo skatinimo veikla „Japoniškas vaikščiojimas“ (Teorija ir praktiniai užsiėmimai)	Kelmės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras	Spalio 8 d. 10.00 val.	Būtina registracija tel. Nr. 0 427 51951	Kelmės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą Živilė Rukienė Tel. Nr. 0 427 51951
Koncertinė programa „Dar širdyje nesutema“	Verbūnų kultūros namai, Gluosnių g. 2, Verbūnai, 81372 Šiaulių r.	Spalio 6 d. 12.00 val.	-	Koncertinę programą organizuoja: TAU dainų studija „Skambėk daina“, Kelmės miesto bendruomenės ansambliai „Sūkurys“ ir „Armonikieriai“. Susitikimas su asociacijos „Verbūnų bendruomenė“ nariais
Kūrybinės dirbtuvės „Brandžios rankos – naujos spalvos“	Kelmės švietimo pagalbos tarnyba, Vytauto Didžiojo g. 110, Kelmė	Spalio 8 d. 10.00 val.	+370 686 62781 iki spalio 6 d. (vietų skaičius ribotas)	Senjorų kūrybinės dirbtuvės iš antrinių žaliavų ir gamtinių medžiagų
Mankšta	Kelmės sporto centre	Spalio 1 d. 10.00 val.		Kelmės sporto centras Metodininkas Arūnas Bernadišius tel. Nr. 0 699 32442 Dėl spalio 1 dienos mankštos kreiptis telefonu
Mankšta	Kelmės sporto centre	Spalio 8 d. 10.00 val.		Kelmės sporto centras Metodininkas Arūnas Bernadišius tel. Nr. 0 699 32442
Renginys pagyvenusių žmonių dienai paminėti	Kelmė, Dvaro 15	Spalio 7 d., 11 val.	Į renginį kviečiami visi Kelmės miesto ir rajono gyventojai, registracija nebus vykdoma.	Numatomas koncertas, kuriame koncertuos Kelmės „Bočių“ kolektyvai - "Pavakarys" ir "Naktigonė", bus kviečiami rajono savivaldybės atstovai ir rajono kultūros namų kolektyvai, bei kitų rajonų bočių meno kolektyvai

Kėdainių r. sav

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Senjorų mankštos	J. Basanavičiaus g. 99, Kėdainiai Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biure	Rugsėjo 30 d., spalio 2 d., 5 d., 7 d. 9.00 val.	Informacija apie registraciją bus skelbiama Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro socialiniame tinkle Facebook ir internetinėje svetainėje	Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Mankšta senjorams	Didžiosios Rinkos a. 11, Kėdainiai, 57248 Kėdainių r. sav.	Spalio 6 d. 9.00 val.	Informacija apie registraciją bus skelbiama Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro socialiniame tinkle Facebook ir internetinėje svetainėje	Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras bendradarbiaudamas su Senuoju Kėdainių trečiojo amžiaus universitetu.
Mankšta baseine	Parko g. 4, Vilainiai, Kėdainių r.	Spalio 7 d. 13.00 val.	Informacija apie registraciją bus skelbiama Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro socialiniame tinkle Facebook ir	Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras bendradarbiaudamas su Senuoju Kėdainių trečiojo amžiaus universitetu.

			internetinėje svetainėje	
Senjorų popietė	J. Basanavičiaus g. 99, Kėdainiai Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biure	Spalio 8 d. nuo 15 val. iki 17 val.	Informacija apie registraciją bus skelbiama Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro socialiniame tinkle Facebook ir internetinėje svetainėje	Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras. Senjorų popietės metu turėsite galimybę: dalyvauti praktiniame užsiėmime apie mitybą – sužinoti naudingų patarimų apie sveiką ir subalansuotą mitybą; išmatuoti kūno kompoziciją – sužinoti pagrindinius savo kūno sudėties rodiklius; pasitikrinti reakcijos greitį – atlikti smagų praktinį testą ir įvertinti savo reakciją.
Rankdarbių paroda „Nuskrido metų virtinės“	Pagirių struktūrinis teritorinis padalinys, Liepų g. 21, Pagiriai	Rugsėjo 25 d.	-	Pagirių struktūrinis teritorinis padalinys.
Parodos „Angelo sparnų šviesoje“ pristatymas	Pernaravos struktūrinis teritorinis padalinys, J. Juškytės g. 26, Pernarava	Rugsėjo 25 d., 12 val.	-	Pernaravos struktūrinis teritorinis padalinys. Parodos autorė Inga Kaminskaitė pristatys kūrybos darbus atliktus akvarele.
Edukacija „Rudens spalvos“	Lančiūnavos struktūrinis teritorinis padalinys, Liepų al. 12, Lančiūnava	Rugsėjo 26 d., 12 val.	-	Lančiūnavos struktūrinis teritorinis padalinys. Menišky atvirukų-sveikinimų gaminimas. Į šią edukaciją bus kviečiami vaikai, gaminsiantys atvirukus savo močiutėms, seneliams ar kitiems vyresnio amžiaus žmonėms. Edukaciją ves lančiūnavietė Valerija Šimkevičienė.
Edukacija „Jaukumas delnuose“	Pajieslio struktūrinis teritorinis padalinys, Ateities g. 2, Pajieslys	Rugsėjo 30 d., 12 val.	-	Pajieslio struktūrinis teritorinis padalinys.
Ingridos Alonderės knygos „Pykstu, vadinasi esu“ patyriminis pristatymas	Kėdainių r. sav. Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos renginių salė, Didžiosios Rinkos a. 5, Kėdainiai	Rugsėjo 30 d. 17.15 val.	-	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešoji biblioteka.

Virtuali fotografijų paroda „Fotografuoju rudenį“	Lančiūnavos struktūrinis teritorinis padalinys, Liepų al. 12, Lančiūnava	Spalio 1 d.	-	Lančiūnavos struktūrinis teritorinis padalinys. Darbų autorė – lančiūnavietė Raminta Klevišaitė.
Tušu atlikta piešinių paroda „Medžiai“	Vilainių struktūrinis teritorinis padalinys, Parko g. 6, Vilainiai	Spalio 1 d.	-	Vilainių struktūrinis teritorinis padalinys.
Spaudinių paroda „Močiutės skrynia: namų jaukumo metraščiai“	Aristavos struktūrinis teritorinis padalinys, Naujoji g. 9, Aristava	Spalio 1–8 d.	-	Aristavos struktūrinis teritorinis padalinys.
Individualios konsultacijos senjorams	Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys, Tujų g. 60, Gudžiūnai	Spalio 1–8 d.	-	Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys. Individualių konsultacijų metu senjorai mokomi saugiai naudotis e. policijos, e. sveikatos sistemomis.
Vaikų piešinių paroda „Spalvoti rudens stebuklai“	Mantviliškio struktūrinis teritorinis padalinys, Liepos 6-osios g. 31, Mantviliškis	Spalio 1–8 d.	-	Mantviliškio struktūrinis teritorinis padalinys.
Informacinė-pažintinė akcija „Bibliotekoje amžius neturi ribų! Ateik, klausk, bendrauk ir atrask!“	Miegėnų struktūrinis teritorinis padalinys, Mechanizatorių g. 4, Miegėnai	Spalio 1–8 d.	-	Miegėnų struktūrinis teritorinis padalinys.
Spaudinių paroda „Išminties metų šviesa“	Dotnuvos struktūrinis teritorinis padalinys, Vytauto g. 37, Dotnuva	Spalio 1–24 d.	-	Dotnuvos struktūrinis teritorinis padalinys.
„Nepatogus kinas“ nemokami kino seansai vyresnio amžiaus žmonėms	Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys, Tujų g. 60, Gudžiūnai	Spalio 1–31 d.	-	Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys.
Projekto „Nė vienas nėra pamirštas“ mokymo programų peržiūros	Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys, Tujų g. 60, Gudžiūnai	Spalio 1–31 d.	-	Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys.

Karpinių paroda „Gyvenimo medis popieriaus raštuose“	Keleriškių struktūrinis teritorinis padalinys, Žiedų g. 7, Keleriškiai	Spalio 1–31 d.	-	Keleriškių struktūrinis teritorinis padalinys. Parodos autorė bibliotekininkė Vaida Bilienė.
Mokymai „Komunikacija ir paštas: saugus ir išmanus el. pašto naudojimas“	Kėdainių r. sav. Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos kompiuterių klasė, Didžiosios Rinkos a. 5, Kėdainiai	Spalio 1 d. 9.30–11 val.	-	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešoji biblioteka.
„Poezijos ir karpinių popietė“	Pelėdnagių struktūrinis teritorinis padalinys, V. Koncevičiaus g. 3, Pelėdnagiai	Spalio 1 d., 15 val.	Registracija vykdoma tel. +370 655 59189 iki rugsėjo 30 d.	Pelėdnagių struktūrinis teritorinis padalinys. Susitikimo metu skaitysime poeziją, bendrausime ir kūrybinėse dirbtuvėse kursime karpinius ir iš jų gaminsime jaukius, savo rankomis dekoruotus atvirukus.
Rūtos Kučinskaitės tapybos darbų parodos „Tirpsme“ atidarymas	Kėdainių r. sav. Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos parodų erdvė, Didžiosios Rinkos a. 5, Kėdainiai	Spalio 1 d. 17 val.	-	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešoji biblioteka. Paroda eksponuojama iki spalio 30 d.
Josvainietės tautodailininkės Albinos Mackevičienės karpinių paroda „Gyvenimo karpiniai“	Lančiūnavos struktūrinis teritorinis padalinys, Liepų al. 12, Lančiūnava	Spalio 2 d	-	Lančiūnavos struktūrinis teritorinis padalinys.
Fotografijų paroda „Amžiaus žavesys“	Šėtos struktūrinis teritorinis padalinys, Kėdainių g. 6, Šėta	Spalio 2 d.	-	Šėtos struktūrinis teritorinis padalinys.
Popietė „Susitikime bibliotekoje...“	Meironiškių struktūrinis teritorinis padalinys, Saulėtekio g. 7	Spalio 2 d., 14 val.	-	Meironiškių struktūrinis teritorinis padalinys. Svečiuose Dotnuvos grupinio gyvenimo namų gyventojai su savo kūrybinių darbų paroda.
„Jaunystės prisiminimų popietė“	Tiskūnų struktūrinis teritorinis padalinys, Saulutės g.1, Tiskūnai	Spalio 2 d., 15 val.	-	Tiskūnų struktūrinis teritorinis padalinys. Jaukus susitikimas prie arbatos, kur kiekvienas atsineša nuotrauką ir pasakoja jos istoriją.

„Arbatos ir prisiminimų popietė“	Kunionių struktūrinis teritorinis padalinys, Liepų g. 13, Kunioniai	Spalio 2 d., 16 val.	-	Kunionių struktūrinis teritorinis padalinys.
Literatūrinė popietė „Dar pabūkim...“	Struktūrinis teritorinis padalinys „Liepa“, Liepų al. 15, Kėdainiai	Spalio 2 d., 16.30 val.	-	Struktūrinis teritorinis padalinys „Liepa“. Popietėje dalyvaus Kėdainių krašto literatų sambūrio nariais, bibliotekos „Liepa“ bendruomenė.
Poezijos skaitymas	Paaluonio struktūrinis teritorinis padalinys, Kaštonų g. 15, Paaluonis	Spalio 3 d., 11 val.	-	Paaluonio struktūrinis teritorinis padalinys.
Sveikatingumo popietė prie vaistažolių arbatos puodelio „Vaistažolių nauda žmogaus sveikatai“. Viktorina „Atpažink vaistažolę“	Lančiūnavos struktūrinis teritorinis padalinys, Liepų al. 12, Lančiūnava	Spalio 3 d., 12 val.	-	Lančiūnavos struktūrinis teritorinis padalinys.
Edukacinis užsiėmimas „Senieji amatai anksčiau ir dabar“	Krakių struktūrinis teritorinis padalinys, Vilniaus g. 18, Krakės	Spalio 3 d., 13 val.	-	Krakių struktūrinis teritorinis padalinys.
Prisiminimų popietė „Istorijos, kurias pasakoja senjorai“	Sirutiškio struktūrinis teritorinis padalinys, Žemaičių g. 1D, Sirutiškis	Spalio 3 d., 13 val.	-	Sirutiškio struktūrinis teritorinis padalinys.
Popietė „Metų kūryje“	Akademijos struktūrinis teritorinis padalinys, Stoties g. 9, Akademija	Spalio 3 d., 16 val.	-	Akademijos struktūrinis teritorinis padalinys.
Popietė „Žolynų arbata kvepiantis rugsėjis“	Mantviliškio struktūrinis teritorinis padalinys, Liepos 6-osios g. 31, Mantviliškis	Spalio 6 d., 14 val.	-	Mantviliškio struktūrinis teritorinis padalinys.
Edukacinis kūrybinis užsiėmimas, mezgimo, pynimo dirbtuvės	Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys, Tujų g. 60, Gudžiūnai	Spalio 6 d., 15 val.	-	Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys.

Popietė „Senus laikus prisiminus“	Skaistgirių struktūrinis teritorinis padalinys, Liepų g. 23, Skaistgiriai	Spalio 6 d., 16 val.	-	Skaistgirių struktūrinis teritorinis padalinys.
Garsiniai skaitymai „Ryto skaitiniai“	Senelių globos namai „Smiltelė“, Serbinų g. 1, Labūnava	Spalio 7 d., 10 val.	-	Vainikų ir Labūnavos struktūriniai teritoriniai padaliniai. Tarptautinės pagyvenusių žmonių savaitės proga Labūnavos ir Vainikų bibliotekininkės aplankys senelių globos namų gyventojus. Susitikimo metu skambės ramūs, šviesūs pasakojimai bei gyvenimiški dialogai, skirti pradžiuginti ir padovanoti šilto dėmesio.
Edukacinės kūrybinės dirbtuvės „Seni laikraščiai ir žurnalai – prasmingai kūrybai“	Vikaičių struktūrinis teritorinis padalinys, Mokyklos g. 1, Vikaičiai	Spalio 7 d., 14 val.	-	Vikaičių struktūrinis teritorinis padalinys.
Mokymai „Dokumentų rengimas: „Microsoft Word“ ir „Google dokumentai“	Kėdainių r. sav. Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos kompiuterių klasė, Didžiosios Rinkos a. 5, Kėdainiai	Spalio 8 d. 9.30-11 val.	-	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešoji biblioteka.
LASS Kėdainių rajono filialo kūrybinių darbų parodos „Atviros širdys, kūrybingos rankos“ pristatymas ir atidarymas	Josvainių struktūrinis teritorinis padalinys, Karių a. 3, Josvainiai	Spalio 8 d., 12 val. Gali keistis valanda, bus skelbiama LASS Kėdainių rajono filialo puslapyje https://www.facebook.com/profile.php?id=100064366042001	-	Josvainių struktūrinis teritorinis padalinys. Renginyje dalyvaus Vainikų ir Labūnavos struktūrinių teritorinių padalinių bibliotekininkės ir skaitytojai. Renginio metu lankytojai galės susipažinti su senjorų tapybos darbais bei įvairiais rankdarbiais. Šventinę programą ir muzikinį foną parodos atidarymo metu dovanos LASS muzikos kolektyvas „Temela“.
„Gyvenimo kelias – gražiausi prisiminimai“	Truskavos struktūrinis teritorinis padalinys, Gaisų g. 1, Pavermenys	Spalio 8 d., 15 val.	-	Truskavos struktūrinis teritorinis padalinys.

Biblioterapijos užsiėmimas vyresnio amžiaus žmonėms „Namai, obelis ir aš“	Kėdainių r. sav. Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos edukacijų erdvė, Didžiosios Rinkos a. 5, Kėdainiai	Spalio 8 d. 17.15 val.	Registracija vykdoma el. p.kultura.krvb@gmail.com	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešoji biblioteka.
Viktorina „Ar dar prisimenate?“	Vilainių struktūrinis teritorinis padalinys, Parko g. 6, Vilainiai	Derinama	-	Vilainių struktūrinis teritorinis padalinys.
Koncertas „Mūsų metai, mūsų turtas“, skirtas paminėti Tarptautinę pagyvenusių žmonių dieną	Truskavos kultūros centro didžioji salė, Derliaus g. 5-1	Spalio 4 d., tikslus laikas bus paskelbtas likus dviem savaitėms iki renginio pradžios www.truskavoskultura.lt ir Truskavos kultūros centro Facebook paskyroje.	Koncertas „Mūsų metai, mūsų turtas“, skirtas paminėti Tarptautinę pagyvenusių žmonių dieną	Truskavos kultūros centro didžioji salė, Derliaus g. 5-1
Liaudiškos muzikos kapelų šventė "Svainių kviesinis"	Josvainių kultūros centro didžioji salė	Spalio 4 d., 15 val.	-	Josvainių kultūros centras
Spaudinių paroda „Auksinis ruduo gali būti gražus“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos „Jaunystės“ struktūrinis teritorinis padalinys, Gegučių 15, Kėdainiai	Spalio 1 d.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos struktūrinis teritorinis padalinys „Jaunystė“
Spaudinių paroda „Močiutės skrynia: namų jaukumo metraščiai“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Aristavos struktūrinis teritorinis padalinys, Naujoji g. 9, Aristava, Kėdainių r.	Spalio 1–8 d.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Aristavos Struktūrinis teritorinis padalinys
Vaikų piešinių paroda „Spalvoti rudens stebuklai“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Mantviliškio struktūrinis	Spalio 1–8 d.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Mantviliškio struktūrinis teritorinis padalinys

	teritorinis padalinys, Liepos 6-osios g. 31, Mantviliškis, Kėdainių r.			
Informacinė-pažintinė akcija „Bibliotekoje amžius neturi ribų! Ateik, klausk, bendrauk ir atrask!“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Miegėnų struktūrinis teritorinis padalinys, Mechanizatorių g. 4, Miegėnai, Kėdainių r.	Spalio 1–8 d.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Miegėnų struktūrinis teritorinis padalinys
Karpinių paroda „Gyvenimo medis popieriaus raštuose“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Keleriškių struktūrinis teritorinis padalinys, Žiedų g. 7, Keleriškiai, Kėdainių r.	Spalio 1–31 d.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Keleriškių struktūrinis teritorinis padalinys Parodos autorė bibliotekininkė Vaida Bilienė
Mokymai „Komunikacija ir paštas: saugus ir išmanus el. pašto naudojimas“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos kompiuterių klasė, Didžiosios Rinkos a. 5, Kėdainiai	Spalio 1 d. 9.30–11 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešoji biblioteka
Rūtos Kučinskaitės tapybos darbų parodos „Tirpsme“ atidarymas	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos parodų erdvė, Didžiosios Rinkos a. 5, Kėdainiai	Spalio 1 d. 17 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešoji biblioteka Paroda eksponuojama iki spalio 30 d.
Fotografijų paroda „Amžiaus žavesys“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Šėtos struktūrinis teritorinis padalinys, Kėdainių g. 6, Šėta, Kėdainių r.	Spalio 2 d.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Šėtos struktūrinis teritorinis padalinys
Popietė „Susitikime bibliotekoje...“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos	Spalio 2 d., 14 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos

	viešosios bibliotekos Meironiškių struktūrinis teritorinis padalinys, Saulėtekio g. 7, Meironiškaiai, Kėdainių r.			viešosios bibliotekos Meironiškių struktūrinis teritorinis padalinys Svečiuose Dotnuvos grupinio gyvenimo namų gyventojai su savo kūrybinių darbų paroda.
„Jaunystės prisiminimų popietė“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Tiskūnų struktūrinis teritorinis padalinys, Saulutės g.1, Tiskūnai, Kėdainių r.	Spalio 2 d., 15 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Tiskūnų struktūrinis teritorinis padalinys Jaukus susitikimas prie arbatos, kur kiekvienas atsineša nuotrauką ir pasakoja jos istoriją.
Poezijos skaitymas	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Paaluonio struktūrinis teritorinis padalinys, Kaštonų g. 15, Paaluonis, Kėdainių r.	Spalio 3 d., 11 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Paaluonio struktūrinis teritorinis padalinys
Edukacinis užsiėmimas „Senieji amatai anksčiau ir dabar“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Krakių struktūrinis teritorinis padalinys, Vilniaus g. 18, Krakės, Kėdainių r.	Spalio 3 d., 13 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Krakių struktūrinis teritorinis padalinys
Prisiminimų popietė „Istorijos, kurias pasakoja senjorai“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Sirutiškio struktūrinis teritorinis padalinys, Žemaičių g. 1D, Sirutiškis, Kėdainių r.	Spalio 3 d., 13 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Sirutiškio struktūrinis teritorinis padalinys
Popietė „Metų kūryje“	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Akademijos struktūrinis	Spalio 3 d., 16 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Akademijos struktūrinis teritorinis padalinys

	teritorinis padalinys, Stoties g. 9, Akademija, Kėdainių r.			
Popietė „Amžiaus ritmu – kvėpavimas, emocijos ir sveikata	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos „Jaunystė“ struktūrinis teritorinis padalinys, Gegučių 15, Kėdainiai	Spalio 6 d. 12 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Struktūrinis teritorinis padalinys „Jaunystė“ Susitikimas su sąmoningo kvėpavimo specialistais.
Edukacinis kūrybinis užsiėmimas, mezgimo, pynimo dirbtuvės	Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys, Tujų g. 60, Gudžiūnai, Kėdainių r.	Spalio 6 d., 15 val.		Kėdainių rajono savivaldybės Mikalojaus Daukšos viešosios bibliotekos Gudžiūnų struktūrinis teritorinis padalinys
Labūnavos bibliotekos kvietimu Lietuvos aklųjų ir silpnaregių sąjungos Kėdainių rajono filialo dainų ir muzikos kolektyvo viešnagė senelių globos namuose „Smiltelė“	Senelių globos namai „Smiltelė“, Serbinų 1, Labūnava, Kėdainių r.	Datos ir laiko ieškokite bibliotekos internetinėje svetainėje		Renginys organizuojamas Kėdainių rajono savivaldybės Labūnavos bibliotekos kvietimu
Tarptautinė pagyvenusių žmonių diena. Grupės „Žvaigždžių kvartetas“ koncertas	Kėdainių kultūros centras, J. Basanavičiaus g. 24, Kėdainiai	Spalio 1 d. 17.30 val.		Kėdainių kultūros centras
Arbatos popietė „Prisiminimų puodelis“	Kėdainių kultūros centro Pelėdnagių skyrius, V. Koncvičiaus g. 3, Pelėdnagiai, Kėdainių r.	Spalio 2 d. 16 val.		Kėdainių kultūros centro Pelėdnagių skyrius
Vakaras senjorams „Rudens susitikimai“	Kėdainių kultūros centro Surviliškio skyrius, Kėdainių g. 6, Surviliškio k., Kėdainių r.	Spalio 8 d., 17.30 val.		Kėdainių kultūros centro Surviliškio skyrius

Kazimiero Jakučio koncertas	Krakių kultūros centras, Laisvės a. 1, Krakės Kėdainių r.	Spalio 4 d. 14 val.		Krakių kultūros centras
Liaudiškos muzikos kapelų šventę "Svainių kviesinis"	Josvainių kultūros centras, Karių a. 3, Josvainiai, Kėdainių r.	Spalio 4 d., 15 val.		Josvainių kultūros centras
Šokio ir kūno judesio praktika	Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras, S. Dariaus ir S. Girėno 52, Kėdainiai	Spalio 6 d., 10.30 val.		Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras
Muzikos / dainavimo / scenos meno praktinis užsiėmimas	Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras (aktų salė/229 kab.), S. Dariaus ir S. Girėno 52, Kėdainiai	Spalio 6 d., 11.30 val.		Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras
Kūrybinės saviraiškos dirbtuvės „Kuriu, jaučiu, dalinuosi“	Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras (228 kab.) S. Dariaus ir S. Girėno 52, Kėdainiai	Bus skelbiama https://smc.kedainiai.lm.lt/ likus savaitei iki renginio pradžios		Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras
Fizinio aktyvumo, psichomotorinių įgūdžių lavinimo ir relaksacijos valandėlė „Mankšta kiekvienai dienai“	Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras (225 kab.), S. Dariaus ir S. Girėno 52, Kėdainiai	Bus skelbiama https://smc.kedainiai.lm.lt/ likus savaitei iki renginio pradžios		Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras
Sveikatos ir fizinio aktyvumo stovykla	Tylos g. 9, Palanga	Rugsėjo 30 d. - spalio 1 d.		Kėdainių trečiojo amžiaus universitetas, projektas „Sveikata, judėjimas ir bendrystė“, finansuojamas Kėdainių raj. savivaldybės
„Neskubėkime pasenti“	Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras, S. Dariaus ir S. Girėno g. 52, Kėdainiai	Spalio 14 d. 12.30 val.	Bus skelbiama Facebook viešoje grupėje „Kėdainių bočiai“ 10 d. iki renginio datos	Lietuvos pensininkų sąjungos „Bočiai“ Kėdainių rajono bendrija Susitikimas su Druskininkų K. Dineikos parko judumo veiklų organizatoriumi Gediminu Grigeliu, meninė 3-jų LPS „Bočiai“ rajoninių bendrijų meninė programa.

Susitikimas – koncertas	Kunionių kultūros namai	Ieškokite „Bočių“ bendrijos interneto svetainėje		Kunionių kaimo bendruomenė, meninė Lietuvos pensininkų sąjungos „Bočiai“ Kėdainių rajono bendrijos programa
Vakaronė “Pabūkime kartu, kol dar norisi būti” skirta pagyvenusių žmonių dienai	Pelėdnagių kultūros centras	Spalio 15 d.		Kėdainių veteranų klubas „Lifosietis“, renginys skirtas klubo nariams.
Filmo seansas su garsiniu vaizdavimu „Senio kelionės“ (aut. Nerijus Mileris)	Lietuvos aklųjų ir silpnaregių sąjungos Kėdainių rajono filialas, J. Basanavičiaus g. 99, Kėdainiai	Spalio 6 d., 12.00 val.		Lietuvos aklųjų ir silpnaregių sąjungos Kėdainių rajono filialas
Neskubėkime pasenti	SJMC, S. Dariaus ir S. Girėno 52	Spalio 14 d. 12:30. Bus skelbiama f/b viešoje grupėje „Kėdainių bočiai“ 10 d. iki renginio datos	Be registracijos, viešas renginys	LPS „Bočiai“ Kėdainių rajono bendrija Susitikimas su Druskininkų K. Dineikos parko judumo veiklų organizatoriumi Gediminu Grigeliu, meninė 3-jų LPS „Bočiai“ rajoninių bendrijų meninė programa
Susitikimas – koncertas	Kėdainiai, Kunionių kultūros namai	Bus skelbiama atskirai	Be registracijos, viešas renginys	Kunionių kaimo bendruomenė, meninė LPS „Bočiai“ Kėdainių rajono bendrijos programa

Klaipėdos m. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Šokių vakaras „Ant parketo“	Bendruomenės namai, Debreceno g. 48, Klaipėda	Rugsėjo 25 d. 18.00 val.		Šokių vakaras skirtas vyresnio amžiaus žmonėms, kuriame skamba populiari šokių muzika ir visų pamėgtos melodijos. Atlikėjas Ramūnas Šlepavičius. Nemokamai
Koncertas „Muzikinis kruizas“	Bendruomenės namai, Debreceno g. 48, Klaipėda	Spalio 2 d. 17 val.		Renginys, skirtas senjorų dienai paminėti, pakvies keliauti po pasaulio šalis. Dalyvaus Bendruomenės namų senjorų meno kolektyvai: ansambliai „Burės“, „Jūrų Ainės“, kapela „Soduva“, kolektyvas iš Latvijos. Organizatorius instrumentinis – vokalinis ansamblis „Burės“ ir KC Žvejų rūmai. Nemokamai.

Koncertas „Bendrystė ir kūrybiškumo versmė“	Bendruomenės namai, Debreceno g. 48, Klaipėda	Spalio 9 d. 16.30 val.		Dalyvaus ansamblis „JūrAinė“, choras „Alna“, senjorų šokių kolektyvas „Klaipėdos zunda“, autorinių dainų duetas Milė ir Gajus, Klaipėdos Eduardo Balsio menų gimnazijos fortepijono skyriaus mokinė Dorotėja Chamidrak, sutrikusio intelekto žmonių globos bendrijos „Klaipėdos viltis“ teatras „Drugelis“ Organizatorius ansamblis „JūrAinė“ ir KC Žvejų rūmai. Nemokamai.
Koncertas tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai	Kultūros centras Žvejų rūmai, Taikos pr. 70. Klaipėda	Spalio 1 d. 18 val.	Bilietus platina www.bilietai.lt	Dalyvaus Katažina Zvonkuvienė ir Klaipėdos liaudiškos muzikos kapela „Gatunkas“. Organizatorius – KC Žvejų rūmai
Pažintinė ekskursija „PAŽINTIS SU TEATRO UŽKULISIAIS“	Klaipėdos valstybinis muzikinis teatras Danės d. 19, Klaipėda	Spalio 1 d. 14:00 val. Spalio 2d. 14:00 val. Spalio 6d. 14:00 val.	Vykdoma registracija. Registracija vykdoma čia: https://forms.cloud.microsoft/e/EYQYbKDqV4?origin=IprLink Registracija vykdoma nuo rugsėjo 22d. iki rugsėjo 30 d. (vietų skaičius ribotas)	2024 metų balandžio 20 d. lankytojas duris atvėręs naujas KVMT pastatas tapo pirmuoju per visą nepriklausomybės laikotarpį Lietuvoje pastatytu nauju teatru. Jame įrengtos dvi puikios akustikos salės su modernia garso, scenos apšvietimo įranga, vėdinimo ir žiūrovų informavimo sistemomis, repeticijų studijos, kostiumų ir dekoracijų saugyklos. Teatras pritaikytas žmonėms su judėjimo, regos, klausos negalia. Salių ir kitų erdvių interjerą kūrę architektai bei akustikos specialistai pastato sienoms, grindims ir luboms panaudojo molio, smėlio ir jūros bangų motyvus, taip atliepdami Klaipėdos krašto identitetą. Už savo darbą jie pelnė net keletą reikšmingų apdovanojimų! Apie visa tai galite sužinoti plačiau ir įsitikinti savo akimis, pradėję ekskursiją I aukšto fojė, kildami įvijais kriauklės formos laiptais į II aukšto fojė, apsilankę rekonstruotame teatro pastate per tris aukštus įrengtoje kavinėje su išsaugotu originalaus dizaino sietynu, užsukę į didžiąją ir mažąją sales, liftu nusileidę į 12 metrų žemiau jūros lygio rūsyje įrengtas technines patalpas, kostiumų saugyklas, repeticijų studijas ir t. t.

				Trukmė: ~1 val. Kalba: Lietuvių k.
Kūrybinis užsiėmimas "Džiovintų gėlių magija"	Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras adresu Danės g. 17, Klaipėda.	Spalio 6 d. 11 val.	Registracija vykdoma telefonu arba el. paštu Mob. tel: +370 640 82494 El. p. agne@sveikatosbi uras.lt (vietų skaičius ribotas)	Kūrybinis užsiėmimas "Džiovintų gėlių magija"
Sveikatos stiprinimo mankštos senjorams	Klaipėdos karalienės Luizės jaunimo centras adresu Paryžiaus Komunos g. 16A, Klaipėda.	Spalio 2, 5, 7, 9 d., 9:30 val.	Registracija vykdoma telefonu arba el. paštu Mob. tel.: +370 640 933 40 El. paštas: brigita@sveikatos biuras.lt (vietų skaičius ribotas)	Sveikatos stiprinimo mankštos senjorams
Kūno masės analizė ir konsultacija su mitybos specialistu	Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras adresu Danės g. 17, Klaipėda.	Jums tinkamu laiku Spalio 1-8 d.	Registracija vykdoma internetu: https://www.svei katosbiuras.lt/vei klos/ ->Kūno masės analizė. Daugiau informacijos Mob.tel. +37064093346	Kūno masės analizė ir konsultacija su mitybos specialistu

			El.p. ieva@sveikatosbiuras.lt	
Sveikatos stiprinimo mankštos senjorams	Klaipėdos karalienės Luizės jaunimo centras adresu Paryžiaus Komunos g. 16A, Klaipėda.	Spalio 2, 5, 7, 9 d., 9:30 val.	Registracija vykdoma telefonu arba el. paštu Mob. tel.: +370 640 933 40 El. paštas: brigita@sveikatosbiuras.lt (vietų skaičius ribotas)	Sveikatos stiprinimo mankštos senjorams
Speciali kaina senjoro bilietui į jūrų muziejų ir akvariumą – 3 Eur	Lietuvos jūrų muziejus, Smiltynė, Klaipėda	Nuo spalio 2 iki spalio 31 d. Muziejaus lankymo laikas skelbiamas interneto svetainėje www.muziejus.lt	-	Bilietus su specialia nuolaida galima įsigyti muziejaus kasose, pateikus teisę į nuolaidą patvirtinantį dokumentą.
Speciali kaina senjoro bilietui į delfinų pasirodymą – 5 Eur	Delfinariumas, Smiltynė, Klaipėda	Nuo spalio 2 iki spalio 31 d. Pasirodymų laikai skelbiami internetu svetainėje www.muziejus.lt	-	Bilietus su specialia nuolaida galima įsigyti muziejaus kasose, pateikus teisę į nuolaidą patvirtinantį dokumentą.
Speciali kaina senjoro bilietui į laivą-muziejų M52 „Sūduvis“ – 2 Eur	Laivas-muziejus M52 „Sūduvis“, Klaipėda	Nuo spalio 2 iki spalio 31 d. Muziejaus lankymo laikas skelbiamas interneto svetainėje www.muziejus.lt	-	Bilietus su specialia nuolaida galima įsigyti muziejaus kasose, pateikus teisę į nuolaidą patvirtinantį dokumentą.
Spalvų muzikos orkestro „Pajūrio spalvos“ gyvo garso koncertas „O tam saulėtam pajūry“	BĮ Socialinių paslaugų centras „Klaipėdos lakštutė“ Smiltelės g. 14, Klaipėda	Spalio 1 d., 11 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. nr. + 370 46 41 60 65	Socialinių paslaugų centro „Klaipėdos lakštutė“ paslaugų gavėjai muzikuoja Nacionaliniame Spalvų muzikos orkestre ir yra sukūrę savo grupę „Pajūrio spalvos“. Jaunuoliai dainuoja ir groja klavišiniais bei

				mušamaisiais instrumentais, pagal Spalvų muzikos sistemą, kurioje natos ir instrumentų klavišai yra pažymėti sutartinėmis spalvomis. Koncertą organizuoja BĮ Socialinių paslaugų centras „Klaipėdos lakštutė“ vadovas užimtumo specialistas Ramūnas Šlepavičius
Klaipėdos Trečiojo amžiaus universiteto mišraus vokalinio ansamblio „JūrAinė“ koncertas, „Daina širdyje“	Klaipėdos socialinių paslaugų centras „Danė“	Spalio 7 d., 11:30 val.	-	Senjorai -senjorams. Dainuojamos žinomos populiarios dainos. Koncertą organizuoja Klaipėdos socialinių paslaugų centro „Danė“, senyvo amžiaus žmonių padalinio, socialinės darbuotojos.
Pagyvenusių žmonių dienai skirtas renginys „Puodelis bendrystės“	Klaipėdos miesto savivaldybės Imanuelio Kanto viešosios bibliotekos (toliau –KMSVB) Pempininkų padalinys (Taikos pr. 81A)	Bus skelbiama www.biblioteka.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Registracija tel. +370 46 346 301	Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos proga kviečiame senjorus į jaukų susitikimą bibliotekoje. Kviečiame į mūsų susitikimą atsinešti mažą dalelę savęs – tai, kas Jus džiugina, įkvepia ar pasakoja Jūsų istoriją. Tai bus laikas sustoti, pabūti kartu, susipažinti su kaimynais, pasidalyti gyvenimo istorijomis ar tiesiog pasimėgauti malonia draugija.
Literatūrologės, kultūros istorikės Jovitos Saulėnienės knygos „Jos didenybė Prūsijos karalienė Luizė Mėmelyje“ pristatymas	Klaipėdos miesto savivaldybės Imanuelio Kanto viešosios biblioteka (Turgaus g. 8)	Spalio 2 d., 17 val.	-	Renginio metu bus pristatomas knygos „Jos didenybė Prūsijos karalienė Luizė Mėmelyje“ antrasis papildytas leidimas (2026). Dalyvaus knygos sudarytoja; spaustuvės „Druka“ atstovai.
Meno edukacija senjorams	KMSVB Meno skyrius	Spalio 7 d. 12 val. Spalio 8 d. 12 val.	Registracija telefonu +370 46 314730	1 diena: Tapybos magija Teorinė dalis: trumpas susipažinimas su spalvomis ir profesionalių dailininkų patarimai. Praktika: senjorai tapo ant drobės ar popieriaus (akrilu arba akvarele), išreiškdami savo emocijas. Refleksija: arbatos pertraukėlė, kurios metu aptariami darbai ir lavinami komunikaciniai įgūdžiai.

				Edukatorius – Ernestas Žvaigždinas 2 diena: Grafikos paslaptys Teorinė dalis: saugių ir lengvai įvaldomų grafikos technikų (pavyzdžiui, monotipijos ar lino raizinio) pristatymas. Praktika: atvirukų, paveikslėlių ar tekstilinių maišelių dekoravimas grafikos atspaudais. Vienos valandos paroda: renginio pabaigoje sukuriamas improvizuotas darbų pristatymas, stiprinantis senjorų savivertę. Edukatore Ugnė Rudinskaitė
Klaipėdos „Kūrėjų klubo“ susitikimas	KMSVB Pempininkų padalinys (Taikos pr. 81A)	Spalio 3 d., 11 val.	-	-
„Judėkime sveikiau: mankšta gerai savijautai ir kūno balansui“	KMSVB Kalnupės padalinys (Kalnupės g. 13)	Spalio 5 ir 7 d. 12 val.	-	Organizuojamos sveikatingumo mankštos, skirtos geresnei savijautai, kūno balansui ir fiziniam aktyvumui skatinti. Užsiėmimų metu dalyviai atliks viso kūno mankštas, ypatingą dėmesį skirs pėdų stiprinimui ir aktyvinimui, pusiausvyrai bei taisyklingam judėjimui.
Diskusija-pokalbis „Gyvenimo upė“ su Klaipėdos meno psichologijos centro edukologe Gražina Lauruševičiene	KMSVB Vingio padalinys (Vingio g. 11)	Bus skelbiama www.biblioteka.lt likus savaitei iki renginio pradžios	-	Diskusija-pokalbis apie gyvenimo upe, su šiltais prisiminimais ir prasmingais klausimais.
Kvėpavimo praktika „Gilus įkvėpimas-rami siela“	KMSVB Laukininkų padalinys (Laukininkų g. 42)	Bus skelbiama www.biblioteka.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. Tel. +370 46 326465	-
Kompiuterinio raštingumo mokymai pradedantiesiems „Skaitmeninės technologijos TAU: ateik, sužinok, išmok“	KMSVB Pempininkų (Taikos per. 81A) ir „Kauno atžalyno“ (Kauno g. 49) padaliniuose	Rugsėjo 28 d.– spalio 3 d., 11–14 val.	Vykdoma iki rugsėjo 28 d. Pempininkų bibliotekoje (Taikos pr. 81A,	Kompiuterinio raštingumo mokymai pradedantiesiems „Skaitmeninės technologijos TAU: ateik, sužinok, išmok“. Mokymai vyksta grupėse, trukmė 15 val. Šiuose mokymuose mokysitės: • kaip naudotis kompiuteriu ar išmaniuoju telefonu, ar planšete;

			tel. +370 46 346 301) „Kauno atžalyno“ bibliotekoje (Kauno g. 49, tel. +370 46 314 727)	• kaip rengti tekstinius dokumentus; • kaip saugiai naršyti internete bei rasti aktualios informacijos; • kaip dalintis informacija bei bendrauti internetu su artimaisiais ir draugais; • apie kasdienes e. viešąsias ir laisvalaikio paslaugas.
Ekskursija po parodą „Praeities mozaika“	Pilies muziejus, Priešpilio g.2	Spalio 1 d., 13 ir 14 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. +370 601 17 617	Ekskursijos metu lankytojai ne tik išgirs pasakojimą apie naujausius archeologų atradimus Klaipėdoje 2020–2025 metais, bet ir išvys Dauguliuose rastą unikalų XIV a. sidabro lydinį lobį.
Edukacinis užsiėmimas „Grafikos dirbtuvės“	Mažosios Lietuvos istorijos muziejus, Didžioji Vandens g.2	Spalio 2 d. 13 ir 14 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 601 01 082	Grafikos darbo spauda ant tekstilės maišelio
Virtualios realybės multisensorinė patirtis „Pasaulių sutvėrimas“	„Pojųčių meno centras“ Kultūros fabrikas, Bangų g. 5A - 1a. (minus pirmas aukštas)	Spalio 1 d. – 8 d. III – IV – 12:00-19:30 V – 12:00-20:30 VI – 11:00-20:30 VII – 11:00-19:30 Pirmadienis ir antradienis nedarbo dienos	Nuolaida bilietams. Bilietų nuoroda čia: https://angelutakais.lt/klaipeda/ Telefonas pasiteiravimui: +370 667 54630	KUFA rezidentai angelutakais.lt komanda. Į tos savaitės seansus senjorai galės įsigyti bilietus į multisensoriką vos už 12 Eur. (standartinis multisensorikos bilietas nuo rugsėjo 1-osios kainuos 20 Eur.) Taip pat po seanso tą savaitę jie galės pasivaikinti nemokama arbata kavinėje „Džonis ir citrina“ (Kultūros fabrikas, Bangų g. 5A, 1 aukštas)
Nemokami šokio ir judesio užsiėmimai senjorams	Palėpės salė C, Kultūros fabrikas, Bangų g. 5A, 5 aukštas (yra liftas)	Spalio 5 d., 10:00 val. ir 12:00 val.	Nemokami šokio ir judesio užsiėmimai senjorams Registracija: El.p. dovile.binkauskaitė@gmail.com	Užsiėmimuose Jūsų laukia: kūrybinės judesio užduotys, improvizacija, nauji bičiuliai, galimybė dalyvauti pasirodymuose. Užsiėmimus veda: KUFA rezidento Šeiko šokio teatro šokėja, Choreografė, šokėja, judesio terapijos praktikė Dvilė Binkauskaitė Užsiėmimai skirti visiems, norintiems atrasti ar kurti savitą būdą šokti, patiriant save, kitą ir aplinką per savo kūną ir judesį. Tai saugi erdvė, kurioje

			Tel. +370 610 09498	mokysimės nuraminti, pažadinti ar tiesiog subalansuoti mumyse tekančią gyvybės energiją.
Klaipėdos jaunimo teatras: PREMJERA! Juodvarnių seserys (rež. M. Mičiulytė)	Daugiafunkcinė salė B, Kultūros fabrikas, Bangų g. 5A, 2 aukštas (yra liftas)	Spalio 1 d. 19:00 val.	50% nuolaida bilietams. Su nuolaidos kodu senjorams50 Nuolaidos kodas galioja vienam bilietui. https://www.bilietai.lt/renginiai/ZQ2MSQ7SPO/premjera-klaipedos-jaunimo-teatras-juodvarniu-seserys-rez-m-miciulyte Tel. pasiteiravimui: +370 663 69777	KUFA rezidentas Klaipėdos jaunimo teatras. Į šį spektaklį senjorams taikoma 50% nuolaida. Tai fragmentiškas, vizualus ir poetiškas spektaklis, atveriantis retai matomą Lietuvos partizaninio karo pusę – moterų istorijas, jų tylą, bet lemtingą vaidmenį pasipriešinime. 1944–1953 metų partizaninis karas dažniausiai pasakojamas per miške kovojusių vyrų istorijas, tačiau be moterų pagalbos šis judėjimas būtų buvęs gerokai sunkesnis, o gal net neįmanomas. Spektaklis kviečia pažvelgti į šį laikotarpį moterų akimis. Scenoje susipina partizanų balsai, dainos, lietuvių folkloras ir vizualaus objektų teatro kalba. Fragmentiškoje dramaturgijoje atsiveria skirtingi likimai: ryšininkų, medicinos seserų, spaudos platintojų, mylimųjų, seserų, dukrų. Jų kasdienybė – nuolatinė įtampa, pavojus ir pasirinkimai, kuriuose nėra saugios vietos. Tai pasakojimai apie tylą, kuri saugo. Apie laukimą, kuris skauda. Apie meilę, kuri neišgelbsti, bet suteikia prasmę. Spektaklio audinyje atsikartoja lietuvių liaudies pasakos „Dvylika brolių, juodvarniais lakstančių“ motyvas. Kaip ir pasakoje, moteris čia prisiima tylos įžadą – kantriai, per skausmą, per laiką. Megzdama ilgėlių marškinius ji gelbsti brolius. Jos pastangos, kantrybė ir pasiaukojimas tampa metafora moterų, kurios tyliai, bet atkakliai rėmė miško brolius. „Juodvarnių seserys“ – kviečia pažvelgti į partizaninį laikotarpį iš jautrios, poetinės ir retai scenoje matomos perspektyvos – per moterų balsus, jausmus, išgyvenimus, jų tylą ir stiprybę.

				Kūrybinė komanda: Režisierė – Milda Mičiulytė Lėlės ir judesio režisierius – Eugenijus Slavinskas Dramaturgė ir kompozitorė – Ieva Pakštytė Foninės muzikos kompozitorius – Martynas Bialobžeskis Scenografė – Renata Valčik Garso režisierius - Laurynas Milinis Aktorės – Laima Akstinaitė, Elzbieta Girkantaitė, Vaiva Kvederavičiūtė, Rugilė Latvėnaitė, Ieva Pakštytė, Evelina Šimelionė Asistentė – Gabija Bargailaitė
Senjorų valandos su šaudymu iš lanko	Smiltynės 13, Klaipėda Mainų g. 5, Klaipėda	Nuo spalio 1 d. iki spalio 8d., 18 val.	Vykdoma iki spalio 8d tel. +370 615 79 909	Renginį „ Senjorų valandos su šaudymu iš lanko “ organizuoja Klaipėdos lankininkai . Renginio metu senjorai susipažins su šaudymu iš lanko, išbandys šią veiklą praktiškai ir aktyviai praleis laiką draugiškoje aplinkoje. Veikla pritaikyta įvairaus fizinio pasirengimo dalyviams.
Orientavimosi sporto atvira treniruotė “Klaipėdos OS ketvirtadieniai”	Savanorių g., prie Klaipėdos Šv. Pranciškaus Asyžiečio bažnyčios	Spalio 1 d. 16-18 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. vakaro tel. +370 611 33 104	Sporto klubas “Horizontas”
Orientavimosi sporto atvira treniruotė “Klaipėdos OS ketvirtadieniai”	1 Melnragė	Spalio 8 d. 16-18 val.	Vykdoma iki spalio 7 d. vakaro tel. +370 611 33 104	Sporto klubas “Horizontas”
Klaipėdos r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Biblioterapija baseine	Klaipėdos rajono savivaldybės BĮ sporto centras, Turgaus g. 14—1, Gargždai	Spalio 1 d., 17.30 val.	Živilė Markutė-Armalienė, Tel. +370 682 69260	Renginio organizatorius – Klaipėdos rajono savivaldybės Jono Lankučio viešoji biblioteka. Renginys organizuojamas bendradarbiaujant su Gargždų sporto centru.

			El. p. zivile.armaliene@gargzdaivb.lt	Dalyviai klausysis specialiai parinktų tekstų, skatinančių prisiminimus, apmąstymus ir pozityvias emocijas, vandenyje atliks sąmoningus ir atpalaiduojančius pratimus. Po užsiėmimo bus kviečiami pasidalyti mintimis bei gyvenimo patirtimis. Ši inovatyvi patyriminė veikla, jungianti literatūros skaitymą ir vandens teikiamą atsipalaidavimo poveikį, padės mažinti įtampą, stiprins emocinę savijautą, skatins bendravimą ir bendruomeniškumo jausmą.
Kultūrinis renginys „Metai puošia žmogų, o išmintis – gyvenimą“	Viliaus Gaigalaičio globos namai, Klaipėdos g. 53, Gargždai	Spalio 1 d., 10 val.	-	Viliaus Gaigalaičio globos namai
Konferencija „ Aktyvus amžėjimas ir asmens autonomija: siekiai, ribos ir pasirinkimai	Vytauto Didžiojo universitetas, Senato salė, S. Daukanto g. 28, Kaunas	Spalio 2 d., 09:00 – 16:00 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. Tel. +370 686 64646 el .paštu: harner.ginter@gmail.com	VDU, VŠĮ „Gerumo sala“, Viliaus Gaigalaičio globos namai
Atvirų durų diena Priekulės socialinių paslaugų centre senyvo amžiaus asmenims „Gyvenimo spalvos: mūsų metai – mūsų istorijos“.	Priekulės socialinių paslaugų centras, Naujoji g. 5A, Priekulės m., Klaipėdos r. sav.	2026 m. Spalio 1 dieną Nuo 10:00 val. iki 11.00 val.	Registracija nereikalinga	Priekulės socialinių paslaugų centras - Atvirų durų diena senyvo amžiaus asmenims bei jų artimiesiems. Galimybė susipažinti su Priekulės socialinių paslaugų centro veikla, aplankyti užimtumo kabinetus, apžiūrėti įgyvendinamas užimtumo veiklas, susipažinti ir pabendrauti su centro lankytojais, darbuotojais, sudalyvauti kūrybinėje veikloje ar žaidime. - Galimybė atsipalaiduoti, atgauti pusiausvyrą ir pailsėti. Atokvėpio valandėlė relaksaciniame kabinete. Tyli rami muzika, šviesos gijos, aromaterapija, arbata.
Priekulės socialinių paslaugų centro lankytojų Kūrybinių	Priekulės socialinių paslaugų centras,	Spalio 1 dieną Nuo 10:00 val. iki 13:00 val.	Registracija nereikalinga	Priekulės socialinių paslaugų centras

darbų paroda centro vidaus erdvėse atvykusiems svečiams	Naujoji g. 5A, Priekulės m., Klaipėdos r. sav.			Priekulės socialinių paslaugų centro vidaus erdvėse eksponuojami įvairūs Senyvo amžiaus asmenų sukurti kūrybiniai darbai. Galimybė pabendrauti su piešinių, rankdarbių, parodų autoriais, pasidalinti mintimis.
Senjorų sveikata ir emocinė gerovė. Atvirai apie demenciją ir Alzheimerio ligą. Filmo „Vis dar Alisa“ peržiūra. Filmo aptarimas, diskusija.	Priekulės socialinių paslaugų centras, Naujoji g. 5A, Priekulės m., Klaipėdos r. sav.	Spalio 1 dieną Nuo 11:00 val. iki 13:00 val.	Registracija nereikalinga	Priekulės socialinių paslaugų centras - Senjorų pasveikinimas. - Filmo „Vis dar Alisa“ trumpas pristatymas, peržiūra Priekulės socialinių paslaugų centro salėje. - Atvira diskusija apie demenciją ir Alzheimerio ligą prie kavos/arbatos puodelio. - Vaisės senjorams, muzikinė popietė.
Holistinė garsų terapija	Holistinių paslaugų centras Naujoji g. 5, Gargždai	Spalio 8 d., 18.00 val.	Živilė Markutė- Armalienė, Tel. +370 682 69260 El. p. zivile.armaliene@ gargzdaivb.lt	Renginio organizatorius – Klaipėdos rajono savivaldybės Jono Lankučio viešoji biblioteka. Renginys organizuojamas bendradarbiaujant su Holistinių paslaugų centru. Sesijos metu, haloterapijos kambaryje, naudojanti garsą ir vibracijas (gongus, Tibeto dubenis), dalyviai mokysis gilaus atsipalaidavimo praktikos, padedančios mažinti stresą, nuraminti mintis ir atkurti vidinę pusiausvyrą. Garso vibracijos veiks visą organizmą, skatins emocinę gerovę ir psichologinį atsparumą. Ši patirtinė veikla padės atsipalaiduoti, gerinti savijautą ir skatins sąmoningą rūpinimąsi savo sveikata.
Prisiminimų popietė ir laiškas iš širdies	Klaipėdos g. 11, Gargždai, I aukštas	Spalio 2 d., nuo 15 val. iki 18 val.	Vykdoma iki rugsėjo 25 d. tel. +370 642 26 993	Tikslas Skatinti vyresnio amžiaus žmonių socialinį aktyvumą, tarpusavio bendravimą, dalijimąsi gyvenimo patirtimi bei stiprinti ryšį su artimaisiais ar senais bičiuliais per prisiminimus ir laiško rašymą. Dalyviai Iki 10 senjorų. Veikla:

				• Įžanga • Prisiminimų ratas • Kūrybinė užduotis – laiško rašymas • Refleksija Laukiami rezultatai • Dalyviai užmigs naujų pažinčių ir turės galimybę pabendrauti su kitais bendruomenės nariais. • Dalyviai pasidalins savo gyvenimo prisiminimais ir patirtimis, išklausys kitų dalyvių istorijų. • Kiekvienas dalyvis sukurs asmeninį laišką pasirinktam artimam žmogui, bičiuliui ar šeimos nariui. • Laiško rašymas paskatins prisiminti ir įprasminti svarbius gyvenimo įvykius, žmones bei tarpusavio ryšius. • Dalyviai patirs bendrystę, emocinį įsitraukimą ir prasmingai praleis laiką grupėje. Sukurtą laišką dalyviai galės išsinešti, perduoti adresatui arba pasilikti kaip asmeninį prisiminimą.
Koncertas „ Rudens melodijos“	Viliaus Gaigalaičio globos namai, Klaipėdos g. 53, Gargždai, Klaipėdos r.	Rugsėjo 29 d., 10.30 val.	-	Dainas dainuoja suaugę asmenys su negalių ir senyvo amžiaus asmenų dienos socialinės priežiūros centro paslaugų gavėjai. Koncertą organizuoja Gargždų socialinių paslaugų centras.
Atvirų durų diena Priekulės socialinių paslaugų centre senyvo amžiaus asmenims „Gyvenimo spalvos: mūsų metai – mūsų istorijos“.	Priekulės socialinių paslaugų centras, Naujoji g. 5A, Priekulės m., Klaipėdos r. sav.	2026 m. Spalio 1 dieną Nuo 10:00 val. iki 11.00 val.	-	- Atvirų durų diena senyvo amžiaus asmenims bei jų artimiesiems. Galimybė susipažinti su Priekulės socialinių paslaugų centro veikla, aplankyti užimtumo kabinetus, apžiūrėti įgyvendinamas užimtumo veiklas, susipažinti ir pabendrauti su centro lankytojais, darbuotojais, sudalyvauti kūrybinėje veikloje ar žaidime.

				- Galimybė atsipalaiduoti, atgauti pusiausvyrą ir pailsėti. Atokvėpio valandėlė relaksaciniame kabinete. Tyli rami muzika, šviesos gijos, aromaterapija, arbata.
Priekulės socialinių paslaugų centro lankytojų Kūrybinių darbų paroda centro vidaus erdvėse atvykusiems svečiams	Priekulės socialinių paslaugų centras, Naujoji g. 5A, Priekulės m., Klaipėdos r. sav.	Spalio 1 dieną Nuo 10:00 val. iki 13:00 val.	-	Priekulės socialinių paslaugų centro vidaus erdvėse eksponuojami įvairūs Senyvo amžiaus asmenų sukurti kūrybiniai darbai. Galimybė pabendrauti su piešinių, rankdarbių, parodų autoriais, pasidalinti mintimis.
Senjorų sveikata ir emocinė gerovė. Atvirai apie demenciją ir Alzheimerio ligą. Filmo „Vis dar Alisa“ peržiūra. Filmo aptarimas, diskusija.	Priekulės socialinių paslaugų centras, Naujoji g. 5A, Priekulės m., Klaipėdos r. sav.	Spalio 1 dieną Nuo 11:00 val. iki 13:00 val.	-	- Senjorų pasveikinimas. - Filmo „Vis dar Alisa“ trumpas pristatymas, peržiūra Priekulės socialinių paslaugų centro salėje. - Atvira diskusija apie demenciją ir Alzheimerio ligą prie kavos/arbatos puodelio. - Vaišės senjorams, muzikinė popietė.
Nemokamas muziejaus lankymas senjorams	Lietuvos aviacijos muziejus (Veiverių g. 132, Kaunas), Stasio Girėno gimtinė-muziejus (S. Girėno g. 24, Vytogalos km., Upynos sen., Šilalės raj.), Stepono Dariaus gimtinė-muziejus (Dariaus km. 2, Judrėnų sen., Klaipėdos raj.)	Spalio 1-8 d.	-	Lietuvos aviacijos muziejus, Stasio Girėno gimtinė-muziejus, Stepono Dariaus gimtinė-muziejus, muziejaus darbo metu

Kretingos r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Akcija „Kava senjorui“	Kretingos miesto ir rajono maitinimo įstaigos (konkrečios vietos bus paskelbtos vėliau)	Spalio 1 d.	–	Kretingos rajono švietimo centras kartu su rajono verslininkais kviečia senjorus spalio 1 dieną pasivaikinti puodeliu aromatingos kavos ar arbatos
Muzikinė-poetinė popietė „Metai, kuriuos verta prisiminti“	Kretingos rajono kultūros centro Kalniškių skyrius (Alanto g. 4, Kalniškių k., Kartenos sen.)	Spalio 1 d. 15.00 val.	–	–
Vakarojimas „Gimiau pačiu laiku!“	Kretingos rajono kultūros centro Rūdaičių skyrius (Ežero g. 3, Rūdaičių k., Kretingos sen.)	Spalio 1 d. 18.30 val.	–	–
Skaitmeninio raštingumo mokymai: praktiniai DI mokymai „Nuo smalsumo iki sumanaus pritaikymo“.	Kretingos rajono švietimo centras (J. Pabrėžos g. 8, Kretinga)	Spalio 1 d. 11-15 val.	Reikalinga registracija simona.mikelkevi ciene@kretingosr sc.lt +370 676 657895	Mokymus veda Pavel Giliauskas, MB „GilinkIT“ įkūrėjas, IT konsultantas ir DI praktikas
Pašnekesių-prisiminimų popietė „Nuskrisim mintimis į tolį“	Kretingos rajono kultūros centro S. Jpilties skyrius (K. Skroblio g. 1, S. Jpilties k., Darbėnų sen.)	Spalio 2 d. 15.00 val.	–	–
Muzikos ir dainų popietė „Šviesi gyvenimo versmė“	Kretingos rajono kultūros centro Baublių skyrius (Mokyklos g. 17, Baublių k., Žalgirio sen.)	Spalio 2 d. 16.00 val.	–	–
Muzikinis vakaras „Rudens spalvos, jaunystės daina“	Kretingos rajono kultūros centro Kurmaičių skyrius (Darželio g. 1, Kurmaičių k., Kretingos sen.)	Spalio 2 d. 19.00 val.	–	–
Chorinės muzikos koncertas	Kretingos rajono kultūros centras (J. Pabrėžos g. 1, Kretinga)	Spalio 3 d. 16.00 val.	–	–

Kretingos rajono kultūros centro Kurmaičių skyriaus suaugusiųjų dramos kolektyvo spektaklis „Deputatas“, pagal Dimitris Psathas pjesę „Reikia melagio“ (rež. D. Žilinskas)	Kretingos rajono kultūros centro Kartenos skyrius (Plungės g. 2, Kartena)	Spalio 3 d. 13.00 val.	–	–
Bendrystės ir atradimų kelionė	Kretingos rajono kultūros centro Darbėnų skyrius (Laužemės g. 9, Darbėnai)	Spalio 5 d.	Reikalinga registracija arturas.juska@kretingarkc.lt +370 606 57745	Ekskursija į Platelių Šaltojo karo muziejų ir Japonišką sodą
Mankšta, kineziterapinė mankšta	Kretingos rajono sporto centras (Savanorių g. 23A, Kretinga)	Spalio 5 ir 7 d. 9.00 val.	–	Atsakingas – Visuomenės sveikatos biuras
Knygos „aš esu. Moteris 45+“ pristatymas	Kretingos rajono savivaldybės M. Valančiaus viešoji biblioteka (J. K. Chodkevičiaus g. 1B, Kretinga)	Spalio 6 d. 18.00 val.	–	Susitikime dalyvaus knygos autorė ir sumanytoja Audra Radavičienė bei viena knygos herojų – aktorė Virginija Kochanskytė
Prisiminimų dirbtuvės „Rankdarbiuose išsaugotos istorijos“	Kretingos rajono kultūros centro Raguviškių skyrius (Raguvos g. 1, Raguviškių k., Žalgirio sen.)	Spalio 7d. 16.00 val.	–	–
Lietuvių liaudies dainų vakaras „Atvira repeticija“	Kretingos rajono kultūros centro Šukės skyrius (Liepų g. 3, Šukės k., Darbėnų sen.)	Spalio 7 d. 19.00 val.	–	–
Skaitmeninio raštingumo mokymai: „Išmanioji fotografija: fotografuoju, tvarkau ir dalinuosi: fotografavimas išmaniuoju telefonu ir	Kretingos rajono švietimo centras J. Pabrėžos g. 8, Kretinga	Spalio 7 d. 10-13 val. (4 ak.val.)	Reikalinga registracija simona.mikelkeviciene@kretingosrsc.lt +370 676 657895	Užsiėmimą veda Agnė Kleibienė, fotografė, profesionali retušuotoja, AK studijos įkūrėja

pagrindinės kameros funkcijos“				
Kupiškio r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Ekskursija po parodą „Architektas Laurynas Gucevičius šiandien“	Kupiškio muziejus, Gedimino g. 2, Kupiškis	Spalio 1 d., 13.00 val.		
Ilonos Skujaitės knygos „Nemeilė“ pristatymas	Kupiškio rajono savivaldybės viešoji biblioteka, konferencijų salė (II a.), Lauryno Gucevičiaus a. 3A, Kupiškis	Spalio 1 d., 17.00 val.		
Parodos „Gyvenimo trasos – Andriejaus pergalių kelias“ pristatymas	Kupiškio rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Alizavos padalinio skaitykla, Berželių g. 12, Alizavos mstl., Kupiškio r.	Spalio 1 d., 12.00 val.		Motokroso sportininko Andriejaus Vareikos trofėjų parodos pristatymas dalyvaujant autoriui.
„Pakalbėkime kupiškėniškai“	Kupiškio rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Kupiškio krašto pažinimo skyrius (III a.), Lauryno Gucevičiaus a. 3A, Kupiškis	Spalio 2 d., 12.00 val.		Bibliotekininkų senjorų susitikimas. Knygos „Parašyta kupiškėniškai“ pristatymas. Pokalbiai kupiškėnų tarpe su bibliotekininkais-senjorais apie bibliotekoje išdirbtus metus.
Subačiaus miesto padalinio klubo „SUB.ATĖNAI“ senjorų valanda bibliotekoje	Kupiškio rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Subačiaus miesto padalinys, Aukštaičių a. 14, Subačiaus m., Kupiškio r.	Spalio 2 d., 13.00 val.	-	Vyks skaitymai, bendravimas, prisiminimų pokalbiai.
Sveikatingumo mokymai ir užsiėmimai senjorams „KUKSANDO“	Kupiškio rajono savivaldybės viešoji biblioteka, konferencijų salė (II a.), Lauryno Gucevičiaus a. 3A, Kupiškis	Spalio 6 d., 15.00 val.	Vykdoma iki spalio 5 d., mob. +370 622 35891	-
Giedriaus ir Agnės Arbačiauskų autorinių	Kupiškio rajono savivaldybės viešoji biblioteka,	Spalio 7 d.	Vykdoma iki spalio 6 d.,	-

dainų programa „Baltosios naktys“	konferencijų salė (II a.), Lauryno Gucevičiaus a. 3A, Kupiškis		mob. +370 622 35891	
Garsiniai skaitymai „Atgaiva sielai“	Kupiškio socialinės globos namai, Kikonių g. 20, Šnipeliškio k., Kupiškio r.	Spalio 7 d., 10.00 val.	-	Religinių skaitinių ir giesmių valandėlė. Atsakingas asmuo – Lina Adomavičiūtė (Kupiškio rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Šepetos padalinys)
„Senjorystė literatūroje ir mūsų gyvenimuose“	Kupiškio rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Alizavos padalinio skaitykla, Berželių g. 12, Alizavos mstl., Kupiškio r.	Spalio 8 d. 12.00 val.	-	Kupiškio rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Alizavos padalinio skaitytojų klubo „Skaitymas jungia sielas“ ir Palėvenėlės SAP klubo „Prie kavos puodelio“ narių literatūrinis užsiėmimas.
Nemokama ekskursija po Kupiškio miestą	Kupiškio miestas, Gedimino g. 96, Kupiškis	Spalio 6–7 d.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 25 d.: tel. +370 459 52505, mob. +370 672 02034, el. p. turizmas@infoku piskis.lt	Kupiškio turizmo informacijos centras, Registruojamos grupės nuo 5 asmenų.
Senjorų dienos šventė	Kupiškio krašto žmonių su negalia sąjunga, Gedimino g. 15A, Kupiškis	Spalio 1 d. 10.00– 16.00 val.	-	Informacija telefonu +370 688 80144. Atvykti galima Jums patogiu metu.
Nemokama druskos kambario procedūra	VšĮ Kupiškio ligoninė, Krantinės g. 28, Kupiškis, fizinės medicinos ir reabilitacijos skyrius	Spalio 5 d., 8.00 val. iki 13.00 val.	Nevykdoma registracija	-
Nemokama parafino procedūra	VšĮ Kupiškio ligoninė, Krantinės g. 28, Kupiškis, dienos geriatrijos centras	Spalio 5 d., 10.00 val. iki 14.00 val.	Nevykdoma registracija	-
Gydytojo geriatro paskaita „ Griuvimų	VšĮ Kupiškio ligoninė, Krantinės g. 28, Kupiškis, dienos geriatrijos centras	Spalio 5 d., 14.00 val.	Nevykdoma registracija	-

baimė vyresniame amžiuje“				
Jaukūs pokalbiai prie kavos puodelio	VšĮ Kupiškio ligoninė, Krantinės g. 28, Kupiškis, dienos geriatrijos centras	Spalio 5 d., 14.30 val.	Nevykdoma registracija	-
Lazdijų r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Lazdijų Trečiojo amžiaus universiteto mokslo metų pradžios ir Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai skirtas šventinis renginys	Lazdijų kultūros centras, Vilniaus g. 6, Lazdijai	Spalio 1 d., 13 val.	-	Organizatorius – Lazdijų švietimo centras, Lazdijų r. savivaldybė. Renginys skirtas Lazdijų trečiojo amžiaus universiteto klausytojams bei visiems Lazdijų r. savivaldybėje gyvenantiems vyresnio amžiaus žmonėms.
Koncertas pagyvenusių žmonių dienai paminėti	Lazdijų meno mokykla, vieta bus tikslinama	Spalio 1 d., 17.00 val.	Išankstinė registracija nebūtina	Organizuoja Lazdijų meno mokykla, Kontaktinis tel. + 370 698 72 517
Edukacija „Kvapnūs maišeliai“.	Kapčiamiesčio Emilijos Pliaterytės muziejus, Taikos g. 11, Kapčiamiestis, Lazdijų r.	Spalio 2 d., 14 val.	Išankstinė registracija nebūtina.	Organizuoja Lazdijų krašto muziejaus padalinys – Kapčiamiesčio Emilijos Pliaterytės muziejus. Kontaktinis tel. Nr. +370 644 16799; +370 633 30102.
Senjorų savaitei paminėti organizuojamas renginys „Atsinešk vieną prisiminimą“.	Lazdijų krašto muziejus ir Memorialinis M. Gustaičio namas, Seinų g. 29, Lazdijai.	Spalio 7 d., 3 val.	Išankstinė registracija nebūtina.	Jaukūs, bendruomeniški pokalbiai prie arbatos puodelio. Apsilankymas muziejuose. Organizuoja Lazdijų krašto muziejus. Kontaktinis tel. Nr. +370 633 30628.

Edukacija „Plaukianti svajonė“	Veisiejų krašto muziejus, Vytauto g. 47, Veisiejai	Spalio 2 d., 14 val.	Vykdoma iki spalio 1 d. tel. +370 615 95 210	„Plaukianti svajonė“ – tai kūrybinė Ebru (tapyba ant vandens) edukacija, kurios metu dalyviai susipažįsta su senovine piešimo ant vandens istorija, priemonėmis bei technikomis, o sukurtojo rašto ar paveikslo išskirtinumą perkelia ant popieriaus lapo. Organizuoja Lazdijų krašto muziejaus padalinys – Veisiejų krašto muziejus. Kontaktinis tel. Nr. +370 615 95 210.
--------------------------------	---	-------------------------	--	--

Marijampolės r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimai	Sūduvos gimnazijos stadionas, Marijampolė	Spalio 5,7 d., 14 val.	Vykdoma iki gruodžio 14 d., registracija tel. +370 615 40 117	-
Muzikinis žaidimas - klausyk, prisimink, žaisk lietuvišką muziką.	Marijampolės savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Lietuvinių g. 18, Marijampolė	Spalio 6 d., 13 val.	Registracija el. paštu ilma.lementauskiene@marijampol.esvsb.lt	MUZIKINIS ŽAIDIMAS – tai emocijų, prisiminimų ir naujų atradimų kupina patirtis. Kelionė per mėgstamą, jau užmirštą ir dar neatrastą Lietuvos muzikos istoriją.
Mankštos senjorams	Marijampolės sporto cento salė, Vytauto 47 g., Marijampolė	Spalio 1, 6, 8 d., 9:00 val.	Vykdoma iki rugsėjo 29 d. Registracija nereikalinga.	-

Mažeikių r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Muzikinė-poetinė popietė „Su daina per gyvenimą“	Židikų kultūros centro Ukrių kultūros namai, Taikos g. 6, Ukrių k., Židikų sen.	Rugsėjo 30 d., 17.00 val.	-	Mažeikių Henriko Nagio viešosios bibliotekos Ukrių biblioteka ir Židikų kultūros centro Ukrių kultūros namai

Senjorų mėnuo „Gyvenimo istorijos bibliotekoje“	Mažeikių Henriko Nagio viešosios bibliotekos Auksodės biblioteka, Aušros g. 8, Auksūdžio k., Laižuvos sen., Mažeikių r. sav.	Spalio 1-30 d. Tikslūs laikai ir datos bus skelbiami Auksodės biblioteka Facebook paskyroje, likus savaitei iki renginių pradžios	-	-
Biblioterapijos užsiėmimas vyresniojo amžiaus žmonėms	Mažeikių Henriko Nagio viešoji biblioteka, Laisvės g. 31, Mažeikiai	Spalio 1 d., 14.00 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 698 52 032	-
Edukacinis užsiėmimas suaugusiems „Kūryba be ribų“	Mažeikių Henriko Nagio viešosios bibliotekos Reivyčių biblioteka, Laisvės g. 216S, Mažeikiai	Spalio 1 d., 15.00 val.	-	-
Jurgitos Navikienės knygos „Menas gyventi gerai. Esamuojau laiku“ pristatymas	Mažeikių Henriko Nagio viešoji biblioteka, Laisvės g. 31, Mažeikiai	Spalio 6 d., 17.00 val.	-	-
Edukacinis užsiėmimas „Šilti prisiminimai, šilti dėlnai: vilnos vėlimo dirbtuvės“	Mažeikių Henriko Nagio viešosios bibliotekos Sedos Adomo Šoblinsko biblioteka, Vytauto g. 14-1, Sedos m., Mažeikių r. sav.	Spalio 6 d., 10.00 val.	-	Mažeikių Henriko Nagio viešosios bibliotekos Sedos Adomo Šoblinsko biblioteka, Sedos PSPC Socialinės globos skyrius
Edukacinis užsiėmimas „Vilnos glėbyje - muiliukas“	Mažeikių Henriko Nagio viešoji biblioteka, Laisvės g. 31, Mažeikiai	Spalio 7 d., 15.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 6 d. tel. +370 698 52 032	
Popietė „Tesušyla širdys“ Svečiuose Vidas Saliuona Teatrus, Žemaitės „Apsiriko“	Mažeikių rajono Židikų kultūros centras, M. Pečkauskaitės g. 28 Židikai, Židikų sen., Mažeikių r. sav.	Spalio 10 d., 14.00 val.	-	Mažeikių Henriko Nagio viešosios bibliotekos Židikų biblioteka ir Mažeikių rajono Židikų kultūros centras

Senjorų popietė	Mažeikių rajono Tirkšlių kultūros centras J. Janonio g. 7, Tirkšliai, Mažeikių r.	Spalio 25., Tikslus renginio laikas bus paskelbtas likus dviem savaitėms iki renginio pradžios interneto svetainėje www.tirkšliukc.lt ir Tirkšlių kultūros centro socialiniuose tinkluose.		Tirkšlių seniūnijos senjorų vakaras, skirtas pagerbti aktyvius, bendruomeniškus ir savo kraštui nusipelnčius senjorus – kaimų šviesuolius. Renginio metu bus pagerbtas vienas aktyviausių ir nenuilstančių Balėnų kaimo žmonių, savo veikla, iniciatyvomis ir nuoširdžiu darbu telkiantis bendruomenę. Tai graži padėka žmogui, kuris savo veikla puoselėja kaimo tradicijas, skatina bendrystę ir yra pavyzdys kitiems. Renginio metu taip pat vyks koncertas, skirtas senjorams, bei jaukus bendruomeninis pavakarojimas.
Aktyvi muzikinė popietė „Kelnionė į jaunystę“	Mažeikių rajono Urvikių kultūros centras, Saulės g. 3, Urvikių k.	Bus skelbiama Mažeikių rajono Urvikių kultūros centro Facebook paskyroje ir internetinėje svetainėje https://urvikiukc.mozelloseite.com/ likus savaitei iki renginio pradžios.		
„Žvelk giliau į save ir pasaulį“	Sedos kultūros centre (Dariaus ir Girėno g. 2, Mažeikių r. sav.)	Spalio 5 d. 12.00 val.	Norinčius dalyvauti kviečiame susisiekti su „Žvelk giliau“ psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyvos koordinatoriumi – Gediminu	Medardo Čobato trečiojo amžiaus universiteto komanda kviečia į prasmingus ir jaukius renginius bendruomenėse, kuriuose savanoriauja vyresnio amžiaus asmenys - „Žvelk giliau“ psichikos sveikatos ambasadoriai. Daugiau informacijos galite rasti: https://www.facebook.com/groups/3785482048446012/permalink/4541246036202939/

			Dalinkevičiumi, +37065505864.	
Bendravimas - tai mūsų gyvenimo prasmė	Mažeikiai, Naftininkų 11	Spalio 6 d. 12 val.	Be registracijos, viešas renginys	KC, LPS „Bočiai“ Mažeikių bendrija, Meninė dalis iš pakviestų „Bočių“ bendrijų, sveikinimai
Molėtų r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Popietė "Širdžių šiluma"- skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai.	Bekupės biblioteka Pušyno g. 11, Bekupės km., Molėtų raj.	Spalio 1 d., 16.00 val.	Registracija nebus vykdoma, senjorai bus kviečiami asmeniškai, iškabinami skelbimai, paskelbsime facebook paskyroje.	Organizatoriai: Molėtų kultūros centro Giedraičių renginių organizatorė, Bekupės bibliotekininkė, Bekupės Seniūnaitė. Renginio metu vyks LNRS rašytojos Rasitos Sireikaitės – Kaladinskienės poezijos knygos „Ką kalba širdis“ pristatymas, koncertuos Molėtų kultūros centro kolektyvas.
Mūsų metai - mūsų istorijos	Videniškių seniūnija, (salė), Šilelio g. 6 A, Videniškių k., Molėtų r. sav.	Spalio 1 – 8 d. Tiksli data Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos socialiniuose tinkluose bus skelbiama nuo rugsėjo 21 d.	-	Prisiminimų vakaras. Organizuoja Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos padalinys - Videniškių biblioteka
Paskaita - edukacija „Tradicinė augalininkystė, gamtos gėrybių rinkimas, žolininkystė“	Molėtų krašto tradicinių amatų centras, Muziejaus g. 7, Mindūnai, Molėtų r. sav.	Spalio 1 d., 10:00 val. (išvykimas nuo Molėtų r. sav. administracijos pastato – 9:30 val.)	Registracija nuo rugsėjo 21 d. Molėtų r. švietimo pagalbos tarnybos tel. nr. +37067986986	Renginį organizuoja Molėtų r. švietimo pagalbos tarnyba kartu su Molėtų krašto muziejaus Molėtų krašto tradicinių amatų centru
Išvažiuojamoji edukacija „Žuvienės virimas“	Molėtų krašto tradicinių amatų centras, Muziejaus g. 7, Mindūnai, Molėtų r. sav.	Spalio 1 d., 14:00 val.	-	Organizuoja Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos padalinys - Inturkės biblioteka

Poezijos popietė. Dalyvauja Molėtų rajono literatės Marytė Gudėnienė ir Sigutė Lisauskienė	Giedraičių biblioteka, Širvintų g. 16, Giedraičiai, Molėtų r. sav.	Spalio 1 d., 15:00 val.	-	Organizuoja Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos padalinys - Giedraičių biblioteka
Apsilankymas Molėtų baseine	Molėtų baseinas, Ažuolų g. 10, Molėtai	Spalio 2 d. nuo 7:00 val. iki 12:00 val	Be registracijos	Savarankiškas lankymasis baseino komplekse
Molėtų Trečiojo amžiaus universiteto (TAU) iškilminga atidarymo šventė	Molėtų kultūros centras, Inturkės g. 4. Molėtai	Spalio 2 d., 13:00 val.	Registracija nuo rugsėjo 21 d. Molėtų r. švietimo pagalbos tarnybos tel. nr. +37067986986	Renginį organizuoja Molėtų r. švietimo pagalbos tarnyba
Alantos sinagogos lankymas	Alantos biblioteka, A. Kraujelio g. 3, Alantos sen., Alanta, Molėtų r. sav.	Spalio 2 d., 13:30 val.	-	Organizuoja Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos padalinys - Alantos biblioteka
„Kasdienybės spalvos: žvelk giliau“	Toliejų laisvalaikio salėje (Toliejų g. 16, Molėtų r. sav.)	Spalio 2 d. 18.00 val.	Norinčius dalyvauti kviečiame susisiekti su „Žvelk giliau“ psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyvos koordinatoriumi – Gediminu Dalinkevičiumi, +37065505864.	Medardo Čobato trečiojo amžiaus universiteto komanda kviečia į prasmingus ir jaukius renginius bendruomenėse, kuriuose savanoriauja vyresnio amžiaus asmenys - „Žvelk giliau“ psichikos sveikatos ambasadoriai. Daugiau informacijos galite rasti: https://www.facebook.com/groups/3785482048446012/permalink/4541246036202939/
Koncertas „Visais keliais į Alantą ateinam...“	Alantos dvaras, Parko g. 5, Alanta, Molėtų r. sav.	Spalio 3 d., 17:00 val.	-	Dainos mylėtojų klubo mišrusis choras „Alumni Vilnenses“

Filmo „Lombardas“ peržiūra ir diskusijos	Molėtų r. sav. viešoji bibliotekos skaitykla (I a.), Inturkės g. 4, Molėtai	Spalio 5 d., 10:00 val.	Registracija nuo rugsėjo 21 d. Molėtų r. švietimo pagalbos tarnybos tel. nr. +37067986986	Renginį organizuoja Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos Informacijos skaitykla (I a.) kartu su Molėtų r. švietimo pagalbos tarnyba
Mankšta	Molėtų pradinė mokykla, Jaunimo g. 1, Molėtai	Spalio 5 d., 18:30 val.	-	Mankštą organizuoja Utenos r. sav. visuomenės sveikatos biuras, veda kineziterapeutė Violeta Bimbirienė
Susitikimas su aktoriumi Rimvydu Kalveliu. Lietuvos kino studijos filmo „Kai aš mažas buvau“ peržiūra	Levaniškių biblioteka, Darželio g. 4, Levaniškių k., Molėtų r. sav.	Spalio 7 d. Tikslus laikas Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos socialiniuose tinkluose bus skelbiamas nuo rugsėjo 21 d.	-	Organizuoja Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos padalinys - Levaniškių bibliotekos bibliotekininkas su savanoriais
„Pašnekesiai prie arbatos puodelio“	Žiūrų biblioteka, Žalioji g. 4, Žiūrų k., Molėtų r. sav.	Spalio 7 d., 15:00 val.	-	Organizuoja Molėtų r. sav. viešosios bibliotekos padalinys - Žiūrų biblioteka
Popietė „Prie kavos puodelio“	Molėtų r. sav. viešoji biblioteka, Inturkės g. 4. Molėtai	Spalio 7 d. 16:00 val.	-	Organizuoja Molėtų r. sav. viešoji biblioteka Abonemento skaitykla (III a.). Naujų knygų pristatymas ir aptarimas.
Mankšta	Molėtų pradinė mokykla, Jaunimo g. 1, Molėtai	Spalio 7 d., 18:30 val.	-	Mankštą organizuoja Utenos r. sav. visuomenės sveikatos biuras, veda kineziterapeutė Violeta Bimbirienė
Spektaklis „Gyvenimo verpetuose“	Dubingių biblioteka, Ažuolyno g.8, Dubingiai, Molėtų r. sav.	Spalio 8 d. 15:00 val.	-	Svečiuose Švenčionių kultūros centro režisierius Richardas Leleiva su spektakliu skirtu Gabrielei Petkevičiūtei-Bitei „Gyvenimo verpetuose“
Virginijos Kalinauskienė paroda – pristatymas ir edukacija „Dekupažo magija“	Inturkės seniūnija, (salė), Bažnyčios g. 16, Inturkės k., Molėtų r. sav.	Spalio 8 d. 15:00 val.	-	Organizuoja Molėtų kultūros centras ir Inturkės bendruomenės centras

Nemokama ekskursija „Etnokosmologija – ryšiai su kosminiu pasauliu“.	Lietuvos etnokosmologijos muziejus, Kulionių k., Žvaigždžių g. 10, Čiulėnų sen., Molėtų r.	Spalio 4 d., 11 – 15 val.	Būtina išankstinė registracija tel. nr. +370 6 152 0688	Ekskursijos vyksta kas valandą ir vietų skaičius jose yra ribotas. Būtina susisiekti telefonu ir užsiregistruoti.
--	--	------------------------------	---	---

Neringos sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Vyresnio amžiaus neringiškių šventė su menine-pramogine programa	Nidos kultūros ir turizmo informacijos centras „Agila“, Taikos g. 4, Neringa	Spalio 1 d., 17 val.	-	Organizatorius - Neringos socialinių paslaugų centras
Paskaita „Palankūs ir nepalankūs maisto produktai žmogaus organizmui“	Nidos bendruomenės namai, Taikos g. 17, Neringa	Spalio 8 d., Valanda bus skelbiama www.neringosspc.lt likus savaitei iki renginio pradžios	-	Organizatoriai - Neringos socialinių paslaugų centras ir Klaipėdos m. visuomenės sveikatos biuras

Pagėgių sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
„Skrybėlėti ir orūs“.	Pagėgių savivaldybės kultūros centras	Spalio 1 d. 17.00 val.	-	Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos minėjimo renginys
Kultūrinė gamtos tvarumo skatinimo edukacija senjorams „Gintarinio rudens miniatiūros...“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešosios bibliotekos Žukų filialas, V. Gaigalaičio g. 25, Žukų k., Pagėgių sav., LT-99247.	Spalio 2 d., 13.00 val.	-	-
Muzikinis žiniaratis senjorams „Skambesio dermėje – aidinti Lietuva“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešosios bibliotekos Kentrių filialas, Vingio g. 2-1, Kentrių k., Pagėgių sen., Pagėgių sav., LT-99238.	Spalio 2 d., 14.00 val.	-	Renginys taipogi skiriamas Tarptautinei muzikos dienai, pirmojo Lietuvoje kanklių ansamblio įkūrimo 120-mečiui ir Besimokančių senjorų dienai paminėti.
Teatralizuota gyvosios istorijos ekskursija ir	Pagėgiai geležinkelio g. 7	Spalio 3 d. 10 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. el.p.	Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos progai skirtas kultūrinis-patyriminis renginys, kviečiantis

popietė „Sugrįžimas į tarpukario Pagėgius“			seputiene.jolita1@gmail.com tel. +37061572730	krašto senjorus į interaktyvią kelionę laiku. Renginio metu gidė įsikūnys į istorinį Kotrynos Juodkaziienės personažą, praves teatralizuotą ekskursiją po Pagėgių architektūros ir kasdienybės istoriją. Po pasivaikščiojimo dalyviai rinksis „Perono“ kavinėje, kur vyks „Gyvosios istorijos“ refleksijos popietė – senjorai dalinsis atsineštomis asmeninėmis, šeimos, Pagėgių miesto nuotraukomis, prisiminimais ir bendraus prie arbatos puodelio. Renginio tikslas – mažinti senjorų socialinę atskirtį, skatinti bendruomeniškumą bei puoselėti vietos istorinę atmintį. Organizatorius Pagėgių neformalusis suaugusiųjų švietimas
Muzikinis-kūrybinis vidudienis „Metai – įkvėpimo kupina gyvenimo daina“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešosios bibliotekos Šilgalių filialas, Mokyklos g. 1, Šilgalių k., Stoniškių sen., Pagėgių sav., LT-99307.	Spalio 5 d., 12.00 val.	-	Programoje – Pagėgių savivaldybės asmenų su negalia draugijos Šilgalių padalinio narių kūrybinių darbų parodos pristatymas. Renginys organizuojamas bendradarbiaujant su Pagėgių savivaldybės asmenų su negalia draugijos Šilgalių padaliniu.
Virtualios realybės patyriminių edukacijų ciklas senjorams „Akiniuose – [ne]atrastas pasaulis“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešoji biblioteka, Jaunimo g. 3, Pagėgiai, Pagėgių sen., Pagėgių sav., LT-99287.	Spalio 5–8 d., 14.00–16.00 val.	-	Šiuolaikinės informacinės technologijos nukels senjorus į virtualaus pasaulio gelmes, skatins smalsauti, tyrinėti, domėtis bei atrasti naujas skaitmenines galimybes.
Šiltų ir jaukių kraštotyrinių kavos pokalbių popietė senjorams „Apie Mažąją Lietuvą: laiko ir gyvenimo paralelės“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešosios bibliotekos Lumpėnų filialas, Rambynų g. 22, Lumpėnų k., Lumpėnų sen., Pagėgių sav., LT-99267.	Spalio 6 d., 14.00 val.	-	Popietė taipogi skiriama Tarptautinei kavos dienai bei Mažosios Lietuvos gyventojų genocido dienai paminėti.
Muzikinis protmūšis senjorams „Lietuviškų tradicijų skambesys...“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešosios bibliotekos Natkiškių filialas, Z. Petraitienės g. 4, Natkiškių k., Natkiškių sen., Pagėgių sav., LT-99232.	Spalio 6 d., 14.00 val.	-	Renginys organizuojamas partneriaujant su Natkiškių kaimo bendruomene.

Literatūrinė-kūrybinė edukacija prie arbatos puodelio senjorams „Auksinio rudens spalvos knygų puslapiuose...“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešosios bibliotekos Vilkyškių filialas, Dvaro g. 1, Vilkyškių mstl., Pagėgių sav., LT-99254.	Spalio 7 d., 13.00 val.	-	-
Literatūrinė-diskusinė popietė senjorams „Kai laikas – tik sau...“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešosios bibliotekos Piktupėnų filialas, Liepų g. 1, Piktupėnų k., Pagėgių sen., Pagėgių sav., LT-99241.	Spalio 8 d., 14.00 val.	-	-
Padėkos ir pagarbos popietė senjorams „Senjorai – gražiausias išminties žiedas“	Pagėgių savivaldybės Vydūno viešosios bibliotekos Stoniškių filialas, Klaipėdos g. 1, Stoniškių k., Stoniškių sen., Pagėgių sav., LT-99304.	Spalio 8 d., 15.00 val.	-	Renginys taipogi skiriamas ir Besimokančių senjorų dienai paminėti. Renginys organizuojamas partneriaujant su Pagėgių savivaldybės administracijos Stoniškių seniūnija ir Stoniškių kaimo bendruomene.
„Nugyventi metai – tai gražiausias metų turtas“	Pagėgių savivaldybės kultūros centro Natkiškių kultūros namai, Zosės Petraitienės g. 7, Pagėgiai	Spalio 10 d. 16.00 val.	-	Renginys skirtas Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti.

Palangos m. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Senjorų savaitė Palangoje	Visa informacija ir programa Senjorų savaitė 2026 m. rugsėjo 28 – spalio 3 d. Palanga	Rugsėjo 28-spalio 1 d.		Organizatoriai: VšĮ „Pilietinė medija“ ir Palangos miesto savivaldybė
Senjorų susitikimų popietė	Palangos kurorto muziejus, Birutės al. 34A, Palanga	Rugsėjo 29 d. 15:00 val.	Registracija tel.: +370 646 11048	
Susitikimas su Daiva Tamošiūnaite-Budre	Palangos kurorto muziejus, Birutės al. 34A, Palanga	Rugsėjo 30 d. 11:00 val.	-	Pokalbis apie savanorystę
Senjorų susitikimų popietė	Palangos kurorto muziejus, Birutės al. 34A, Palanga	Rugsėjo 30 d. 15:00 val.	Registracija tel.: +370 646 11048	Trumpi pokalbiai – ilgalaikės draugystės!

Nauja (skaitmeninė) kasdienybė: rizikos ar galimybės?	Palangos kurorto muziejus, Birutės al. 34A, Palanga	Spalio 1 d. 11:00 val.	-	Dalyvauja AB „TELIA Lietuva“ Žmonių, kultūros ir teisės padalinio įtrauktis ir įvairovės partnerė Julija Markeliūnė
Lauko fizinio aktyvumo pratybos, funkcinės ir „išgyvenimo“ treniruotės	Ganyklų g. 2, Palanga	Spalio 1, 6, 8 d. 18:30-19:30 val.	Registracija vykdoma renginio vietoje	Organizatorius – Palangos sporto centras
Garso terapija	Palangos miesto socialinių paslaugų centras, Klaipėdos pl. 76, Palanga	Spalio 5 d. 12:00-13:00 val. ir 14:00-15:00 val.	Registracija tel.: +370 687 34962	Dalyviai klausosi Tibeto bei krištolo dubenų, gongų skleidžiamų garsų ir vibracijų. Skiriamas laikas ramiam poilsiui, kvėpavimui ir atsipalaidavimui. Veiklos metu siekiama sumažinti įtampą, nurinti ir pagerinti emocinę savijautą. Užsiėmimą ves profesionalus garsų terapijos specialistas.
Atviros stalo teniso varžybos	Palangos sporto centras, Sporto g. 3, Palanga	Spalio 6 d. Tikslesnė informacija bus skelbiama internetinėje svetainėje www.sportpalanga.lt likus ne mažiau nei savaitei iki renginio pradžios	Registracija vykdoma el. paštu info@sportpalanga.lt	Organizatorius – Palangos sporto centras
Edukacija „Mano spalvingas maišelis“	Palangos miesto socialinių paslaugų centras, Žuvėdrų g. 4-2, Palanga (Šventoji)	Spalio 6 d. 10:00-12:30 val.	Registracija tel.: +370 687 34962	Kūrybinės edukacijos metu dalyviai dekoruos medžiaginį maišelį, pasitelkdami spalvas, raštus ir įvairias menines priemones. Kiekvienas galės laisvai išreikšti savo kūrybiškumą, pasirinkti mėgstamas spalvas ir susikurti unikalų, tik jam priklausančią maišelį
Užsiėmimas „Kūno sąmoningumas ir savęs pažinimas“	Palangos miesto socialinių paslaugų centras, Klaipėdos pl. 76, Palanga	Spalio 6, 7 d. 14:30-15:30 val.	Registracija tel.: +370 687 34962	Užsiėmimų metu dalyviai atlieka lengvus kūno pajautimo, kvėpavimo ir atsipalaidavimo pratimus, mokosi atpažinti kūno siunčiamus signalus, įtampą ir emocijas. Atliekamos savęs pažinimo bei emocijų atpažinimo užduotys, skatinamas bendravimas ir pasitikėjimas savimi. Taip pat naudojami aromaterapijos elementai, padedantys sukurti

				ramią ir jaukią aplinką. Užsiėmimus veda psichologas-psichoterapeutas.
Solo šokių pamoka su Tomu Žiliu	Vieta derinama Tikslesnė informacija bus skelbiama internetinėje svetainėje www.palangosspt.lt	Spalio 7 d. 11:00-11:45 val.	-	Organizatorius – Palangos švietimo pagalbos tarnyba. Suaugusiųjų mokymosi savaitės renginių ciklo metu kviečiame į energingą ir geros nuotaikos kupiną solo šokių pamoką. Pamoką ves Tomas Žilys – buvęs garsiojo Klaipėdos sportinių šokių ansamblio „Žuvėdra“ šokėjas, Palangos TAU šokių kolektyvo „Jūrė“ vadovas.
Popietė su psichologe senjorams ir ne tik	Palangos jaunimo ir savanorystės centras, Vytauto g. 110, Palanga	Spalio 7 d. 14:00-16:00 val.	Registracija tel. arba SMS žinute +370 612 16325 iki spalio 5 d.	Šio susitikimo metu psichologė Aleksandra Šavelė, turinti 20 m. praktikos, su senjorais ir visais atvykusiais į susitikimą gvildens temą „Kam svarbus mano amžius...“. Prie puodelio kavos galėsite užduoti klausimus ir diskutuoti: - ką pasako žmogaus amžius; - ar galime spręsti apie žmogų pagal jo amžių; - kodėl nedrįstama pasakyti savo amžiaus; - ar bendravime svarbu pabrėžti savo amžių ir kt. Organizatoriai: VšĮ „Metų rievės“ ir Lietuvos Raudonojo Kryžiaus Vakarų regiono skyriaus Palangos savanorių komanda
Kūrybinė terapija	Palangos miesto socialinių paslaugų centras, Klaipėdos pl. 76, Palanga	Spalio 8 d. 10:30-11:30 val. ir 12:30-13:30 val.	Registracija tel.: +370 687 34962	Dalyviai piešia, tapo, dirba su spalvomis ir įvairiomis kūrybinėmis priemonėmis. Atliekamos teminės kūrybinės užduotys, padedančios išreikšti emocijas, mintis ir jausmus. Po kūrybinės veiklos vyksta trumpa refleksija, kurios metu dalyviai gali pasidalinti savo patirtimi ir geriau suprasti save. Užsiėmimus ves dailės terapeutas.
Susitikimas su Algirdu Kumža	Palangos miesto savivaldybės viešoji biblioteka, Vytauto g. 61, Palanga	Spalio 8 d. 17:00 val.	-	Susitikimas su rašytoju, Lietuvos kuksando asociacijos prezidentu, Kovo 11-osios Akto signataru, diplomatu, ambasadoriumi ir alpinistu Algirdu Kumža. A. Kumža pasakos apie keliones, diplomatinę tarnybą ir politinę veiklą, prisimins

svarbius Lietuvos istorijos įvykius ir dalytis asmeninėmis patirtimis. Pokalbyje vietos atsiras ir Rytų filosofijai – svečias papasakos, kaip jos principai gali padėti įveikti stresą, stiprinti sveikatą ir geriau pažinti save.

Panevėžio m. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Valstybinio jaunimo teatro spektaklis „Pranašystė“.	Panevėžio Juozo Miltinio dramos teatro mažoji salė, Laisvės a. 5	Spalio 2 d., 18 val.	Registracija vykdoma el. paštu: lina.morkunaite@jaunimoteatras.lt iki rugsėjo 30 d. Vietų kiekis ribotas (20 vietų).	Režisierius: Justinas Vinciūnas Vaidina: Algirdas Latėnas, Vidas Petkevičius, Saulius Sipaitis, Gediminas Storpirštis Peteris Handke'ė – austrų rašytojas, 2019 m. apdovanotas Nobelio literatūros premija už „paveikų darbą, su lingvistiniu išradingumu tiriančiu periferiją ir žmogaus patirties išskirtinumą“. Pagrindinės autoriaus kūrybos temos – žmogų supanti realybė, kalbos ribų ir subjektyvios tiesos paieškos. „Pranašystė“ sukurta ankstyvuoju rašytojo kūrybos laikotarpiu, kai autoriui tebuvo dvidešimt dveji. Šį kūrinį, kaip ir kitas 1964–1966 m. parašytas pjeses, autorius priskyrė vadinamosioms kalbinėms pjesėms. Pjesėje nėra veiksmo, siužeto linijų, scenografijos: visas dėmesys sutelkiamas į žodį. Pradžioje buvo žodis – fonetika ir ritmas buvo pirmieji elementai, patraukę jauniausios kartos režisieriaus Justino Vinciūno dėmesį. Jis ieškojo būdų perteikti šį tekstą kaip muziką, sudėlioti jo ritminę partitūrą. Galiausiai kilo klausimas: o kur yra žmogus? Atsakymo į šį klausimą kartu su režisieriumi scenoje ieško vyriausios kartos teatro aktoriai: Algirdas Latėnas, Vidas Petkevičius, Saulius Sipaitis, Gediminas Storpirštis – tikrieji teatro scenos

				grandai, iš aktyvaus gyvenimo jau tarytum pasitraukianti karta. Pasak režisieriaus, šių aktorių patirtis ir tampa kontrapunktu formalistiniam pjesės stiliui. Jų lūpose pranašystė suskamba ir it Biblinė metafora, ir kaip absurdiška, autoironiška odė kasdienybei. Pjesėje paminėti keturi skaitovai A, B, C ir D spektaklyje įgyja benamių pavidalą. Visi jie atsisakę apčiuopiamų nuosavybės formų – stebėtojai, pakilę virš kasdieniško gyvenimo. Spektaklyje Handke'ės tekstas persipina su autentiškais aktorių pastebėjimais, gyvenimiškomis situacijomis, ir tai byloja apie žmogaus vietos, identiteto paiešką absurdiškos tikrovės akivaizdoje.
Atvirų durų diena VšĮ "Senior Group Lietuva"	Basanavičiaus g.1-1C	Spalio 6d. 13 val.	Vyks išankstinė registracija iki spalio 3 d., tel. 37066655116	Senjorams skirtas laikas, loterija, įdomios patirtys
„Telefonas kišenėje – fotografas manyje“	Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešoji biblioteka (toliau – Biblioteka), Respublikos g. 14, Panevėžys. Miesto kultūros ir poilsio parkas.	Spalio 6 d., 15 val.	Registracija vykdoma iki spalio 2 d. Tel. 0 45 465767	Tarptautinės pagyvenusių žmonių savaitės proga kviesime pagyvenusius žmones į mobiliosios fotografijos užsiėmimą ir kūrybinį „fotopasivaikščiavimą“. Dalyviai sužinos keletą paprastų būdų, kaip telefonu padaryti gražesnes nuotraukas, praktiškai išbandys įvairias fotografavimo užduotis, mokysis pastebėti įdomias detales ir pažvelgti į aplinką nauju rakursu. Užsiėmimo pabaigoje, kiekvienas išsirinks ir pakoreguos labiausiai patikusį foto kadrą, o atrinktos nuotraukos bus eksponuojamos parodoje Bibliotekos Bendruomenės erdvėje. Organizatorius - Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešoji biblioteka.
Paskaita „Antsvorio psichologija: kodėl žinios nepadeda lieknėti?“	Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešoji bibliotekos konferencijų salė,	Spalio 6 d., 17.15 val.	Registracija nevykdoma	Organizatorius - Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešoji biblioteka.

	Respublikos g. 14, Panevėžys			
Audros Radavičienės knygos „Aš esu moteris 45+“ pristatymas	Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešosios bibliotekos konferencijų salė, Respublikos g. 14, Panevėžys	Spalio 1 d., 17.15 val.	Registracija nevykdoma	Organizatorius – Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešoji biblioteka. Renginio metu bus pristatyta Audros Radavičienės knyga „Aš esu moteris 45+“ – įkvepianti brandžių moterų istorijų ir portretų knyga apie bėgantį laiką, savęs priėmimą ir gyvenimo vertę. Knygoje 72 moterys iš visos Lietuvos dalijasi savo patirtimis, įžvalgomis ir drąsa būti savimi.
„Gyvenimas tarp eilučių“. Biblioterapinis užsiėmimas vyresnio amžiaus žmonėms	Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešosios bibliotekos Vaikų ir jaunimo kultūrinės edukacijos skyrius, Aukštaičių g. 4C-2, Panevėžys	Spalio 7 d., 14:00 val.	Registracija prasidės rugsėjo 21 d. ir bus vykdoma iki spalio 6 d. el. paštu: sarune.leikiene@pavb.lt	Dalyvių skaičius ribotas – 15 dalyvių. Užsiėmimo trukmė – 1,5 val.
Trečiojo amžiaus universiteto mokslo metų atidarymo renginys	Panevėžio rajono savivaldybės didžioji salė, Vasario 16-osios g. 27, Panevėžys	Spalio 1 d., 11 val.	–	Susitikimas su žurnaliste, visuomenininke, knygų autore Edita Mildažyte. Organizatorius – Panevėžio rajono švietimo centras
Išvyka į Kauną „Kauno istorijos vingiais“	Kaunas	Spalio 8 d., 10 al.	Vykdoma iki spalio 2 d. https://www.prsc.lt/renginiai	Edukacinė ekskursija į Art Deco muziejų, Prezidento Valdo Adamkaus biblioteką - muziejų. Organizatorius – Panevėžio rajono švietimo centras
Seminaras „Pozityvi komunikacija“	Bernatonių bendruomenė, Draugystės G. 7, Bernatoniai	Spalio 2 d. 11 val.	Registracija telefonu: 0 686 03213	Praktinis seminaras, Bernatonių fakulteto dekanė Skaidra Kriukienė
Susitikimas-paskaita „Daiktų istorijos“	Kultūros centras, Laisvės a., Raguva	Spalio 1 d., 14 val.	–	Susitikimas su Sauliumi Plinkumi, Raguvos fakulteto dekanė Irena Sabaliauskienė
Nemokama filmo „Vienišiausias žmogus pasaulyje“ (rež.: Tizza Covi, Rainer Frimmel,	Stasys museum, padalinys kino centras „Garsas“, Respublikos g. 40, Panevėžys	Spalio 6 d. 15 val. Bus skelbiama www.garsas.lt	Nemokami bilietai kino centro „Garsas“	Šmaikštumo kupinas filmas apie laiką, atmintį ir gebėjimą priimti netikėtus gyvenimo posūkius. Pagrindinį vaidmenį atlieka tikras austrų bliuzo muzikantas Alas Cookas, kurio asmenybė ir

Austrija, 2026, 1:26) peržiūra ir Socialinio recepto senjorams pristatymas			kasoje nuo spalio 1 d. arba vykdoma registracija iki spalio 6 d. tel. +370 67142862	gyvenimo istorija natūraliai susilieja su kino pasakojimu. Šiltas humoras, bliuzo muzika ir subtilus žvilgsnis į senatvę šį filmą paverčia ode antriesiems šansams, neišsipildžiusioms svajonėms ir drąsai pasirinkti savo kelią. Prieš filmą, bus pristatytas socialinis receptas. Organizatorius: Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras. Partneriai: Stasys museum, padalinys Kino centras “Garsas”
Ekskursija po parodą „ICON - O – STASYS“ su muziejaus gidu	BĮ Stasio Eidrigėvičiaus menų centras Stasys Museum, Respublikos g. 40, Panevėžys	Spalio 6 d. 14h	Registracija internetu stasysmuseum.co m nuo rugsėjo 29 d. iki spalio 5 d.	Pasivaikščiojimas po nuolatinę Stasio Eidrigėvičiaus parodą „ICON-O-STASYS“ su muziejaus gidu. Ekskursijos metu gidas nuosekliai supažindins su paroda, joje eksponuojamais kūriniais ir jų autoriumi.
Edukacija „Sąmoningas žvilgsnis“	BĮ Stasio Eidrigėvičiaus menų centras Stasys Museum, Respublikos g. 40, Panevėžys	Spalio 7 d. 14h	Registracija internetu stasysmuseum.co m nuo rugsėjo 29 d. iki spalio 6 d.	Tai patyriminė edukacija Stasys Museum, kviečianti lankytojus sulėtėti, atsitraukti nuo kasdienybės ir sąmoningai sugrįžti į dabarties akimirką. Pasitelkiant dėmesingumo (mindfulness) praktikas, dalyviai kviečiami patirti muziejuje pristatomus kūrinius per įvairius pojūčius – regą, klausą, lytėjimą ir erdvės suvokimą. Per įtraukiančius jutiminius pratimus lankytojai tyrinėja meno kūrinius sąmoningai, stiprindami dėmesį, vaizduotę ir asmeninį santykį su menu. Edukacija vyksta ekspozicinėse ir edukacinėje erdvėse, derinant individualią patirtį su bendru dalijimusi, ir siekia sukurti saugią, atvirą aplinką, kurioje parodose pristatomi kūriniai tampa gyvai išgyvenama patirtimi.
Filmo peržiūra	BĮ Stasio Eidrigėvičiaus menų centras, struktūrinis padalinys kūrybiškumo centras „Pragiedruliai“, Ukmergės g.	Spalio 6 d. 16 val.	Registracija www.pragiedrek.l t	Sveiko senėjimo savaitės metu Kūrybiškumo centre „Pragiedruliai“ bus rodoma socialinio projekto „Babulenciaga“ apybraiža, pasakojanti apie

	59 A, Panevėžys			vyresnio amžiaus moterų gyvenimą, jų patirtis, kasdienybę, veiklas, iššūkius ir gebėjimą juos įveikti. Filme atskleidžiamos skirtingos senjorių gyvenimo istorijos, jų santykis su amžiumi, šeima, aplinka ir pačiomis savimi. Per asmenines patirtis, jaunystės prisiminimus ir šiandienos gyvenimo situacijas pasakojimas kviečia į vyresnį amžių pažvelgti ne kaip į ribojantį gyvenimo etapą, o kaip į laiką, kuriame galima išlikti aktyviam, smalsiam, savarankiškam ir atrasti naujų veiklų. Apybraižoje netrūksta sarkastiško humoro, lengvai ir šmaikščiai prisimenami jaunystės metai, kalbama apie gyvenimo patirtis, santykius, pasirinkimus, pasikeitimus ir tai, kaip su įvairiais gyvenimo iššūkiais susitvarkoma šiandien. Autentiškos istorijos ir humoras kuria artimą, atpažįstamą atmosferą bei skatina žiūrovus prisiminti savo gyvenimo istorijas ir patirtis.
Senjorų valanda „Ateik dainuot su „Atgaiva“	Kultūros centras Kranto g. 28, Panevėžys Muzikos auditorija	Spalio 5 d. 12 val.	-	Liaudies dainų pasidainavimas su Panevėžio TAU dainos klubo „Atgaiva“ dalyviais ir kolektyvo programa
Senjorų valanda „Ateik pašokti su „Gija“	Kultūros centras Kranto g. 28, Panevėžys Meno mėgėjų studija	Spalio 6 d. 18 val.	-	Folklorinių šokių mokymas ir kolektyvo šokių programa
Ekspozicijos „Epochų dialogai“ lankymas	Panevėžio kraštotyros muziejus, Vasario 16-osios g. 23	Spalio 1 d. Ekspozicijos lankymo valandos: II–V 10.00–18.00 val. VI–VII 11.00–16.00 val.	Įėjimas laisvas	Lankymas nemokamas.
Viktorina „Mano Panevėžys“	Panevėžio atviras jaunimo centras, Ramygalos g. 18.	Spalio 1 d. 10.00 val.	Registracija iki rugsėjo 30 d. +370 616 52340,	Lankymas nemokamas.

			info@panevezioaj c.lt	
Sveikatos diena senjorams „Rūpinuosi savimi“	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68, II a. salė	Spalio 1 d. 13.00 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 67142862	Sveikata – brangiausias mūsų turtas, o sąmoningas rūpinimasis ja leidžia džiaugtis aktyviu ir pilnaverčiu gyvenimu. Kviečiame senjorus skirti popietę sau ir apsilankyti specialiai jums skirtoje Sveikatos dienoje. Renginio metu galėsite nemokamai pasitikrinti svarbiausius sveikatos rodiklius ir gauti naudingų žinių. Renginio programa ir veiklos: Sveikatos rodiklių matavimai: kraujospūdis, pulso, deguonies kiekio kraujyje nustatymas, kraujagyslių, arterijų būklė. Kūno sudėties vertinimas: moderniu analizatoriumi bus nustatomi jūsų kūno masės komponentai, padedantys geriau suprasti organizmo būklę. Individualios specialistų konsultacijos: gautų rezultatų aptarimas ir asmeniniai patarimai sveikatai stiprinti. Paskaita apie mitybą: „Sveiko ilgaamžiškumo lėkštė: mityba vyresniame amžiuje“. Sužinosite, kaip paprasti mitybos pokyčiai gali suteikti daugiau energijos ir apsaugoti nuo ligų. Pasinaudokite proga pasitikrinti sveikatą ir gauti profesionalų patarimus vienoje vietoje! Visi tyrimai ir paskaita nemokami. Organizatorius: Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras.
„Potėpio kalba“	Biblioteka „Židinys“, Nemuno g. 76	Spalio 1 d. 15 val.	Įėjimas laisvas	Kūrybinis-terapinis užsiėmimas su Inga Svidulevičiene
Senjorų autorinė daina	Panevėžio teatras „Menas“, Vasario 16-osios g. 19, Pamevėžys	Spalio 1 d. 18 val.	Bilietai teatro „Menas“ kasoje (kasos darbo laikas II-V 11-15)	VšĮ Modernaus dainavimo studija organizuoja jau IV festivalį. Jame dainuoja, groja Senjorai iš visos Lietuvos. (Jonas Kriauklys, Gendrius Jakubėnas, Irmantas Urbonas...)

			val. ir VI, VII 1 val. iki renginio)	
„Skaitmeninis amžius: mokomės kartu“	Biblioteka „Židinys“, Nemuno g. 76	10 01 – 10 08	Registracija tel: 0 45 461 567	Medijų ir informacinio raštingumo mokymai pagal projektą
„Skaitmeninis amžius: mokomės kartu“	Parko biblioteka, Parko g. 37	10 01 – 10 08	Registracija tel: 0 45 441 740	Medijų ir informacinio raštingumo mokymai pagal projektą
„Skaitmeninis amžius: mokomės kartu“	Viešoji biblioteka, Kniaudiškių g. 34	10 01 -10 08	Registracija tel: 0 45 420 379	Medijų ir informacinio raštingumo mokymai pagal projektą
„Kaip suvaldyti pyktį, stresą ir nerimą“	Viešoji biblioteka, Kniaudiškių g. 34	10 02 – 10 31		Literatūros paroda
„Skaitmeninis amžius: mokomės kartu“	Šiaurinė biblioteka, Pušaloto g. 55	10 01 -10 08	Registracija tel: 0 45 463 957	Medijų ir informacinio raštingumo mokymai pagal projektą
„Skaitmeninis amžius: mokomės kartu“	Smėlynės biblioteka, Smėlynės g. 49	10 01 -10 08	Registracija tel: 0 45 460 587	Medijų ir informacinio raštingumo mokymai pagal projektą
Ekspozicijos „Epochų dialogai“ lankymas	Panevėžio kraštotyros muziejus, Vasario 16-osios g. 23	Spalio 2 d. Ekspozicijos lankymo valandos: II–V 10.00–18.00 val. VI–VII 11.00–16.00 val.	Įėjimas laisvas	Lankymas nemokamas.
Atvirų durų diena Panevėžio TAU Minime Tarptautinę pagyvenusių žmonių dieną.	Alfonso Lipniūno progimnazija, Klaipėdos g. 138, Panevėžys,	Spalio 2 d. nuo 16 iki 18 val.	Įėjimas laisvas	Renginio metu supažindinsime su vykdomomis veiklomis, dalyviai susitiks su grupių vadovais, vyks įvairios edukacijos. Panevėžio trečiojo amžiaus universitetas
Ekspozicijos „Epochų dialogai“ lankymas	Panevėžio kraštotyros muziejus, Vasario 16-osios g. 23	Spalio 3 d. Ekspozicijos lankymo valandos: II–V 10.00–18.00 val. VI–VII 11.00–16.00 val.	Įėjimas laisvas	Lankymas nemokamas.
Judėk kartu su Park run Kultūros ir poilsio parkas	Kapučino ir šimtalapių namai, adresu Parko g. 24B, Panevėžys	Spalio 3 d. 9:00 val.	Reikia dalyviams registruotis interneto svetainėje:	Nemokamas, smagus ir draugiškas kasavaitinis 5 km bendruomenės renginys. Eikite, bėkite, savanoriaukite ar stebėkite - viskas priklauso nuo jūsų! Čia laukiami visi!

			<u>pradžią parkrun</u> <u>Kultūros Ir Poilsio</u> <u>Parkas parkrun</u> <u>Kultūros Ir Poilsio</u> <u>Parkas</u> paspaudus langelį/Registracij a	
Ekskursija su gidu po Panevėžio kraštotyros muziejų	Panevėžio kraštotyros muziejus, Vasario 16-osios g. 23	Spalio 3 d. 12.00 val.	Įėjimas laisvas	Kviečiame šeštadienį praleisti muziejuje, kur su gidu galėsite panirti į Panevėžio krašto istoriją, atrasti kraštotyros muziejaus ekspozicijų slėpinius nuo akmens amžiaus iki šių dienų, išgirsti neįtikėtinų istorijų bei puikiai praleisti laiką! Ekskursija nemokama.
Ekspozicijos „Epochų dialogai“ lankymas	Panevėžio kraštotyros muziejus, Vasario 16-osios g. 23	Spalio 4 d. Ekspozicijos lankymo valandos: II–V 10.00–18.00 val. VI–VII 11.00–16.00 val.		Lankymas nemokamas.
Ekspozicijos „Epochų dialogai“ lankymas	Panevėžio kraštotyros muziejus, Vasario 16-osios g. 23	Spalio 5 d. Ekspozicijos lankymo valandos: II–V 10.00–18.00 val. VI–VII 11.00–16.00 val.	Įėjimas laisvas	Lankymas nemokamas.
„Pasidainavimas su „Atgaiva“	Panevėžio kultūros centras, Kranto g. 28, Panevėžys	Spalio 5 d. 12 val.	Įėjimas laisvas	Liaudies dainų pasidainavimas Panevėžio kultūros centre
Paskaita senjorams: „Sveikata iš vaistinės: kaip maisto papildus vartoti protingai?“	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68, II a. salė	Spalio 5 d. 13.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 1 d. tel. +370 67142862	Ar žinote, kaip teisingai pasirinkti ir saugiai vartoti maisto papildus? Vyresniame amžiuje organizmo poreikiai keičiasi, o vaistinių lentynos mirga nuo vitaminų ir mineralų gausos. Tačiau daugiau ne visada reiškia geriau. Kviečiame senjorus į naudingą paskaitą, kurioje

				paprastai ir aiškiai aptarsime, kaip nesuklysti maisto papildų pasaulyje. Paskaitos metu sužinosite: Kokie vitaminai ir mineralai iš tikrųjų yra svarbiausi vyresniame amžiuje. Kaip maisto papildai dera (arba nedera) su jūsų kasdien vartojamais vaistais. Kaip atskirti kokybišką produktą ir nepasiduoti skambioms reklamoms. Kokiu paros metu ir kaip teisingai gerti papildus, kad organizmas juos pasisavintų geriausiai. Atsineškite savo klausimus – kartu ieškosime atsakymų, kaip stiprinti sveikatą racionaliai ir saugiai! Paskaita nemokama. Organizatorius: Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras.
Sveikuolių klubas kviečia: kelionė Palūšė. Pažintinis takas, Bitės bokštas, Ledakalnis, Ginučiai.	Ignalinos nacionalinis parkas	Spalio 5 d.	Dalyvauja Panevėžio TAU Sveikuolių klubo nariai	Panevėžio trečiojo amžiaus universitetas
Mokymai „DI kasdienybėje: išmanus kelionių planavimas ir kasdieniai sprendimai“	Panevėžio regioninis STEAM atviros prieigos centras Kniaudiškių g. 40, Panevėžys	Spalio 5 d. 14.00 val.	Įėjimas laisvas	Tikslas – supažindinti vyresnio amžiaus žmones su dirbtinio intelekto galimybėmis ir išmokyti jų saugiai bei praktiškai taikyti kasdienėse situacijose.
Protmūšis (Kahoot! platformoje)	Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešoji biblioteka. Bendruomenės erdvė III a. Respublikos g. 14, LT-35184 Panevėžys	Spalio 6 d. 13:30 val.	Registracija telefonu: +370 640 30440. Registruotis galima iki spalio 5 d. arba kol bus laisvų vietų (salėje telpa 50 dalyvių).	Bus skelbiama facebook organizacijos puslapyje https://www.facebook.com/PanevezioKZNS Programa: 11.00 val. – svečių sutikimas ir muzikinė programa (koncertuoja kolektyvas „Aidija“, vadovė Janina). 11.30–13.00 val. – protmūšis („Kahoot!“ platformoje). 13.00 val. – nugalėtojų pagerbimas ir kolektyvo „Aidija“ pasirodymas.

				13.30 val. – renginio pabaiga. PKŽNS pirmininkas Jonas Dumša +370 640 30440
Kūrybinė edukacija senjorams „Vasaros prisiminimai“	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68, II aukštas.	Spalio 6 d. 15.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 1 d. tel. +370 67142862. Dalyvių skaičius ribotas.	Kviečiame senjorus į šiltą, raminančią ir kūrybišką edukaciją. Užsiėmimo metu kartu prisiminsime gražiausias saulėtas akimirkas ir paprastus, nugludintus lauko akmenukus paversime spalvotais meno kūriniais. Tai puiki galimybė išreikšti save, pasimėgauti spalvų terapija, lavinti smulkiąją motoriką ir praleisti laiką jaukioje bendraminčių draugijoje. Spalvinsime, marginsime, dalinsimės istorijomis, o pačių sukurtas margas akmenėlis taps mielu prisiminimu, šildančiu namus ištisus metus. Visos reikalingos priemonės bus suteiktos. Edukaciją organizuoja Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras. Edukaciją veda Reda Karaliūnienė, Karolina Levanė (M. Karkos pagrindinė mokykla).
Ekspozicijos „Epochų dialogai“ lankymas	Panevėžio kraštotyros muziejus, Vasario 16-osios g. 23	Spalio 7 d. Ekspozicijos lankymo valandos: II–V 10.00–18.00 val. VI–VII 11.00–16.00 val.	Įėjimas laisvas	Lankymas nemokamas.
Planuojamas protmūšis Intelektualus žaidimas senjorams „Smegenų mankšta: žinių ir juoko popietė“	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68, II a. salė	Spalio 7 d. 14.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 1 d. tel. +370 67142862. Dalyvių skaičius ribotas.	Sakoma, kad protas – kaip raumuo, jį reikia nuolat treniruoti! Kviečiame Panevėžio senjorus į azartišką, smagų ir bendrystės kupiną protmūšį. Tai puiki proga išjudinti pilkąsias ląsteles, pasidalinti savo išmintimi ir smagiai pasijuokti. Žaidimo metu jūsų laukia įvairūs klausimų raundai: nuo auksinių estrados melodijų ir Panevėžio miesto istorijos paslapčių iki šmaikščių loginių galvosūkių.

				Čia nebus jokių sunkių egzaminų – tik komandinis darbas, šilti pokalbiai ir azartas! Susiburkite į komandas vietoje arba atsiveskite draugą. Organizatorius: Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Planuojama stalo žaidimų popietė Popietė senjorams „Žaidžiame gyvenimą: stalo žaidimų ir bendrystės valanda“	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68, II a. salė	Spalio 7 d. 14.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 1 d. tel. +370 67142862. Dalyvių skaičius ribotas.	Kada paskutinį kartą jautėte vaikišką azartą prie stalo žaidimo lentos? Kviečiame senjorus trumpam atidėti kasdienius rūpesčius į šalį ir pasinerti į stalo žaidimų sūkurį! Šios popietės tikslas – ne laimėti, o pabūti kartu, pabendrauti ir patirti bendrų džiaugsmo akimirkų. Žaisime tiek visiems puikiai pažįstamus klasikinius žaidimus, tiek išmėginsime naujus, lengvai perprantamus ir atmintį bei reakciją lavinančius žaidimus. Ateikite pasimėgauti jaukia aplinka, arbatos puodeliu ir gyvu bendravimu! Organizatorius: Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras.
Popietės pokalbis apie meną, skirtas Senjorų savaitei	Panevėžio miesto dailės galerija, Respublikos g. 3, Panevėžys	Spalio 7 d. 16 val.	Įėjimas laisvas	Panevėžio miesto dailės galerijos erdvėse kviečiame į ekskursiją-pokalbį su galerijos kuratoriais apie meną ir jo prieinamumą, poveikį ir poreikį kurti
Ekspozicijos „Epochų dialogai“ lankymas	Panevėžio kraštotyros muziejus, Vasario 16-osios g. 23	Spalio 8 d. Ekspozicijos lankymo valandos: II–V 10.00–18.00 val. VI–VII 11.00–16.00 val.	Įėjimas laisvas	Lankymas nemokamas.
Sporto renginys „SVEIKAS SENĖJIMAS“ – sporto veikla „Bočia“ žaidimas	Pripučiamas futbolo maniežas, Beržų g. 37-1, Panevėžyje	Spalio 8 d. nuo 10.00 val. iki 14.00 val.	Registracija bus vykdoma el. paštu – Google forms.	Sporto renginys skirtas skatinti aktyvų ir sveiką senėjimą, stiprinti bendradarbiavimą bei dalintis geraja praktika organizuojant aktyvias veiklas įvairioms visuomenės grupėms, sudaryti galimybes

				dalyviams keistis profesine patirtimi ir gerosiomis praktikomis.
Konferencija skirta Pasaulinei artrito dienai paminėti	Taikos al. 11, NVO salėje I aukštas (jėjimas iš Švyturio g.)	Spalio 8 d. 12 val.	Laisvas jėjimas.	Konferencijos metu bus skaitomi pranešimai. Bus koncertas, kurio metu koncertuos ARA „Artritas“ ansambliai „Vakarė“ ir „Velžynėlis“
Psichologinės gerovės popietė „Gera būti tarp žmonių“	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68, II a. salė	Spalio 8 d. 13.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 1 d. tel. +370 67142862.	Žmogui reikia žmogaus, o šiltas bendravimas – geriausias vaistas mūsų sielai. Kviečiame senjorus praleisti popietę kartu, skiriant laiko savo emocinei sveikatai, vidinei ramybei ir bendrystei. Renginio metu jūsų laukia: Atviras pokalbis apie vienišumo jausmą, emocinę savijautą ir būdus, kaip vėl atrasti kasdienybės džiaugsmą. Praktinis streso valdymo užsiėmimas, kuriame išmoksite paprastų, kasdien pritaikomų būdų vidinei įtampai mažinti. Kvėpavimo ir atsipalaidavimo praktika, padėsianti kūnui ir protui pailsėti bei sugrąžinti energiją. Ateikite pabūti drauge, pasidalinti mintimis ir išmokti pasirūpinti savo emocine gerove. Užsiėmimas nemokamas. Organizatorius: Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras.
Sporto renginys „SVEIKAS SENĖJIMAS“ – kūrybiškumo skatinimas	Kūrybiškumo centras „Pragiedruliai“	Spalio 8 d. 14.00 val. iki 16.00 val.	Registracija bus vykdoma el. paštu – dalyvių skaičius ribotas.	Skatinti įtrauktį, kūrybiškumą ir bendruomeniškumą organizuojant bendras veiklas su jaunimu ir asmenų su negalia organizacijomis, stiprinti tarptautinį bendradarbiavimą Sporto renginio įgyvendinimo metu.

Panevėžio r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Literatūros paroda "Mūsų jaunystės knygos"	Berčiūnų biblioteka, Liepų g. 14, Berčiūnų k., 35290 Panevėžio r.	Spalio 1 d. nenurodyta valanda	-	Parodos pristatymas.
"Kai filmas prabyla". Filmo seansas	Paliūniškio biblioteka, Vabalninko g. 13, Paliūniškio k., 38440 Panevėžio r.	Spalio 1 d. 11.00 val.	-	Pasirinkto filmo peržiūra ir aptarimas prie arbatos puodelio. Organizatorius – Paliūniškio biblioteka.
„Laiko mašina: muzika ir kinas“	Perekšlių biblioteka, Taikos g. 5, Perekšlių k., 38388 Panevėžio r.	Spalio 1 d. 11.00 val.	-	Protmūšis senjorams. Organizatorius - PRSVB Perekšlių biblioteka
"Iš kartos į kartą: knygos, kurias skaitė mūsų tėvai ir seneliai". Literatūros paroda	Beržų g. 50, Panevėžys	Spalio 1 – 31 d.	-	Retro knygų paroda, jungianti skirtingas kartas. Organizatorius - Viešoji biblioteka
„Iš rankų į rankas: tėvų skaitytos knygos“. Literatūros paroda	Ramygalos biblioteka, Dariaus ir Girėno g. 27, Ramygala., 38260 Panevėžio r.	Spalio 1- 31 d.	-	Literatūros klasika – tiltas tarp kartų. Organizatorius – PRSVB Ramygalos biblioteka.
Individualios konsultacijos	Beržų g. 50, Panevėžys	Spalio 1 – 2 d.	-	Skaitmeniniai mokymai gyventojams. Organizatorius – Viešoji biblioteka
Skaitytojų klubų išvyka	Pragiedruliai. Panevėžio kūrybiškumo centras, Ukmergės g. 59 a., Panevėžys	Spalio 2 d. 11.00 val.	-	Organizatoriai- Karsakiškio, Geležinių ir Tiltgalių bibliotekos. Klubo nariai susipažins su centro istorija, diskutuos
"Saugus senjoras gatvėje". Edukacija	Raguvos biblioteka, Laisvės a. 10, Raguva., 38156 Panevėžio r.	Spalio 2 d. 11.00 val.	-	Kūrybinė edukacija. Dalyviai pasigamins šviečiantį atšvaitą- pakabuką. Organizatorius - PRSVB Raguvos biblioteka
"Kuriančios rankos". Dirbtuvės	Velžio biblioteka, Nevėžio g. 54, Velžio k., 38129 Panevėžio r.	Spalio 2 d. 12.00 val. (data tikslinama)	-	Kūrybinės dirbtuvės. Organizatorius - PRSVB Velžio biblioteka
„Rudens magija: nuo tešlos iki spalvoto lapo“. Edukacija	Ramygalos biblioteka, Dariaus ir Girėno g. 27, Ramygala., 38260 Panevėžio r.	Spalio 5 ir 9 d. 10.00 val.	-	Kūrybinė edukacija Ramygalos soc. globos namų gyventojams. Organizatorius – PRSVB Ramygalos biblioteka.

"Tabletė nuo senatvės". Popietė senjorams	Linkaučių biblioteka, Norušių g. 10, Linkaučių k., 38281 Panevėžio r.	Spalio 6 d. (ar 07 gali keistis) 16.00 val.	-	Organizatorius – PRSVB Linkaučių biblioteka. Pokalbiai, prisiminimai, geras laikas.
„Kai buvome jauni”. Popietė	Upytės biblioteka, Ėriškių g. 8, Upytės k., 38294 Panevėžio r.	Spalio 6 d. 11.00 val.	-	Prisiminimų, muzikos ir šiltų susitikimų popietė senjorams. Organizatorius - PRSVB Upytės biblioteka
„Balto lino gyvenimas”. Popietė	Gustonių biblioteka- UDC, M. Kriaučiūno g. 4, Gustonių k., 38355 Panevėžio r.	Spalio 7d. 12.00 val.	-	Kūrybinė - edukacinė popietė. Dalyvauja Gustonių TAU senjorai. Organizatorius – PRSVB Gustonių biblioteka - UDC
„Smegenys mėgsta iššūkius: kaip palaikyti kognityvinę sveikatą?”. Paskaita	Panevėžio rajono savivaldybės viešojo biblioteka, Beržų g. 50, Panevėžys	Spalio 7 d. 15.00 val.	-	Panevėžio r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuro paskaita. Organizatorius - Viešojo biblioteka
„Apie baimes ir gyvenimo džiaugsmą”. Paskaita	Berniūnų biblioteka, Jaunimo g. 2a, Berniūnų k., Panevėžio r.	Spalio 7 d. 15.00 val.	-	Harold Blonski knygos „Senų žmonių baimės” pristatymas, pokalbis-diskusija prie arbatos puodelio. Organizatorius- PRSVB Berniūnų biblioteka
„Prezidentas”. Dokumentinio filmo peržiūra ir susitikimas su filmo režisiere Daiva Žeimyte – Biliene.	Ėriškių kultūros padalinio salė, Ėriškėlių g. 16, Ėriškių k., 38271 Panevėžio r.	Spalio 7 d. 18.00 val.	-	Dokumentinio filmo „Prezidentas” (apie Lietuvos Respublikos Prezidentą Valdą Adamkų) peržiūra, filmo aptarimas, susitikimas su žurnaliste, režisiere Daiva Žeimyte - Biliene. Organizatorius – PRSVB Ėriškių biblioteka.
"Dainuojame baltą lino gyvenimą". Popietė	Smilgių biblioteka, Panevėžio g. 1, Smilgiai., 38375 Panevėžio r.	Spalio 8 d. 16.00 val.	-	Muzikinė popietė, skirta E. Mezginaitės 85-ųjų gimimo metinių paminėjimui. Dalyvauja senjorių ansamblis "Prie židinio". Organizatorius - PRSVB Smilgių biblioteka

Pasvalio r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Fizinio aktyvumo ir sveikatinimo užsiėmimai su kineziterapeute Monika.	Pasvalio socialinių paslaugų centras, Dienos užimtumo centro salė (2 aukštas). Pasvalys, Joniškėlio g. 1	Spalio 1 d., 14 val.	-	Pasvalio socialinių paslaugų centras
Dienos užimtumo centro lankytojų, rankdarbių	Pasvalio socialinių paslaugų centras, Dienos užimtumo	Spalio 5 d., 10 val.	-	Pasvalio socialinių paslaugų centras

būrelio „Augalų (arba žiedų) koliažas, botaninis (flore – art) tradicinis japonų menas.	centro salė (2 aukštas). Pasvalys, Joniškėlio g. 1			
„Joga gerai savijautai“	Pasvalio r. sav. Visuomenės sveikatos biuras, Vytauto Didžiojo a 6, III a., Pasvalys	Spalio 5 d., 17:30 val.	-	Organizatorius - Pasvalio r. sav. Visuomenės sveikatos biuras. Užsiėmimo metu bus atliekami jogos pratimai, kvėpavimo ir atsipalaidavimo praktikos, skirtos geresnei savijautai, lankstumui ir fizinei bei emocinei grovei. Užsiėmimą ves Arūnas Lešinskas.
„Maži dalykai, kurie kuria gerą dieną“	Pasvalio r. sav. Visuomenės sveikatos biuras, Vytauto Didžiojo a 6, III a., Pasvalys	Spalio 6 d., 13:00 val. * (*Data ir laikas preliminarūs. Tikslė užsiėmimo data ir laikas bus paskelbti VSB interneto svetainėje likus savaitei iki užsiėmimo.)	-	Organizatorius - Pasvalio r. sav. Visuomenės sveikatos biuras. Jauki arbatos valandėlė, skirta pabūti kartu, pasikalbėti ir pasidalinti mintimis apie tai, kas kasdienybėje suteikia džiaugsmo, ramybės ir geros savijautos. Pokalbį lydės psichologė Daiva Čėponienė, kuri skatins atvirą bendravimą, dalijimąsi patirtimis ir naujų prasmingų minčių atradimą.
Mankšta vandenyje senjorams „Judėk lengvai“	Pasvalio sporto mokyklos baseinas, Taikos g. 22, Pasvalys,	Spalio 6 d., 13.00 val.	-	Organizatorius - Pasvalio sporto mokykla. Kineziterapeutės vedamų mankštų vandenyje metu senjorai kviečiami stiprinti kūną, gerinti judrumą ir bendrą savijautą saugioje bei sąnariams palankioje aplinkoje.
Aktyvi mankšta senjorams „Stiprūs kasdien“	Pasvalio sporto mokyklos treniruoklių salė Taikos g. 22, Pasvalys,	Spalio 7 d., 12.00 val.	-	Organizatorius - Pasvalio sporto mokykla. Kineziterapeutės vedamų užsiėmimų metu senjorai atliks jų amžiui ir fiziniam pasirengimui pritaikytus pratimus, skirtus stiprinti raumenis, lavinti pusiausvyrą, judrumą ir palaikyti gerą fizinę savijautą.
Linijinių šokių studijos užsiėmimai	Pasvalio rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro III	Spalio mėn. ketvirtadieniais nuo 17.30 iki 18.30 val.	Vykdoma iki rugsėjo 15 d. tel. +370 451 52332	Organizatorius – Pasvalio rajono Trečiojo amžiaus universitetas.

	aukšto salė, Vytauto Didžiojo a. 6, Pasvalys			
Keramikos dirbtuvės	P. Avižonio g. 23, Pasvalys	Spalio 8, 16, 23, 30 d. nuo 18.00 iki 20.00 val.	Vykdoma iki rugsėjo 15 d. tel. +370 451 52332	Organizatorius – Pasvalio rajono Trečiojo amžiaus universitetas.
Istorija, kuri paliečia: filmo „Ekskursantė“ peržiūra	Vytauto Didžiojo a. 7, Pasvalys	Spalio 1 d. 11 val.	-	Susitikimas su vyresnio amžiaus žmonėmis, filmo peržiūra ir pokalbiai apie tremtį.
Susitikimas su Pasvalio socialinių paslaugų centro „Kuršiai“ nariais	Avižonio g. 3, Pasvalys	Spalio 1 d., nuo 14 val.	-	Veikla „Gerumo laiškas“ – bendrystę skatinantis susitikimas, kurio metu dalyviai rašys ir įteiks vieni kitiems nuoširdžius laiškus bei palinkėjimus. Susitikimą organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro struktūrinis padalinys Šeiminių namai
Arbatvakaris „Literatūriniai prisiminimai“	Pasvalio g. 1, Krinčino k., Pasvalio r.	Spalio 1 d., 17 val.	-	Pokalbiai prie arbatos apie įsimintiniausias gyvenimo knygas.
Rankdarbių paroda „Kad šildytų sielos stygos“	Aukštągojaus g. 8, Kalno k., Pasvalio r.	Nuo spalio 1 d.	-	Bibliotekos rankdarbių klubo „Kupolė“ darbų paroda
Dokumentų paroda „Lietuvos išminčius“	Mokyklos g. 2, Rinkūnų kaimas, Pasvalio r.	Nuo spalio 1 d.	-	Literatūrinė paroda, skirta Algimanto Čekuolio 100- mečiui
„Pagyvenusių žmonių išminties lobynas“	Kiemėnų g. 11, Kiemėnų k., Pasvalio r.	Nuo spalio 1 d.	-	Dokumentų paroda.
Pirografija	Pasvalio socialinių paslaugų centras Dienos užimtumo padalinys, Joniškėlio g. 1, Pasvalys	Spalio 2 d. 10 val.	-	Dalyviai susipažins su pirografijos technika, saugaus darbo taisyklėmis ir sukurs savo unikalų medinį dirbinį. Užsiėmimą organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro Socialinės globos padalinys.
„Paskolintas balsas – padovanota istorija“	Pasvalio g. 1, Krinčino k., Pasvalio r.	Spalio 2 d., 10-12 val.	-	Savanorystė ligoninėje, palaikomojo gydymo ir slaugos skyriuje – knygų pristatymas, garsiniai skaitymai.
Popietė „Gersim arbatėlę, megsim kepurėlę“	Mokyklos g. 1, Žadeikonių k., Pasvalio r.	Spalio 2 d., 14 val.	-	Mezgimo kilpiniais siūlais be virbalų užsiėmimas.

Muzikinė popietė „Jaunystės dainos“	Žalioji g. 2, Kriklinių k., Pasvalio r.	Spalio 2 d., 15 val.	-	Kviečiame pagyvenusius žmones prisiminti savo jaunystės dainas ir jas padainuoti su folkloro kolektyvu „Kryklė“.
Literatūrinė popietė „Mūsų dienos kaip šventė“	Mokyklos g. 2, Rinkūnų kaimas, Pasvalio r.	Spalio 2 d., 15 val.	-	Susitikimas prie arbatos puodelio su Algimanto Čekuolio kūryba.
Kino filmai	Pasvalio kultūros centro Kino salė	Spalio 2 ir 4 dienomis	Bus prekiaujama bilietais	Išsamesnė filmų informacija pus pateikiama rugsėjo pabaigoje
Susitikimas su seneliais	Mikoliškio k., Pasvalio raj.	Spalio 3 d., 10–20 val.	-	Globotinio (rūpintinio) palydėjimas ir jaukus susitikimas su biologiniais seneliais: bendravimas, prisiminimai, šeimos tradicijos ir bendra veikla. Susitikimą organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro struktūrinis padalinys Šeiminių namai
Atlikėjo Liudo Mikalausko koncertas	Pasvalio kultūros centro Didžioji salė	Spalio 3 d. 13 val.	Bus prekiaujama bilietais	
Susitikimas su močiute	Vytauto g. 4, Rozalimas, Pakruojo raj.	Spalio 4 d., 10–18 val.	-	Bendras laikas su močiute – pokalbiai, bendros veiklos ir prisiminimai prie arbatos puodelio. Susitikimą organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro struktūrinis padalinys Šeiminių namai
Renginys „Vis dar jauni širdimi“	Gulbinėnų kultūros namų salė. Gulbinėnų k., Pasvalio r.	Spalio 4 d., 15 val.	-	Kraštiečių Ilonos Gedvilaitės knygos „Gyvenimas – tarp eilučių“ ir Algio Mačiuko knygų „Žvaigždės tavo delnuose“, „Kai žodžiai žaidžia“ pristatymai.
Koncertas skirtas Mokytojų dienai	Pasvalio kultūros centro Didžioji salė	Spalio 5 d. (laikas tikslinamas)	-	
Edukacija „Levandų akmenėliai“	Vytauto Didžiojo a. 7, Pasvalys	Spalio 5 d., 13 val.	-	Edukacijos metu dalyviai išbandys siuvimo ir siuvinėjimo mašinas bei savo rankomis sukurs kvapųjį levandų akmenėlį. Jis bus pripildytas grikių lukštų ir kvapnių levandų – miela, jauki ir praktiška smulkmena, kurta savo rankomis.
„Joga gerai savijautai“	Pasvalio r. sav. Visuomenės sveikatos biuras, Vytauto Didžiojo a 6, III a., Pasvalys	Spalio 5 d., 17:30 val.	-	Užsiėmimo metu bus atliekami jogos pratimai, kvėpavimo ir atsipalaidavimo praktikos, skirtos geresnei savijautai, lankstumui ir fizinei bei emocinei gerovei. Užsiėmimą ves Arūnas Lešinskas.

Paroda „Ot ir užderėjo...“	Vileišių g. 10, Žilpamūšio k., Pasvalio r.	Nuo spalio 5 d.	-	Senjorų užauginto sodo ir daržo derliaus įdomybės
Paroda „Šiaudo istorija“	Pasvalio g. 1, Krinčino k., Pasvalio r.	Nuo spalio 5 d.	-	Šiaudinių žaisliukų iš Guostagalio kaimo (Pakruojo r.) paroda
Paroda „Moters dalis ir dalia“	Kiemėnų g. 11, Kiemėnų k., Pasvalio r.	Nuo spalio 5 d.	-	Dokumentų paroda skirta literatūrologės, habilituotos humanitarinių mokslų daktarės Viktorijos Daujotytės 80-oms gimimo metinėms.
Juoko praktikos ir nirvana fitneso užsiėmimai „Gera savijauta per judesį, žodį ir bendrystę“	Vytauto Didžiojo a. 7, Pasvalys	Spalio 5-6 d. 10 val.	-	Užsiėmimus ves instruktorė S.Pyragytė. Juose dalyvaus Pasvalio socialinių paslaugų centro „Kuršiai“ nariai.
Atvirukų gamyba	Viešoji įstaiga Pasvalio ligoninė socialinės globos padalinys Geležinkelių g. 70, Pasvalys	Spalio 6 d. 10 val.		Senjorai kurs ir dekoruos sveikinimo atvirukus naudodami įvairias popieriaus apdirbimo bei kūrybines technikas. Organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro Socialinės globos padalinys
„Maži dalykai, kurie kuria gerą dieną“	Pasvalio r. sav. Visuomenės sveikatos biuras, Vytauto Didžiojo a 6, III a., Pasvalys	Spalio 6 d., 13:00 val. (Data ir laikas preliminarūs. Tikslų užsiėmimo data ir laikas bus paskelbti VSB interneto svetainėje likus savaitei iki užsiėmimo.)	-	Jauki arbatos valandėlė, skirta pabūti kartu, pasikalbėti ir pasidalinti mintimis apie tai, kas kasdienybėje suteikia džiaugsmo, ramybės ir geros savijautos. Pokalbį lydės psichologė Daiva Čeponienė, kuri skatins atvirą bendravimą, dalijimąsi patirtimis ir naujų prasmingų minčių atradimą.
Edukacinis užsiėmimas „Muilo magija tavo rankose“	Aukštągojaus g. 8, Kalno k., Pasvalio r.	Spalio 6 d., 13 val.	-	Užsiėmimą veda Kriklinių kaimo bibliotekos darbuotoja Rita Vasiliauskienė
Susitikimas su VšĮ Pasvalio ligoninės Palaikomojo gydymo ir slaugos skyriaus ligoniais	Geležinkelių g. 70, Pasvalys	Spalio 6 d., 15 val.	-	Apsilankymas, skirtas pabendrauti su ligoniais, juos iš klausyti ir praskaidrinti kasdienybę. Susitikimą organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro struktūrinis padalinys Šeiminių namai

Popietė senjorams „Gardus žolelių arbatos gurkšnis“	Vileišių g. 10, Žilpamūšio k., Pasvalio r.	Spalio 6 d., 15 val.	-	Kviečiama ragauti savo surinktų žolelių arbatą, dalintis vasaros metu nuveiktais darbais, patirtais įspūdžiais iš kelionių, aptarti perskaitytas knygas
Popietė „Prie stalo su senjoru“	Draugystės g. 2, Raubonių k., Pasvalio r.	Spalio 6 d., 16 val.	-	Bendruomenės pagyvenusių žmonių susibūrimas
Pašnekesiai su rašytoja Bronislava Černiauskiene.	Tėviškės g. 8, Meškalaukio k., Pasvalio r.	Spalio 6 d., 16 val.	-	Susitikimas su rašytoja kraštie.
Kūrybinių darbų paroda „Kūryba, kuri nesensta“	Sodo g. 20, Pajiešmenių k., Pasvalio r.	Nuo spalio 6 d.	-	Skirtingų kartų ir įvairia technika atliktų rankdarbių paroda.
Paroda „Laiko dulkes nubraukus“	Pasvalio g. 1, Krinčino k., Pasvalio r.	Nuo spalio 6 d.	-	Jaunystės laikų knygų, atvirukų, senų mokyklinių vadovėlių, istorinių daiktų ekspozicija.
Močiutės kapo aplankymas Panevėžio miesto (Kristaus Karaliaus katedros) kapinėse	Ramygalos g., Panevėžio m. sav.	Spalio 7 d.	-	Atminimo akimirka: kapavietės aplankymas, sutvarkymas, žvakės uždegimas ir prisiminimai apie močiutę. Vykimą į kapines organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro struktūrinis padalinys Šeiminių namai
„Pokalbis prie kavos puodelio“	Kiemėnų g. 11, Kiemėnų k., Pasvalio r.	Spalio 7 d., 10 val.	-	Tradicinis Kiemėnų kaimo moterų klubo „Serbenta“ susiėjimas.
Garsiniai skaitymai „Kartų dialogas“	Pasvalio g. 1, Krinčino k., Pasvalio r.	Spalio 7 d., nuo 10 val.	-	Senjorai skaito pasakas vaikams.
Paskaita teisinių žinių klausimais. Susitikimas su teisėju.	Vytauto Didžiojo a. 7, Pasvalys	Spalio 7 d. 11 val.	-	Dalyvaus Panevėžio apylinkės teismo Biržų rūmų teisėjas ir teisėjo padėjėja D. Bartkevičienė
Žydrulės Garnytės- Žemaitės knygos „Raidės grįžta namo“ ir fotografijų parodos pristatymas	G. Petkevičaitės-Bitės g. 15, Joniškėlis, Pasvalio r.	Spalio 7 d., 15 val.	-	Pasvalio r. Neįgaliųjų draugijos ir Pasvalio r. literatų klubo „Užuovėja“ narės kūrybos pristatymas bendruomenei.
Kunigui Juozui Dubnikui atminti	Senosios Grūžių bažnyčios šventorius, Grūžių k., Pasvalio r.	Spalio 7 d., 15 val.	-	Atminties valandėlė, skirta kun. Juozo Dubniko mirties 30-osioms metinėms paminėti.

Edukacija „Vynuogių auginimas Lietuvoje: senosios ir naujos vynuogių veislės“	Liepų g. 18, Nakiškių k., Pasvalio r.	Spalio 7 d., 15 val.	-	Senųjų ir naujų vynuogių veislių pristatymas su vynuogių augintoju ir vyndariu Algirdu Lungiu, vynuogių degustacija.
Pasvalio neįgaliųjų draugijos narių darbų paroda „Saulėlydžiai“	Sodžiaus g. 7, Tetirvinų k., Pasvalio r.	Spalio 7 d., 16 val.	-	Parodos „Saulėlydžiai“ atidarymas
Močiutės kapo aplankymas Vaškų miestelio kapinėse	Kultūros g. 1, Vaškai, Pasvalio r.	Spalio 8 d.	-	Atminimo akimirka: kapavietės aplankymas, sutvarkymas, žvakės uždegimas ir prisiminimai apie močiutę. Vykimą į kapines organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro struktūrinis padalinys Šeiminių namai
Mano jaunystės prisiminimai	Pasvalio rajono asmenų su negalia bendrija Biržų g. B, Pasvalys	Spalio 8 d. 10 val.	-	Organizatoriai kvies senjorus prisiminti ir atgaivinti gražiausius gyvenimo momentus, pasidalinti neįtikėtinais jaunystės nuotykių, pasijuokti iš linksmų jaunystės išdaigų ir kartu pavartyti senų nuotraukų albumus. Organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro Socialinės globos padalinys.
Kūrybinis užsiėmimas „Emociniai portretai“	Pasvalio krašto muziejus	Spalio 8 d. 11:00 val.	Registracija tel. +37045134096	Užsiėmimų metu per piešimą tyrinėsime ir geriau pažinsime savo emocinį pasaulį. Spalvomis išreikšime tai, ką jaučiame ir pasimėgausime kūrybos procesu. Trukmė 1 val.
Arbatos popietė „Pabūkime kartu“	Pasvalio rajono paramos šeimai centro Šeimos krizių centras, Kalno g. 5, Grūžių k., Pasvalio r.	Spalio 8 d., 11 val.	-	Jauki arbatos popietė, skirta bendravimui, bendrystei ir laikui kartu. Popietė skirta susitikimui su į užtarnautą poilsį išėjusiais darbuotojais, siekiant pasidalinti šiltais prisiminimais, pasidžiaugti nuveiktais darbais bei padėkoti už jų ilgamečius nuopelnus ir atsidavimą centrui. Popietę organizuoja Pasvalio rajono paramos šeimai centro Struktūrinis padalinys Šeimos krizių centras.

Žaidimų rytmetys: nuo kauliukų iki bokštų	Vytauto Didžiojo a. 7, Pasvalys	Spalio 8 d. 11 val.	-	Įvairūs stalo žaidimai, nuo azartiško kauliukų ridenimo iki rankų miklumą tikrinančių medinių bokštų.
Pagyvenusių žmonių renginys „Pasakų veikėjai iš vaikystės prisiminimų“	Atžalyno g. 2, Diliauskų k., Pasvalio r.	Spalio 8 d., 14 val.	-	Prisiminsime, kokie pasakų veikėjai yra išlikę iki šių dienų, ar nepasikeitė jų vaidmuo pasakoje, vyks garsiniai skaitymai.
Edukacija „Muilo magija tavo rankose“	Pasvalio g. 1, Krinčino k., Pasvalio r.	Spalio 8 d., 14 val.	-	Užsiėmimą veda Kriklinių kaimo bibliotekos darbuotoja Rita Vasiliauskienė
Pagyvenusių žmonių ir jaunimo popietė „Vienas daiktas – visa istorija“	Panevėžio g. 53, Pumpėnai, Pasvalio r.	Spalio 8 d., 14 val.	-	Pagyvenusių žmonių atsineštų daiktų istorijų pasakojimai ir diskusija su jaunimu. Renginį veda jaunimas. Po renginio – atneštų daiktų ir jų istorijų paroda.
„Gaspadinių ir gaspadorių fiesta“	Švobiškio k., Pasvalio r.	Spalio 10 d., 12 val.	-	Švobiškio bendruomenės ir kultūros darbuotojų renginys.
Pasvalio Dienos užimtumo centro lankytojų ansamblio „Draugai“ koncertas - „Skamba gimtinės dainos“.	Pasvalio socialinių paslaugų centro salė (1 aukštas). Pasvalys, Joniškėlio g. 1	Spalio 1 d., 10 val.	Nebus vykdoma	Pasvalio socialinių paslaugų centras
Plungės r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
„Bibliotekoje atgyja prisiminimai“.	Plungės biblioteka - laikrodinė	Spalio 1 arba 8 d 11 val. Apie renginį likus savaitei iki renginio pradžios skelbsime Plungės viešosios bibliotekos svetainėje http://www.plungesvb.lt bei bibliotekos facebook paskyroje.	Registracija iki rugsėjo 29 d. telefonu.	Renginį organizuos bibliotekos bičiulių klubas „Riešutmedis“. Paprašysime kiekvieno dalyvio atsinešti 2–3 vaikystės arba jaunystės nuotraukas ir prie kiekvienos papasakoti: • kas joje užfiksuota, • kelinti tai buvo metai (jei prisimena), • kodėl ši nuotrauka jam brangi, • kokią istoriją ji slepia.

				Renginio pabaigoje pakviesime visus atsakyti į vieną bendrą klausimą: „Jei galėtumėte sugrįžti į vieną iš šių nuotraukų tik vienai dienai, kurią pasirinktumėte ir kodėl?“ Tikimės, kad tokie atsakymai bus labai nuoširdūs ir suartins žmones. Norintys galės nusiskenuoti savo nuotraukas ir pakalbėsime apie nuotraukų redagavimą bei saugų dalijimąsi internete.
Poezijos ir dainų popietė „Dvasios prisilietimas“.	Plungės parapijos senelių globos namai	Spalio 1 arba 6 d. 14 val.		Plungės miesto biblioteka
Paskaita apie sveikatą „Lėkštė pilna energijos: mitybos paslaptys po 60-ties“. Gyd. Marijus Eidietis	Alsėdžių miestelio biblioteka	Spalio 1 arba 6 arba 8 d., 14 val. Galutinai suderinus laiką paskelbsiu FB		Alsėdžių miestelio biblioteka
„Ar prisimenate“. Renginys senjorams.	Kulių miestelio biblioteka	Spalio 9 d., 16 val.		Kulių miestelio biblioteka Senjorai pateiks po 1 savo jaunystės dainą. Išklausysime jas. Įdomių klausimų viktorina. „Ką patartume pats sau jaunystėje, jei tai būtų įmanoma“
Lektorė psichodramos specialistė Vida Lipskytė „Gyvenimą kuriame patys“ Renginys senjorų savaitei.	Aleksandravo kaimo kultūros namai	Spalio 8 d., 19 val.		Aleksandravo biblioteka ir kultūros namai.
„Nepatogus kinas“ festivalio filmo peržiūra ir aptarimas.	Platelių miestelio biblioteka	Spalio 6 d., 16 val.		Platelių miestelio biblioteka
"Jaukūs susitikimai su knyga". Renginys senjorų savaitei	Žemaičių Kalvarijos Caritas skyriaus globos namai	Spalio 1-8 d., 9.30		Žemaičių Kalvarijos miestelio V. Mačernio biblioteka

Popietė "Kai buvome jauni..."	Kantaučių kaimo biblioteka	Spalio 7 d. 14 val.		Kantaučių kaimo biblioteka
Popietė "Po darbų po darbų"	Narvaišių kultūros namai, biblioteka	Spalio 3 d. 13 val.		Renginį ves grupė "Buožėnų šelmiai" , bibliotekininkė V. Gedgaudienė. Konkursai, senovinė sviesto mušimo edukacija, prisiminimai..."Tada buvo taip..."
Senų atvirukų paroda: „Praeities pėdsakai..."	Stanelių kaimo biblioteka	Spalio 1 d. - 15 d.		Suneštinė senų atvirukų paroda
Popietė "Prisiminkime drauge"	Žlibinų kaimo biblioteka	Spalio 6 d.		Pokalbiai prie arbatos puodelio, lengvi ,smagūs klausimai apie praėjusius dešimtmečius, filmus ir muziką.
Mankšta su kineziterapiute	Plungės irklavimo centras, V. Mačernio g. 42.	2026-10-06	Registracija el. p. inga.sakine@plungesrc.lt iki spalio 2d.	Plungės sporto ir rekreacijos centras
Smiginio varžybos	Plungės irklavimo centras, V. Mačernio g. 42.	2026-10-07		Plungės sporto ir rekreacijos centras
Išvyka prie jūros. Žygis.	Palanga	2026-10-08	Registracija el. p. inga.sakine@plungesrc.lt iki spalio 2d.	Plungės sporto ir rekreacijos centras
Edukacinė išvyka. Plungės TAU Kultūros fakulteto nariai	Vilnius	2026-10-01	Registracija pas atsakingą asmenį.	Plungės paslaugų ir švietimo pagalbos centras
Plungės Trečiojo amžiaus universiteto mokslo metų šventė	Plungė	2026-10 pirma savaitę	Informacija skelbiama nuo rugsėjo 15 d. www.plungespspc.lt	Plungės paslaugų ir švietimo pagalbos centras
Projektas „Judėk laisvai - amžius ne riba“ Pilates treniruotės	Plungės paslaugų ir švietimo pagalbos centras	2026-10-06	Informacija skelbiama socialiniame tinkle Facebook: Plungės Trečiojo	Plungės paslaugų ir švietimo pagalbos centras

			amžiaus universitetas	
Šiaurietiškas vaikščiojimas	Plungės parkas	2026 m. spalio 1, 6 ir 8 dienomis 18.00 val.	Informacija : Fb Plunges Visuomenės sveikatos biuras www.plungesvsb.lt <u>t</u>	Plungės r. sav. visuomenės sveikatos biuras
Paskaita "Kaip didinti savo psichologinį atsparumą vyresniame amžiuje?"	Plungės r. sav. Visuomenės sveikatos biuras J. Tumo - Vaižganto 93-2	2026 m. spalio 2 d. 10.00 val.	Informacija : Fb Plunges Visuomenės sveikatos biuras www.plungesvsb.lt <u>t</u>	Plungės r. sav. visuomenės sveikatos biuras
Mini golfo turnyras 65+	Aktyvaus poilsio ir pramogų zona	2026 m. spalio 5 d. 14.00 val.	Informacija : Fb Plunges Visuomenės sveikatos biuras www.plungesvsb.lt <u>t</u>	Plungės r. sav. visuomenės sveikatos biuras, Plungės TIC
Futbolas vaikščiojant 65+	FK "Babrungas" dirbtinės žolės stadionas	2026 m. spalio 6 d. 11.00 val.	Informacija : Fb Plunges Visuomenės sveikatos biuras www.plungesvsb.lt <u>t</u>	Plungės r. sav. visuomenės sveikatos biuras, FK "Babrungas"
Futbolo vaikščiojant 65+ turnyras Kaune	Kaunas	2026 m. spalio 7 d. 11.00 val.	Informacija : Fb Plunges Visuomenės sveikatos biuras Lietuvos futbolo federacijos informacinė sklaida	Plungės r. sav. visuomenės sveikatos biuras, Lietuvos futbolo federacija MaFA

Prienų r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Kino diena	„Vaistija“ globos namai, B. Bulikos g. 8, Jieznas, Prienų r. sav.	Spalio 2 d., 10.00 – 20.00 val.	Nevykdoma	Kino dieną organizuoja VšĮ „Vaistija“ savo patalpose, poilsio erdvėje. Į renginį kviečiami visi miesto ir seniūnijos vyresni asmenys. Kino dienos tikslas – skatinti vyresnio amžiaus žmonių tarpusavio bendravimą ir dalyvavimą bendruomenės gyvenime, didinti kultūrinių renginių prieinamumą kaimiškose vietovėse, suteikti galimybę prasmingai leisti laisvalaikį. Visą dieną (su pertraukėlėmis) bus rodomi kino filmai, pertraukų metu visi bus vaišinami rėmėjų ta proga dovanotais užkandžiais
Edukacinis užsiėmimas „Baltijos kelias“	Šilavoto globos namai (A. Radušio g. 6, Šilavotas)	Spalio 7 d. 14:30 val.	-	Lietuvos aviacijos muziejus, edukacinio užsiėmimo metu vyks vaizdinės medžiagos peržiūra ir ženkliukų gamybos dirbtuvės

Radviliškio r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Akcija „Kūno masės analizė su TANITA“	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras, Radvilų g. 17, Radviliškis	Spalio 1,2, 5-8 d. 8:00 - 16.00	Vykdoma iki spalio 7 d. registruotis el. p.: g.maleseviciute@radviliskisvsb.lt arba tel.: 0 633 74241	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras. Vien svoris neparodo tikrosios kūno būklės. TANITA analizė parodo ne tik raumenų, riebalų ir vandens kiekį, bet ir kitus svarbius kūno sudėties rodiklius, padedančius geriau suprasti savo organizmą ir pradėti pokyčius.
Fizinio aktyvumo treniruotė ZUMBOS ritmu	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras, Radvilų g. 17, Radviliškis	Spalio 1,5, 7 d. 15:00 - 16.00	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. registruotis el. p.: g.maleseviciute@radviliskisvsb.lt arba tel.: 0 633 74241	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras. Energinga ir smagi treniruotė, kurioje šokio judesiai derinami su fiziniais pratimais. Puikus būdas aktyviai pajudėti, pagerinti nuotaiką ir sustiprinti kūną.

Funkcinė treniruotė	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras, Radvilų g. 17, Radviliškis	Spalio 2,6, 8 d. 15:00 - 16.00	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. registruotis el. p.: g.maleseviciute@radviliskisvsb.lt arba tel.: 0 633 74241	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras. Kompleksiniai pratimai skirti stiprinti viso kūno raumenis, gerinantis ištvermę, lankstumą, pusiausvyrą ir judesių koordinaciją.
Traumų prevencijos mokymai „Saugus žingsnis: nuo prevencijos iki pagalbos“	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras, Radvilų g. 17, Radviliškis	Spalio 5 d. 15:00 - 16.00	Vykdoma iki rugsėjo 30 d., registruotis el. p.: s.armoniene@radviliskisvsb.lt arba tel.: 0 629 89560	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras. Mokymai skirti visiems, norintiems išmokti išvengti traumų ir tinkamai suteikti pirmąją pagalbą nelaimės atveju.
Paskaita „Miego įtaka sveikatai“	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras, Radvilų g. 17, Radviliškis	Spalio 8 d. 15:00 - 16.00	Vykdoma iki rugsėjo 30 d., registruotis el. p.: s.armoniene@radviliskisvsb.lt arba tel.: 0 629 89560	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras. Paskaita skirta visiems, norintiems sužinoti daugiau apie kokybiško miego svarbą, miego įpročius ir jų poveikį sveikatai bei savijautai.
Šiaurietiško ėjimo žygis (Radviliškio VSB-Eibariškių parkas)	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras, Radvilų g. 17, Radviliškis	Spalio 7 d. 16:10 - 17.40	Vykdoma iki spalio 5 d., registruotis el. p.: g.maleseviciute@radviliskisvsb.lt arba tel.: 0 633 74241	Radviliškio r. visuomenės sveikatos biuras. Tai aktyvi ir visiems tinkama fizinė veikla, kurios metu stiprinamas visas kūnas, gerinama ištvermė, laikysena ir savijauta. Renginio metu susipažinsime su pagrindiniais šiaurietiško ėjimo principais, taisyklinga technika ir kartu aktyviai praleisime laiką.

Raseinių r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Mokymai „Telefonas saugiai ir išmaniai: kaip išnaudoti visas mobiliojo įrenginio funkcijas“	Raseinių Marcelijaus Martinaičio viešoji biblioteka, Vytauto Didžiojo g. 1	Spalio 5 d., 10-12 val.	Registracija iki spalio 2 d., tel. 0428 51328	Šių mokymų tikslas – padėti kiekvienam išmokti naudotis telefonu išmaniai, praktiškai ir saugiai, nepasiklysti tarp nustatymų, programėlių ar reklamos triukų.

Istorijų savaitė muziejuje	Raseinių krašto istorijos muziejus, Muziejaus g. 3, Raseiniai	Spalio 1–3, 6–8 d. 10–15 val.	–	Vyresniojo amžiaus žmonės nurodytu laiku turės galimybę lankyti muziejaus ekspozicijas ir parodas nemokamai su gidu.
"Poezijos posmuose visad esi šali", skirta Marcelijaus Martinaičio 90-ies metų jubiliejui ir Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti.	Kalnujų miestelis RRKC salėje, Kaštonų- 3	Spalio 10 d., 14.00 val.	-	Ingrida Staponienė RRKC Kalnujai organizatorė Laima Banienė
Mokymai „Telefonas saugiai ir išmaniai: kaip išnaudoti visas mobiliojo įrenginio funkcijas“	Raseinių Marcelijaus Martinaičio viešoji biblioteka, Vytauto Didžiojo g. 1	Spalio 5 d., 10.00-12.00 val.	Registracija iki spalio 2 d., tel. Nr. 0 428 51328	Šių mokymų tikslas – padėti kiekvienam išmokyti naudotis telefonu išmaniai, praktiškai ir saugiai, nepasiklysti tarp nustatymų, programėlių ar reklamos triukų.
Paskaita „Dėkingumo praktikavimas“, skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai.	RMMVB Gruzdiškės filialas	Spalio 1 d. 13.00 val.	-	
Popietė „Senjorų diena“	RMMVB Nemakščių filialas Laisvės g. 11, 60382 Nemakščiai, Raseinių r. sav.	Spalio 1 d. 14.00 val.	-	
Edukacija „Spalvų terapija“	RMMVB Ariogalos filialas	Spalio 1 d. 14.00 val.	-	Edukaciją ves Reda Jonuškienė
Kūrybinės dirbtuvės „Antras daiktų gyvenimas“ skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai.	RMMVB Sujainių filialas	Spalio 1 d.	-	
„Rudens melodijos širdžiai“	Raseinių r. Blinstrubiškių socialinės globos namai	Spalio 2 d. 10 val. 30 min.		Organizatoriai - užimtumo specialistės. Informacija apie renginį, vyks koncertas, koncertuos Kelmės rajono neįgaliųjų draugijos mišrus vokalinis ansamblis Svajonė.

Rietavo sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Tverų bendruomenės ir kultūros namų kolektyvo folkloro ansamblio „Kermušie“ repeticija Tverų filiale	Rietavo savivaldybės kultūros centro Tverų filialas Varnių g. 2, Tverai, Rietavo sav.	Spalio 1 d. 12:00 val.	Atvykus	„Kermušie“ ir Rietavo socialinių paslaugų centro individualios priežiūros darbuotojai
Garsiniai skaitymai „Prisiminimų beieškant“	Rietavo parapijos senelių globos namai J. Naujalio g. 3, Rietavas	Spalio 1 d. 10.30 val.	-	Rietavo savivaldybės Irenėjaus Oginskio viešoji biblioteka/V. Piliuvienė
Rudens spalvomis pasipuošusi diena	Klientų namuose	Spalio 1 d. visą dieną		Rietavo socialinių paslaugų centro vaikų dienos centras, Rietavo socialinių paslaugų centro individualios priežiūros darbuotojai
Aukšinio rudens kino popietė Kino filmas „Naliečiamieji“	Rietavo socialinių paslaugų centras L. Ivinskio g. 8, Rietavas	Spalio 2 d. 13:30 val.	Atvykus	Rietavo socialinių paslaugų centro individualios priežiūros darbuotojai
Ekskursija „Rietavo dvaro sodybos ir parko istorija“	Pasivaikščiojimas po Rietavo dvaro sodybą su gidu Parko g. 5, Rietavas	Spalio 5 d. 13:00 val.	Atvykus	Rietavo Oginskių kultūros istorijos muziejus ir Rietavo socialinių paslaugų centro individualios priežiūros darbuotojai
Popietė „Jaukūs pokalbiai tarp knygų lentynų“	Rietavo savivaldybės Irenėjaus Oginskio viešoji biblioteka /Tverų padalinys Žemaičių g. 8, Tverai, Rietavo sav.	Spalio 5 d. 14:00 val.	Atvykus	Popietės metu bus skaitoma poezija, dalijamasi prisiminimais. G. Tamošauskienė
Sveikatinimosi mankštos Tveruose	Rietavo savivaldybės kultūros centro Tverų filialas Varnių g. 2, Tverai, Rietavo sav.	Spalio 6 d. 14:30-15:30 val.	Atvykus	Klaipėdos rajono visuomenės sveikatos biuras ir Rietavo socialinių paslaugų centro individualios priežiūros darbuotojai
Rietavo savivaldybės Trečiojo amžiaus universiteto sezono atidarymas ir šventinis koncertas	BJ „Veiklus Rietavas“, L. Ivinskio g. 5, Rietavas	Spalio 6 d.	-	-

Senjorų ir neįgaliųjų šventė	Rietavo savivaldybės kultūros centro Medingėnų filialas Mokyklos g. 2, Medingėnai., Rietavo sav.	Spalio 11 d.	-	-
Popietė senjorams	Rietavo kultūros centro Daugėdų filialas Minijos g. 13, Daugėdai, Rietavo sav.	Spalio 14 d.	-	-
Filmo „Skrydis per Atlantą“ peržiūra ir aptarimas	Rietavo parapijos senelių globos namai (J. Naujalio g. 3, Rietavas)	Spalio 8 d. 11 val.	-	Stepono Dariaus gimtinė-muziejus
Rokiškio r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Paskaita- infekcinių ligų profilaktika.	Vytauto g. 35 A (Rokiškis)	Spalio 8 d., 15.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios		Organizuojam paskaita apie infekcinių ligų profilaktiką – tai priemonių visuma, padedanti apsaugoti nuo užkrečiamųjų ligų ir mažinti jų plitimą. Svarbiausios priemonės – rankų higiena, skiepai, tinkama aplinkos švara, kosėjimo ir čiaudėjimo etiketas bei atsakingas elgesys susirgus.
Šiaurietiškas ėjimas	Sąjūdžio a. 1 (Rokiškis)	Spalio 7 d., 10.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki spalio 6 d. tel. +370 625 97 538	Organizuojamas šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimas vyresnio amžiaus žmonėms. Dalyviai supažindinami su taisyklinga ėjimo technika ir atlieka fizinius pratimus gryname ore, skatinančius fizinį aktyvumą ir gerą savijautą.
Vitaminų ir geros savijautos kokteilis.	Sąjūdžio a. 1 (Rokiškis)	Spalio 2 d., 10.00 val. ir 12.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki spalio 1 d. tel. +370 625 97 538	Vyresnio amžiaus žmonių sveikos mitybos skatinimas - veiklos metu gaminsime gardžius ir maistingus trintus kokteilius iš įvairių vaisių, uogų daržovių. Juose gausu vitaminų, mineralų ir skaidulų, kurie padeda stiprinti imunitetą, palaikyti gerą savijautą ir energiją.

Paskaita- infekcinių ligų profilaktika.	Vytauto g. 35 A (Rokiškis)	Spalio 8 d., 15.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios		Organizuojam paskaita apie infekcinių ligų profilaktiką – tai priemonių visuma, padedanti apsisaugoti nuo užkrečiamųjų ligų ir mažinti jų plitimą. Svarbiausios priemonės – rankų higiena, skiepai, tinkama aplinkos švara, kosėjimo ir čiaudėjimo etiketas bei atsakingas elgesys susirgus.
„Septyni gyvenimo skoniai“. Ekskursija po parodą SACRUM ir saldi „Rokiškio karvutės“ degustacija	Rokiškio krašto muziejus, Tyzenhauzų g. 5, Rokiškis	Spalio 7 d., 14.00 val.	Registracija iki spalio 4 d. tel. +370 615 44586	Rokiškio krašto muziejus kviečia senjorus į nemokamą ekskursiją po parodą „SACRUM. Tarp šventės ir kasdienybės“. Antroje susitikimo dalyje – saldi edukacija-degustacija, per kurią ragausime septynis „Rokiškio karvutės“ saldinių skonius. Daugiau informacijos www.facebook.com/RokiskioKraštoMuziejus
"Senjorų vakaras"	Rokiškio kultūros centre, Sąjūdžio A2, Rokiškis	Spalio 6 d.		Rokiškio kultūros centras
Vyresnio amžiaus žmonių savaitė	Rokiškio Juozo Keliuočio viešoji biblioteka	Spalio 1-8 d. 2 renginiai Datą ir veiklos bus skelbiamos nuo spalio 1 d. Rokiškio Juozo Keliuočio viešosios bibliotekos internetiniame tinklalapyje		Rokiškio Juozo Keliuočio viešoji biblioteka
Šventė Kuc Kuc Kamajuos	Rokiškio r. Panemunėlio universalus daugiafunkcis centras, Kamajų skyrius	Spalio 2-4 dienomis		Nemokamos parodos, koncertai senjorams. Senovinis žaidimas KYLA.
Senjorių klubo „Gera nuotaika“ susitikimas	Rokiškio r. Panemunėlio universalus daugiafunkcis centras, Aukštakalnių skyrius	Spalio 6 d. 12.00 val.	Senjorių klubo „Gera nuotaika“ susitikimas	
SENJORAI, SUSITIKIM! šventė Pandėlio ir	Pandėlio kultūros namuose (Pandėlio UDC)	Spalio 22 d. 14.00 val.		Kviečiame senjorus ir žmones su negalia pabūti kartu, pasišnekučiuoti,

Kazliškio seniūnijų senjorams ir žmonėms su negalia	Vytauto a. 11, Pandėlys			pajuokauti, pabendrauti prie puodelio arbatos, pažaisti jv. žaidimus. Jiems koncertuos kultūros namų meno kolektyvai, kviestiniai kolektyvai.
Prisiminimų popietė senjorams ATGAL Į ATEITĮ	Suvainiškio kaimo bendruomenės namuose	Spalio 7 d. 14.00 val.		
Fizinis aktyvumas	Taikos pr.15, 8 aukštas (Visaginas)	Spalio 2 d., 8.30 val. ir 10.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 619 52 289	Fizinio aktyvumo užsiėmimai vyresnio amžiaus žmonėms, kurio metu atliekami lengvo intensyvumo pratimai, skirti gerinti judėjimo funkciją, pusiausvyrą, lankstumą ir bendrą savijautą.
Atsipalaidavimo ir relaksacijos užsiėmimas	Taikos pr.15, 8 aukštas (Visaginas)	Spalio 5 d., 9.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 619 52 289	Vyresnio amžiaus žmonėms skirtas atsipalaidavimo užsiėmimas, kurio metu atliekami kvėpavimo ir relaksacijos pratimai, padedantys mažinti įtampą, atsipalaiduoti ir gerinti emocinę savijautą.
Šiaurietišskasis ėjimas	Taikos pr.15, 8 aukštas (Visaginas)	Spalio 6 d., 9.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 619 52 289	Organizuojamas šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimas vyresnio amžiaus žmonėms. Dalyviai supažindinami su taisyklinga ėjimo technika ir atlieka fizinius pratimus gryname ore, skatinančius fizinį aktyvumą ir gerą savijautą.
Fizinis aktyvumas	Taikos pr.15, 8 aukštas (Visaginas)	Spalio 7 d., 8.30 val. ir 10.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 619 52 289	Fizinio aktyvumo užsiėmimai vyresnio amžiaus žmonėms, kurio metu atliekami lengvo intensyvumo pratimai, skirti gerinti judėjimo funkciją, pusiausvyrą, lankstumą ir bendrą savijautą.

Šakių r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
ELVIS autobusiuko kelionė	Žvirgždaičių biblioteka, Antaninos Liorentaitės g. 1	Spalio 1 d., 11 val.		Žvirgždaičių biblioteka
Popietė Kukarskės globos namuose „Kurti ir dalintis – didelė laimė“	Kukarskės globos namai, Nemuno g. 136	Spalio 1 d., 11 val.		Sudargo biblioteka
Kūrybos ketvirtadienis	Šakių viešoji biblioteka, Gimnazijos g. 1	Spalio 1 d., 12 val.		Šakių rajono savivaldybės viešoji biblioteka
Pažintis su ELVIS audioknygų biblioteka	Slavikų biblioteka, Pasieniečių g. 2	Spalio 1 d., 13 val.		Slavikų biblioteka
Virtuali ekskursija po Šakius	Šakių viešoji biblioteka, Gimnazijos g. 1	Spalio 2 d., 11 val.		Šakių rajono savivaldybės viešoji biblioteka
Prisiminimų albumo dirbtuvės „Senosios fotografijos pasakoja“	Kidulių biblioteka, Nemuno g. 66	Spalio 5 d., 11 val.		Kidulių biblioteka
Fizinės veiklos valanda „Aktyvumas lėtai“	Šakių viešoji biblioteka, Gimnazijos g. 1	Spalio 5 d., 18 val.		Šakių rajono savivaldybės viešoji biblioteka
Garsiniai skaitymai senjorams „Skaitymo šviesa – iš kartos į kartą“	Lekėčių biblioteka, Kauno g. 15D	Spalio 6 d., 11 val.		Lekėčių biblioteka
Mokytojų senjorų popietė „Tesušyla širdys“	Šakių kultūros centras, Gelgaudiškio padalinys, Taikos g. 76	Spalio 6 d., 14 val.		Gelgaudiškio biblioteka
Popietė „Rankų istorijos ir visokie reikalai“, skirta Vyresnio amžiaus žmonių savaitei paminėti	Plokščių biblioteka, Mokyklos g. 4, Plokščiai	Spalio 6 d., 14 val.		Plokščių biblioteka
Popietė, skirta pagyvenusių žmonių savaitei paminėti	Kudirkos Naumiesčio biblioteka, Dariaus ir Girėno g. 24	Spalio 6 d., 14.30 val.		Kudirkos Naumiesčio biblioteka
Edukacija „Jablonskio žodžių dirbtuvės“	Griškabūdžio biblioteka, J. Jablonskio g.1	Spalio 6 d., 15 val.		Griškabūdžio biblioteka

Transliacijos apie saugumą internete stebėjimas ir diskusija „Man sakė – nespauk! O kodėl?“	Šakių viešoji biblioteka, Gimnazijos g. 1	Spalio 7 d., 11 val.		Šakių rajono savivaldybės viešoji biblioteka
ELVIS autobusiuko kelionė	Panovių BC salė, J. Lingio 8-2, Panovių k.	Spalio 7 d., 11 val.		Panovių biblioteka
ELVIS autobusiuko kelionė	Sintautų biblioteka, P. Vaičiūčio g. 34	Spalio 7 d., 13 val.		Sintautų biblioteka
Popietė, skirta poetės Č. Jakštytės jubiliejui paminėti	Lukšių biblioteka, A. Tatarės g. 39	Spalio 7 d., 15 val.		Lukšių biblioteka
ELVIS: kelionė po knygų pasaulį	Barzdų biblioteka, Nepriklausomybės g. 12	Spalio 8 d., 11 val.		Barzdų biblioteka
ELVIS: kelionė po knygų pasaulį	Paluobių biblioteka, Bažnyčios g. 7	Spalio 8 d., 13 val.		Paluobių biblioteka
Suaugusiųjų skaitytojų knygų klubo „Knyga ir aš“ susitikimas	Šakių viešoji biblioteka, Gimnazijos g. 1	Spalio 8 d., 16 val.		Šakių rajono savivaldybės viešoji biblioteka
Žygis su šiaurietiško ėjimo lazdomis „Judu – aktyviai gyvenu“	Sudargas, Kalno g. 1	Spalio 8 d., 16 val.		Sudargo biblioteka
Pašnekesiai ir stalo žaidimai	Gerdžiūnų biblioteka, Liepų g. 12	Spalio 8d., 17 val.		Gerdžiūnų biblioteka
Tradicinė globos namų ansamblių šventė „Mano širdies daina“	Šakių kultūros centro Kudirkos Naumiesčio padalinio salėje Zanavykų muziejus, Amatininkų namas, Beržų g. 3, Tubelių k., Lukšių sen.	Spalio 1 d. 11 val.	Vykdoma iki rugsėjo 25 d. tel. 061876671	Dainuoja ir muzikuoja globos namų gyventojai Organizatorius Šakių kultūros centro Kudirkos Naumiesčio padalinys.
Antano Mykoliaičio parodos „Sužeistas paukštis“ atidarymas ir susitikimas su autoriumi		Spalio 7 d., 15 val.	-	Antano Mykoliaičio parodos „Sužeistas paukštis“ atidarymas ir susitikimas su autoriumi. Parodoje pristatoma autoriaus kūryba, atskleidžianti žmogaus gyvenimo patirtis, būties trapumą, laikinumą ir filosofinius apmąstymus. Susitikimo

				metu autorius pristatys savo kūrybinį kelią ir parodoje eksponuojamus darbus.
Ekskursija po Kudirkos Naumiesčio kapines	P. Mašiotto g. 63, Kudirkos Naumiesčio m., Kudirkos Naumiesčio sen.	Spalio 6 d., 14 val. (Susitinkame prie centrinių kapinių vartų)	-	Ekskursija po Kudirkos Naumiesčio kapines, kurių istorija siekia XVIII a. pab., kai vietos vyskupiui liepus, pradėti registruoti mirusieji. Iki šiol išlikęs mūrinis mauzoliejus-koplyčia, Seinų vyskupijos žinyne paminėtas jau 1886 m. Ekskursijos metu papasakosime kapinių įkūrimo istoriją, aplankysime įžymiausių žmonių kapus ir sužinosime jų gyvenimo istorijas.
Mankšta senjorams	Šakių rajono savivaldybės jaunimo kūrybos ir sporto centre	Spalio 6 d. 10.30 val.	Registracija iki spalio 6 d. el. paštu info@sakiaivsb.lt	Šakių rajono visuomenės sveikatos biuras
Renginys, skirtas Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti „Senjorai sportuoja“	Šakių rajono savivaldybės jaunimo kūrybos ir sporto centre	Spalio 7 d., 11 val.	-	Šakių rajono savivaldybės jaunimo kūrybos ir sporto centras
Konferencija senjorams „Psichikos sveikata visiems. Ką gali bendruomenė?“. Lektorius Saulius Čaplinskas	Šakių kultūros centre	Spalio 7 d. (laikas bus skelbiamas likus savaitei iki renginio pradžios https://www.sakiaivsb.lt/)	-	Šakių rajono visuomenės sveikatos biuras
Atliekamas kūno masės įvertinimas ir dovanojami vienkartiniai pakvietimai į baseiną	Šakių rajono visuomenės sveikatos biure	Spalio 8 d., visą dieną darbo valandomis	Registracija iki spalio 8 d. el. paštu info@sakiaivsb.lt	Šakių rajono visuomenės sveikatos biuras

Šalčininkų r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
„Kartų dialogas: praeities turtai ateities kartoms“, popietė	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos, Baltosios Vokės miesto padalinys	Spalio 1 d. 15.00 val.	-	Popietė, Baltosios Vokės m. padalinys
Muilo gamyba, edukacija	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Butrimonių kaimo padalinys, Mokyklos g. 5	Spalio 2 d. 14.00 val.	-	kūrybinės muilo gamybos edukacijos metu dalyviai susipažins su rankų darbo muilo gamybos procesu, pasirinks spalvas, kvapus ir dekoracijas bei pasigamins unikalų muilą, kurį galės pasiimti namo. Butrimonių kaimo padalinys
„Jaunystė širdyje“ popietė	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Čiužiakampio kaimo padalinys, Čiužiakampio k., Mokyklos g. 12	Spalio 2 d. 14.00 val.	-	popietė, Čiužiakampio padalinys
„Pabūkime drauge“, popietė	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Didžiųjų Sėlų kaimo padalinys, Didžiųjų Sėlų g. 39-2	Spalio 2 d. 14.00 val.	-	Didžiųjų Sėlų kaimo padalinys
Popietė prie puodelio arbatos	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos, Dieveniškių kaimo filialas Naujoji g. 11	Spalio 6 d. 10.00 val.	-	Dieveniškių kaimo padalinys
Edukacinis užsiėmimas „Rudens spalvos“	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Eišiškių miesto padalinys, Mokyklos g. 5	Spalio 2 d. 11.00 val.	-	Eišiškių miesto padalinys
„Kada prasideda senatvė“	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Gerviškių kaimo	Spalio 1 d. 14.00 val.	-	renginį organizuoja biblioteka bei Šalčininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistai. Šiaurietiško ėjimo užsiėmimas, mankšta vyresnio amžiaus žmonėms

	padalinys, biblioteka ir seniūnijos kiemas			
Viktorina senjorams „Prisiminimai iš jaunystės“	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Jašiūnų kaimo padalinys, Jašiūnų k. J.Sniadeckio g. 8	Spalio 2 d. 11.00 val.	-	viktorina, Jašiūnų kaimo padalinys
Edukacinis užsiėmimas „Gėlės kitaip...“ rankų darbo vaškinės gėlės	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Jašiūnų kaimo padalinys, Jašiūnų k. J. Sniadeckio g. 8	Spalio 8 d. 14.00 val.	-	edukacinis užsiėmimas, Jašiūnų kaimo padalinys
„Rudeninio žibinto dirbtuvės“ edukacinis užsiėmimas	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Pabarės kaimo padalinys, I. Jundzilo g. 43	Spalio 2 d. 11.00 val.	-	edukacinis užsiėmimas, Pabarės kaimo padalinys
„Kada prasideda senatvė“	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Pabarės kaimo padalinys I. Jundzilo g. 43	Spalio 2 d. 10.00 val.	-	garsiniai skaitymai, Pabarės kaimo padalinys
„Rudens gija“	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Šalčininkėlių kaimo padalinys	Spalio 1 d. (informacija bus skelbiama bibliotekos facebook soc. tinkle)	-	popietė, Šalčininkėlių kaimo padalinys
„Mūsų metai – mūsų turtas“, popietė	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Tabariškių kaimo padalinys	Spalio 2 d. 14.00 val.	-	popietė, prie kavos puodelio. Tabariškių kaimo padalinys
„Kai buvome jauni“, popietė	Šalčininkų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Tribonių kaimo padalinys	Spalio 8 d. 15.00 val.	-	popietė, Tribonių padalinys
Kaip neužkibti ant internetinių sukčių	Šalčininkų rajono savivaldybės viešoji	Spalio 2 d. 16.00 val.	-	edukacinis užsiėmimas, Zavišonių kaimo padalinys,

	biblioteka, Zavišonių kaimo padalinys			
Kūrybinės dirbtuvės senjorams “Mandalų piešimas”	Šalčininkų rajono savivaldybės viešojoje biblioteka Vilniaus g. 48	Spalio 2 d. 10.00 val.	-	medinių mandalų tapymas pagal senjorų nuotaiką. Vartotojų aptarnavimo skyrius
Kūrybinės dirbtuvės senjorams “Padėkliukai puodeliams”	Šalčininkų rajono savivaldybės viešojoje bibliotekoje Vilniaus g. 48	Spalio 7 d. 10.00 val.	-	medinių stalo padėkliukų spalvinimas. Vartotojų aptarnavimo skyrius
Loretos Fokienės knygos pristatymas „Laiškai iš miško. Apie gyvenimą iš vidaus į išorę – kaip patys kuriame tikrovę“	Šalčininkų rajono savivaldybės viešojoje bibliotekoje Vilniaus g. 48	Spalio 8 d. 13.30 val.	-	knygos pristatymas, Vartotojų aptarnavimo skyrius

Šiaulių m. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Meninė-socialinė paroda „Kur gyvena istorijos“	Šiaulių miesto savivaldybės viešoji biblioteka, Bibliografijos-informacijos skyrius, Aido g. 27	Rugsėjo 30 d. – spalio 16 d.	Be registracijos	Paroda skirta mažinti senjorų atskirtį ir skatinti kartų dialogą. Tai interaktyvi patirtis, sujungianti fotografiją, garsą ir skirtingas kartas: 10 meninių portretų: fotografė Agnė Papievytė įamžino Lietuvos senjorus jų namų aplinkoje, atskleisdama jų orumą ir gyvenimo patirtį. - Interaktyvumas (QR kodai): Prie kiekvieno portreto esantis kodas leidžia lankytojai išmaniajame telefone išgirsti paties herojaus balsą ir atsakymą į klausimą: „Ką darytumėte kitaip, jei sugrįžtumėte į jaunystę“. - Kartų dialogas: Ekspoziciją papildo gimnazistų mintys apie tai, kokiais senjorais jie svajoja tapti po 50 metų, taip sukuriant vientisą laiko ratą.

				Organizatoriai: Silvija Graliauskienė, Indrė Kručaitė bei VšĮ „Socialinė sinergija“.
Tarptautinio žmogaus teisių dokumentinių filmų festivalio „Nepatogus kinas“ filmų peržiūros	Šiaulių miesto savivaldybės viešoji biblioteka, Bibliografijos-informacijos skyrius, Aido g. 27	Spalio 6–25 d. Tiksliai data ir laikas bus skelbiami www.biblioteka.smsvb.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Be registracijos	„Nepatogus kinas“ siekia būti visą šalį apimančia medijų edukacijos ir žmogaus teisių ugdymo platforma, darančia reikšmingą ir ilgalaikį pokytį visuomenėje. Kartu su Lietuvos žmogaus teisių centru nepatogumus kelia kasmet, neapsiribodami vien rinktiniais dokumentiniais žmogaus teisių filmais. Susitikimai su kino kūrėjais, diskusijos su filmų herojais, žmogaus teisių aktyvistais ir ekspertais – ne ką mažiau svarbi jų misijos dalis. Filmus bibliotekoje bus galima žiūrėti grupėse arba individualiai prie kompiuterių.
Senjorų pažintis su Išmaniąja erdve bibliotekoje	Šiaulių miesto savivaldybės viešoji biblioteka, Lieporių filialas (Tilžės g. 36)	Spalio 1–8 d. 13.00–16.00 val.	Be registracijos	Šiaulių miesto savivaldybės viešosios bibliotekos Lieporių filiale įkurtoje Išmaniojoje erdvėje apsilankę senjorai išbandys virtualios realybės akinius, susipažins su čia vykstančiomis STEAM edukacijomis suaugusiesiems, erdvės specifika ir pritaikomumu įvairias negalias turintiems asmenims.
Senjorų pažintis su Multisensorine erdve „Minčių SPA“	Šiaulių miesto savivaldybės viešoji biblioteka, Bibliografijos-informacijos skyrius (Aido g. 27)	Spalio 1–8 d. 10.00–17.00 val.	Be registracijos	Šiaulių miesto savivaldybės viešosios bibliotekos Bibliografijos-informacijos skyriuje (II a.) yra įrengta Multisensorinė erdvė, kurios tikslas – padėti lankytojams gerinti savo emocinę būseną, patirti džiugių emocijų, atsipalaiduoti turiningai leidžiant laisvalaikį. Užsukę į šią erdvę lankytojai galės susikurti sau reikalingą aplinką, pasirinkti norimą spalvą, muziką, gamtos garsus, vaizdus, patogiai sėdėdami komforto kėdėse klausytis relaksacinės muzikos, žiūrėti vaizdo įrašus, žaisti žaidimus, naudojantis lytėjimo stimuliacija, o burbuliuojančio vandens kolona, keisdama spalvas, užtikrins vaizdinę stimuliaciją.
Akcija „Aklas pasimatymas su knyga“	Skaitytojų aptarnavimo skyrius (Aido g. 27)	Spalio 1–8 d.	Be registracijos	Akcija bus vykdoma visą savaitę. Senjorai bibliotekoje galės išsirinkti knygą, apie kurią nieko

				nežinos. Su knyga susipažins namuose, perskaitys ir galės įspūdžiais pasidalinti kito susitikimo metu bibliotekoje.
Susitikimas „Malonu Jus matyti!“	Šiaulių miesto savivaldybės viešosios bibliotekos „Spindulio“ filialas (Spindulio g. 5)	Spalio 1 d. 16.00 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 41 54 50 13 arba el. paštu aleksandra.luksiene@smsvb.lt	Susitikimo metu senjorai žais įvairius žaidimus, bendraus tarpusavyje, dalinsis istorijomis ir prisiminimais.
Rėkyvos bibliotekos istorijos puslapiuose	Šiaulių miesto savivaldybės viešosios bibliotekos Rėkyvos filialas	Spalio 5 d. 10.30 val.	Registracija vykdoma iki spalio 2 d. tel. +370 41 51 90 68	Užsiėmimo metu bus pristatyta Rėkyvos bibliotekos istorija, dalyviai turės galimybę peržiūrėti Rėkyvos bibliotekos metrašį, po užsiėmimo lauks kavos popietė.
Edukacinis užsiėmimas senjorams „Užsienio kalba – lengvai, žaismingai“	Šiaulių miesto savivaldybės viešoji biblioteka, „Saulės“ filialas (K. Korsako g. 10)	Spalio 6 d. 15.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 5 d. tel. +370 41 52 49 96	Kviečiame senjorus išbandyti smagų ir žaismingą užsienio kalbų mokymąsi su programa „EuroTalk Interactive“. Mokysimės žaisdami, klausydamiesi, kartodami ir atlikdami įvairias interaktyvias užduotis. *mokymas(is) vyks naudojantis kompiuteriu, todėl reikalingos minimalios darbo kompiuteriu žinios.
Kūrybinės dirbtuvės senjorams „Rudens potėpiai“	Šiaulių miesto savivaldybės viešoji biblioteka, „Saulės“ filialas (K. Korsako g. 10)	Spalio 7 d. 15.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 5 d. tel. +370 41 52 49 96	Kviečiame senjorus į jaukias ir spalvingas kūrybines dirbtuves, kuriose rudens grožį perteiksime teptuko potėpiais. Kursime, eksperimentuosime su spalvomis, dalinsimės gera nuotaika ir leisime sau pasinerti į kūrybos džiaugsmą. Meninė patirtis nebūtina – svarbiausia smalsumas ir noras pabūti kartu!
Susitikimas su gydytoju neurologu Alfredu Maruška	Šiaulių miesto savivaldybės viešoji biblioteka, Lieporių filialas (Tilžės g. 36)	Spalio 7 d. 17.00 val.	Registracija vykdoma iki spalio 6 d. 12 val. tel. +370 41 55 26 57	Kviečiame senjorus dalyvauti įdomiame susitikime su gydytoju neurologu ir išgirsti naudingos informacijos, pasisemti žinių apie sveikatą.

Siuvimo stotelė	Povilo Višinskio bibliotekos II a. fojė, Aušros al. 62, Šiauliai	Rugsėjo 25 d. 14.00–16.00 val.	-	Siuvimo stotelėje senjorų lauks bibliotekos edukatorės. Jos pakvies trumpam prisėsti prie siuvimo darbų ir savo rankomis susikurti praktišką ar tiesiog mielą smulkmeną. Visomis edukacijai reikalingomis priemonėmis pasirūpins biblioteka. Tačiau kviečiame prisidėti ir prie tvaresnės kūrybos: jei namie turite nereikalingų, bet naujų medžiagų skiaučių, siūlų ar kitų naujų siuvimui tinkamų priemonių, biblioteka mielai priims jas dovanų.
„Amžėjimo harmonija“	Povilo Višinskio bibliotekos Konferencijų salė, II a., Aušros al. 62, Šiauliai	Rugsėjo 25 d. 16 val.	-	Įžanginis Vyresnio amžiaus žmonių savaitės renginys, kurio metu vyks paskaita apie prasmingą ir harmoningą amžėjimą. Paskaitą skaitys šeimotyrininkė, edukologė, santykių konsultantė ir lyderystės mentorė Edita Gulbinienė. Programą papildys „Sidabrinės linijos“ veiklos pristatymas, poezijos skaitymai, vokalinio ansamblio „Dainora“ ir šokių kolektyvo pasirodymai. Organizatorė – „Sidabrinė linija“
Povilo Višinskio gyvosios istorijos pabėgimo kambarys	Povilo Višinskio biblioteka, Aušros al. 62, Šiauliai	Rugsėjo 29 d. 13.00 val.	Būtina išankstinė registracija tel. +370 41 37 17 37. Vietų skaičius ribotas	Kviečiame senjorus leisti į nuotykį pabėgimo kambaryje, kuriame prireiks ne tik pastabumo, loginio mąstymo, komandinio darbo, bet ir ryžto įveikti netikėtas užduotis. Čia teks ieškoti užuominų, spręsti galvosūkius, atrasti paslėptus atsakymus ir drauge siekti vieno tikslo – rasti išėjimą iš kambario. Dėmesio! Pabėgimo kambaryje gali tekti įveikti ir tam tikras erdvės kliūtis, todėl dalyviams prireiks lankstumo ir judrumo. Erdvė bei edukacijos veiklos nėra pritaikytos savarankiškam žmonių su negalia dalyvavimui.

Siuvimo stotelė	Povilo Višinskio bibliotekos II a. fojė, Aušros al. 62, Šiauliai	Rugsėjo 30 d. 15.00–16.30 val.	-	Siuvimo stotelėje senjorų lauks bibliotekos edukatorės. Jos pakvies trumpam prisėsti prie siuvimo darbų ir savo rankomis susikurti praktišką ar tiesiog mielą smulkmeną. Visomis edukacijai reikalingomis priemonėmis pasirūpins biblioteka. Tačiau kviečiame prisidėti ir prie tvaresnės kūrybos: jei namie turite nereikalingų, bet naujų medžiagų skiaučių, siūlų ar kitų naujų siuvimui tinkamų priemonių, biblioteka mielai priims jas dovanų.
Siuvimo stotelė	Povilo Višinskio bibliotekos II a. fojė, Aušros al. 62, Šiauliai	Spalio 1 d. 10.00–12.00 val.	-	Siuvimo stotelėje senjorų lauks bibliotekos edukatorės. Jos pakvies trumpam prisėsti prie siuvimo darbų ir savo rankomis susikurti praktišką ar tiesiog mielą smulkmeną. Visomis edukacijai reikalingomis priemonėmis pasirūpins biblioteka. Tačiau kviečiame prisidėti ir prie tvaresnės kūrybos: jei namie turite nereikalingų, bet naujų medžiagų skiaučių, siūlų ar kitų naujų siuvimui tinkamų priemonių, biblioteka mielai priims jas dovanų.
Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos minėjimo renginys	Povilo Višinskio bibliotekos Konferencijų salė, II a., Aušros al. 62, Šiauliai	Spalio 1 d. 12 val.	-	Organizatorė – Šiaulių Parkinsono draugija
Kėdžių joga su Remigijumi Daugėla	Povilo Višinskio bibliotekos Didžioji skaitykla, III a., Aušros al. 62, Šiauliai	Spalio 2 d. 15 val.	-	Tai švelni, visiems prieinama jogos forma, atliekama sėdint ant kėdės arba naudojant ją kaip atramą. Praktikoje derinami lengvi judesiai, sąmoningas kvėpavimas ir trumpi atsipalaidavimo momentai, padedantys atgauti jėgas, sumažinti stresą ir pagerinti savijautą – net ir turint ribotą laiką. Kviečiami visi! Nereikia kilimėlio, specialios aprangos ar patirties – tiesiog ateikite, atsisėskite ir mėgaukitės. Kėdžių jogą veda fizinio aktyvumo specialistas Remigijus Daugėla.

Terapiniai garsiniai skaitymai senyvo amžiaus žmonėms	Povilo Višinskio bibliotekos Edukacijų erdvė, III a., Aušros al. 62, Šiauliai	Spalio 7 d. 10 val. Trukmė – iki 1 val.	Būtina išankstinė registracija tel. +37041371722 arba el. paštu Nijole.Prakapiene@savb.lt	Renginio metu bus skaitomi pasirinkti pasakojimai sveikatos, psichinės ir emocinės gerovės temomis, pasitelkiamos iliustracijos, kvapų atpažinimo žaidimai, prisiminimų dėžutės ir muzika. Skatinant bendravimą bei teigiamas emocijas, dalyviai kviečiami dalintis prisiminimais, atsakyti į klausimus ir diskutuoti. Skaitymai padeda atgaivinti malonius prisiminimus, suteikia saugumo ir ramybės, stiprina savivertę bei tarpusavio ryšį. Renginys yra Šiaulių miesto savivaldybės finansuojamo projekto „Sveikatos akademija bibliotekoje“ dalis.
„Kaip skamba paveikslas?“	Povilo Višinskio bibliotekos Edukacijų erdvė, III a., Aušros al. 62, Šiauliai	Spalio 8 d. 11 val.	Būtina išankstinė registracija tel. +370 67457617 Registruotis galima iki rugsėjo 30 d.	Susitikimo metu vyks gyva instrumentinė improvizacija, kurios metu susijungs muzika ir menas. Dalyviai nesudėtinga ir neįpareigojanti technika kurs paveikslus, kurie pabaigoje suskambės gyvai. Organizatorius – Šiaulių miesto savivaldybės socialinių paslaugų centras
Ekskursija su malūnininku ir duonos degustacija	Žaliūkių malūnininko sodyba-muziejus (Architektų g. 73, Šiauliai)	Spalio 5 d., 13 val.	Reikalinga išankstinė registracija telefonu (0 41) 21 11 98, nuo 2026-09-28 iki 2026-10-02	-
„Pažintis su televizine studija“	Radijo ir televizijos muziejus (Vilniaus g. 174, Šiauliai)	Spalio 1 d., 11 val., spalio 8 d. 11 val.	Reikalinga išankstinė registracija telefonu (0 41) 52 43 99 (1 d. iki rugsėjo 30 d., 8 d. iki spalio 7 d.)	Trukmė – 1 val.

„Puodų lipdymas senoviniais būdais“	Šiaulių istorijos muziejus (Aušros al. 47, Šiauliai)	Spalio 2 d. muziejaus darbo laiku	Reikalinga išankstinė registracija telefonu (0 41) 52 43 94 iki spalio 1 d.	-
„Žvakių liejimas“	Šiaulių istorijos muziejus (Aušros al. 47, Šiauliai)	Spalio 8 d. muziejaus darbo laiku	Reikalinga išankstinė registracija telefonu (0 41) 52 43 94 iki spalio 7 d.	-
Nemokamos ekskursijos parodoje „100 metų su radiju“	Šiaulių istorijos muziejus (Aušros al. 47, Šiauliai)	Spalio 5 d., 11 val., spalio 7 d., 11 val.	Reikalinga išankstinė registracija telefonu (0 41) 37 53 45 (5 d. ekskursijai iki spalio 2 d., 7 d. ekskursijai iki spalio 6 d.)	-
Nemokama ekskursija parodoje „Tremties vagono pasakojimai“	Šiaulių istorijos muziejaus kiemelis (Aušros al. 47, Šiauliai)	Spalio 1 d., 11 val.	-	
Edukacija „Fotografo asistentas“	Fotografijos muziejus (Vilniaus g. 140, Šiauliai)	Spalio 1 d., 13 val.	Dalyvių skaičius ribotas. Būtina išankstinė registracija iki 2026-09-30 tel. +370 41 52 43 93 arba interneto svetainėje www.ausrosmuziejus.lt	Kviečiame senjorus pabūti fotografo asistentais – kartu patyrinėti šviesą, įvairius apšvietimo būdus, jų kuriamus efektus ir praktiškai juos panaudoti studijoje fotografuojant portretus. Edukacijos „Fotografo asistentas“ metu užfiksuoti portretai dalyviams bus perduoti skaitmeniniu formatu, norintys galės užsisakyti atspausdintą nuotrauką. Dalyvavimas edukacijoje ir skaitmeninė portreto nuotrauka – nemokami.

				Atspausdintos nuotraukos užsakymas (10x15 cm) – 0,40 Eur.
„Šeimos relikvijų konservavimas ir restauravimas“	Chaimo Frenkelio vila- muziejus, Restauravimo skyrius (Vilniaus g. 74, Šiauliai)	Spalio 5, 6, 7 d. 11 val.	Reikalinga išankstinė registracija interneto svetainėje www.ausrosmuziejus.lt arba telefonu (0 41) 52 43 89 iki ekskursijos dienos.	-
Nemokama ekskursija ekspozicijoje „Fabrikantai Frenkeliai“	Chaimo Frenkelio vila- muziejus, Restauravimo skyrius (Vilniaus g. 74, Šiauliai)	Spalio 7 d., 13 val.	Reikalinga išankstinė registracija iki 2026-10-07 telefonu (0 41) 52 43 89	-
Filmo apie Chaimą Frenkelį peržiūra ir pasakojimas apie Frenkelių šeimą	Chaimo Frenkelio vila- muziejus, Restauravimo skyrius (Vilniaus g. 74, Šiauliai)	Spalio 7 d., 11.30 val.	Reikalinga išankstinė registracija iki 2026-10-07 telefonu (0 41) 52 43 89	-
Edukacija „Apyrankė“	Chaimo Frenkelio vila- muziejus, Restauravimo skyrius (Vilniaus g. 74, Šiauliai)	Spalio 7 d., 10 val.	Reikalinga išankstinė registracija iki 2026-10-07 telefonu (0 41) 52 43 89	-
Ekskursija Venclauskių namuose-muziejuje	Venclauskių namai-muziejus (Vytauto g. 89, Šiauliai)	Spalio 2 d., 11 val.	-	

Ekskursija parodoje „Stasys Šalkauskis. Filosofas ir jo pasaulis“	Venclauskių namai-muziejus (Vytauto g. 89, Šiauliai)	Spalio 7 d., 11 val.	Reikalinga išankstinė registracija iki 2026-10-01 telefonu (0 41) 52 43 92	
Apsilankymas druskų kambaryje	VšĮ Šiaulių centro poliklinika, adresu, Varpo g. 9, rinktis I a. prie registratūros	Spalio 1 -8 d., nuo 9.00 val. iki 15.00 val. Skelbiama www.siauliai.lt ; www.siauliupoliklinika.lt ; soc. tinkle facebook	Būtina išankstinė registracija tel. (0 41) 374 041, (0 41) 523 869 Registracija vykdoma rugsėjo 7-30 d. nuo 8.00 val. iki 18.00 val.	Seanso trukmė – 30 min. Turėti šlepetes, apsirengti neprabangiais rūbais, kad nesusigadintų. Nerekomenduojama lankytis, turintiems aukštą kraujospūdį, onkologinius susirgimus bei sergantiems inkstų nepakankamumu.
Kūno sudėties analizė bioimpedanso aparatu	VšĮ Šiaulių centro poliklinika, adresu, Varpo g. 9, Psichikos dienos stacionaras, II a., 217 kab.	Spalio 1 – 8 d., nuo 9.00 val. iki 15.00 val. Skelbiama www.siauliai.lt ; www.siauliupoliklinika.lt ; soc. tinkle facebook	Vykdoma išankstinė registracija rugsėjo 7 -30 d., tel. (0 41) 374 041, (0 41) 523 869 nuo 8.00 val. iki 18.00 val.	Gyvensenos medicinos specialistė V. Vaičiaitė – Dūdė kūno sudėties analizatoriumi atliks kūno sudėties analizės tyrimą ir trumpai aptars pagrindinius rezultatus (nustatys kūno riebalų, raumenų, skysčių, baltymų ir mineralų kiekį bei įvertins pilvo riebalų lygį, atliks standartinių parametrų analizę (kūno svoris, ūgis, kūno masės indeksas, kūno raumenų bei skysčių masė). Svarbu! - Kūno sudėties analizės tyrimas neatliekamas nėščiosioms, turint širdies rimo reguliatorius. - Norint gauti kuo tikslesnius duomenis, svertis reikia praėjus 3-4 val. po valgio, po vonios, 12 val. po sportavimo, pirties ar kt. veiklos, sukeliančios didelį prakaitavimą, 3-4 val. iki svėrimo nevartoti kofeino ar kitų gėrimų ir preparatų, turinčių diuretinių

				(skatinančių šlapimo susidarymą) savybių, 48 val. iki matavimo nevartoti alkoholio. Tai svarbu kiekvienam sužinoti savo kūno sudėtį, lengviau kontroliuoti svorio korekciją bei suteikti papildomą motyvaciją pacientui.
Info pietūs senjorams	Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9 (2 aukštas), Šiauliai	Spalio 7 d., 12 val.	Registracija reikalinga, kreiptis Ilona Kuodienė, tel. 064708406. Informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio www.sveikatos-biuras.lt	Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Mankštos senjorams	Kultūros centras, Aušros alėja 31, Šiauliai		Registracija reikalinga, kreiptis Tomas Katkus, tel. 067684264. Informacija bus skelbiama https://www.sveikatos-biuras.lt/pagrindinis-menu-menesio-veiklu-kalendorius/	Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Mankštos senjorams	Teniso akademija, Gardino g. 8, Šiauliai		Registracija reikalinga, kreiptis Tomas Katkus, tel. 067684264. Informacija bus skelbiama https://www.sveikatos-biuras.lt	Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

			biuras.lt/pagrindi nis-meniu- menesio-veiklu- kalendorius/	
„Judėjimas ilgam gyvenimui“ – netradicinė Dainų PSPC FMR mankšta vyresnio amžiaus žmonėms	VŠĮ Dainų pirminės sveikatos priežiūros centras, Aido g. 18, Šiauliai (įstaigos I, II, III aukšto koridoriuose)	Spalio 6 d. 11.00–11.05 val. 14.15–14.20 val.	-	Speciali Dainų PSPC Fizinės medicinos ir reabilitacijos skyriaus mankšta vyresnio amžiaus žmonėms ir Dainų PSPC darbuotojams, lankytojams.
Patyriminiai mokymai: „Aktyviai amžėjame – tvariai gyvename“	Pradžia prie „Geležinės lapės“ skulptūros.	Spalio 8 d. 11 val.	Registracija iki rugsėjo 30 d. el. paštu j.kazanaviciene@šiauliai.lt arba tel. 065225122	Šiaulių švietimo kompetencijų centras
Nemokamas apsilankymas į plaukimo centro „Delfinas“ baseinus	Dainų g. 33A, Ežero g. 11A, Šiauliai	Spalio 1 d. (ketvirtadienis) 7-14 val.	Būtina pateikti senjoro pažymėjimą.	Šiaulių plaukimo centras „Delfinas“
Šiaulių m. savivaldybės globos namų dienos centro Goda Spalvų muzikos orkestro koncertas „Gyvenimo melodija“	Šiaulių miesto savivaldybės globos namų dienos centras Goda, Žalgirio g. 3, Šiauliai	Spalio 1 d. 11 val.	Registracija iki rugsėjo 30 d. tel. +37060459475	Koncertą organizuoja Šiaulių m. savivaldybės globos namai. Spalvų muzikos orkestre „Goda“, muzikuoja žmonės, turintys negalią ir muzikos profesionalai. Atlikėjai groja klavišiniais, įvairiais mušamaisiais instrumentais, pagal spalvų muzikos sistemą, kur natos ir instrumentų klavišai yra pažymėti sutartinėmis spalvomis.
Kūrybinės dirbtuvės „Širdžių magija“	Šiaulių miesto savivaldybės globos namai Energetikų g. 20 A, Rėkyva	Spalio 1 d. 10.30 val.	Registracija iki rugsėjo 30 d. Dalyvių skaičius ribotas Tel.+370 41 433 644	Šiaulių miesto savivaldybės globos namai. Kviečiame senjorus į jaukias ir kūrybiškas dirbtuves, kuriose dekoruosime molines širdeles. Tai puiki proga pabūti kartu, pasinerti į kūrybinį procesą, išreikšti savo idėjas spalvomis ir raštais bei susikurti mielą rankų darbo suvenyrą. Trukmė – iki 60 min. Dalyvavimas nereikalauja meninių įgūdžių – svarbiausia gera nuotaika ir noras kurti.

Šiaulių m. savivaldybės globos namų dienos centro „Goda“ renginys „Sidabriniai rutuliai“	Šiaulių miesto savivaldybės globos namų dienos centras „Goda“, Žalgirio g. 3, Šiauliai	Spalio 2 d., 11 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +37060459475	Senjorai bus kviečiami senjorus išbandyti pasaulyje pamėgtą sporto šaką – petankę. Trukmė iki 60 min.
Šiaulių m. savivaldybės globos namų dienos centro „Goda“ renginys „Sėdintys ritmai“	Šiaulių miesto savivaldybės globos namų dienos centras „Goda“, Žalgirio g. 3, Šiauliai	Spalio 5 d., 11 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +37060459475	Senjorai bus kviečiami į išskirtinį, nuotaikingą ir labai smagų renginį „Sėdintys ritmai“! Tai ypatingas šokio ir judesio užsiėmimas, kurio metu bus šokama sėdint ant kėdžių. Renginio pajvairins naudojami muzikiniai instrumentai. Trukmė iki 60 min. Organizuoja Šiaulių m. savivaldybės globos namai.
Šiaulių m. savivaldybės globos namų dienos centro „Goda“ muzikinis renginys „Jaunystės skambesys“	Šiaulių miesto savivaldybės globos namų dienos centras „Goda“, Žalgirio g. 3, Šiauliai	Spalio 7 d., 11 val.	Registracija nevykdoma.	Senjorai bus kviečiami į nepamirštamą, šiltą ir prisiminimų kupiną muzikinį renginį „Jaunystės skambesys“! Trukmė iki 60 min. Koncertą organizuoja Šiaulių m. savivaldybės globos namai.
Savęs pažinimas per fraktalų piešimą	VŠĮ Socialinių inovacijų centras, Ežero g. 8, Šiauliai	Spalio 1 d., 6 d., 10 val.	-	-
Dezinformavimo pažinimas, kas tai, kaip apsaugoti save?	VŠĮ Socialinių inovacijų centras, Ežero g. 8, Šiauliai	Spalio 5 d. 7d, 10 val.	-	-
Profilaktiniai cukraus kiekio kraujyje tyrimai	Aušros al. 64, Šiauliai.	Spalio 7 ir 8 d., 9–11 val.	Registracija bus vykdoma tyrimo metu, dalyviui bus suteikiama pažyma apie atliktą tyrimą.	Organizatorius – Šiaulių krašto žmonių, sergančių cukriniu diabetu, klubas „Lemtis“. Patariama atvykti nevalgius.
Paskaita-diskusija apie cukrinį diabetą: kilmę, galimas komplikacijas, gydymą ir jo naujoves.	Aušros al. 64, Šiauliai.	Spalio 8 d., 11 val.	-	Organizuoja Šiaulių krašto žmonių, sergančių cukriniu diabetu, klubas „Lemtis“.
Širdis nesensta	Šiaulių apskrities Povilo Višinskio bibliotekoje,	Rugsėjo 30 d., 12 val.	Be registracijos, viešas renginys	Šiaulių „Bočiai“

	konferencijų salėje, Aušros al. 62			
Šiaulių r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Treniruotė senjorams	Kuršėnų miesto parkas	Spalio 1 d. 9.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau – Šiaulių r. VSB) Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Jono Nekrašiaus knygos „Penzeliukas – Gerardas Bagdonavičius“ pristatymas, diskusija ir dokumentinio filmo „Menininką Gerardą Bagdonavičių prisimenant“ peržiūra.	Vytauto g. 1, Kuršėnai	Spalio 1 d. 13.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių rajono savivaldybės Vytauto Vitkausko viešoji biblioteka Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Jogos užsiėmimas	Šiaulių r. VSB, J. Basanavičiaus g. 7, Kuršėnai	Spalio 1 d. 17.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Baziniai savižudybių prevencijos mokymai	V. Dambrausko g. 17-2, Kuršėnai	Spalio 2 d. 9.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Baziniai savižudybių prevencijos mokymai	Šiaulių g. 3, Gruzdžiai	Spalio 2 d. 13.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Treniruotė senjorams	Kuršėnų miesto parkas	Spalio 5 d. 8.30 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Burnos higienos užsiėmimai vyresnio amžiaus žmonėms	Šiaulių g. 3, Gruzdžiai	Spalio 5 d. 9.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Gyventojų sveikos mitybos įgūdžių mokymai „Sveikatai palanki mityba vyresnio amžiaus žmonėms“	V. Dambrausko g. 17-2, Kuršėnai	Spalio 5 d. 9.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Treniruotė senjorams	Šiaulių g. 3, Gruzdžiai	Spalio 5 d. 9.45 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba

Paskaita „Pozityvus mąstymas – fizinės ir psichinės sveikatos pamatas“. Lektorė Lidija Laurinčiukienė. Projektas „Kartu sveikiau“.	Vytauto g. 1, Kuršėnai	Spalio 6 d. 15.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių rajono savivaldybės Vytauto Vitkausko viešoji biblioteka Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Burnos higienos užsiėmimai vyresnio amžiaus žmonėms	V. Dambrausko g. 17-2, Kuršėnai	Spalio 7 d. 9.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Gyventojų sveikos mitybos įgūdžių mokymai „Sveikatai palanki mityba vyresnio amžiaus žmonėms“	Šiaulių g. 3, Gruzdžiai	Spalio 7 d. 11.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Atvirų durų dienos „Atverkime duris į Trečiojo amžiaus universitetą“	V. Dambrausko g. 17-2, Kuršėnai	Spalio 7 d. 15.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Atvirų durų dienos „Atverkime duris į Trečiojo amžiaus universitetą“	V. Dambrausko g. 17-2, Kuršėnai	Spalio 8 d. 15.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Jogos užsiėmimas	Šiaulių r. VSB, J. Basanavičiaus g. 7, Kuršėnai	Spalio 8 d. 17.00 val.	–	Organizatorius: Šiaulių r. VSB Partneris: Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba
Popietė-koncertas „Kol širdyje skamba daina“	Naisių Kultūros centras, Gėlės g. 9, Naisiai	Spalio 8 d., 15.00 val.		Organizuoja: Naisių Kultūros centras. Partnerė: Naisių biblioteka ir bendruomenė
„Prie arbatos – apie gyvenimą“	Šiaulių rajono savivaldybės administracijos Bubių, Ginkūnų, Gruzdžių, Kairių, Kužių, Kuršėnų kaim., Kuršėnų m., Meškuičių,	Bus skelbiama Šiaulių rajono savivaldybės socialinių paslaugų centro interneto svetainėje	–	Organizatorius: Šiaulių rajono savivaldybės socialinių paslaugų centras Iniciatyvos metu organizuojami susitikimai seniūnijose ir individualūs apsilankymai senjorų

	Šakynos, Šiaulių kaimiškoji, Raudėnų seniūnijose, Šiaulių r.	www.spcpaslaugos.lt bei „Facebook“ paskyroje likus savaitei iki renginio pradžios		namuose, skatinant bendravimą, tarpusavio ryšį bei dalijimąsi gyvenimo patirtimis.
Iniciatyva „Su knyga ir šiluma – į senjoro namus“	Bubių biblioteka, Dubysos g. 15, Bubiai	Spalio 6 d., 12 val.		
Prisiminimų rytmetis „Iš močiutės skrynios“	Meškuičių biblioteka, J. Basanavičiaus g. 2, Meškuičiai	Spalio 8 d., 10 val.		
Valandėlė „Senjorų išmintis“	Raudėnų biblioteka, Tryškių g. 6, Raudėnai	Spalio 1 d., 11 val.		
Susitikimas „Pabūkime drauge“	Aukštelkės biblioteka, Poilsio g. 9-3, Aukštelkė	Spalio 5 d., 11.30 val		
Žaidimų rytmetis suaugusiesiems „Muzikinis bingo“	Žadžiūnų biblioteka, Gudelių g.7, Žadžiūnai	Spalio 2 d., 10 val.		
Popietė su kava ir knyga „Prisiminimų verpetuose“	Varputėnų biblioteka, Pagrindinė g. 29, Varputėnai	Spalio 6 d., 14 val.		Organizuoja: Varputėnų biblioteka Partnerė: VŠĮ Socialinė sinergija
Išvyka į Kryžių kalną ir Pranciškonų vienuolyną „Ieškom savojo laiko“	Kužių biblioteka, Įlipimo stotelė: Vilties g. 2, Kužiai	Spalio 2 d., 11 val.		
Popietė „Gyvenimo perlai“	Kurtuvėnų biblioteka, P. Višinskio 1 A., Kurtuvėnai	Spalio 6 d., 17 val.		
Edukacija suaugusiesiems „Tapyba pagal skaičius“. Edukatorė Vida Grigaitienė	Gruzdžių Augustino Griciaus biblioteka, Šiaulių 3, Gruzdžiai	Spalio 12 d., 11 val.		
Nemokamas Kuršėnų dvaro rūmų lankymas	Šiaulių rajono savivaldybės etninės kultūros ir tradicinių amatų centras, Ventos g. 7A	Spalio 1 d., 9-17 val.	-	Dvare galima apžiūrėti autentišką XIX a. medinę architektūrą, parko teritoriją ir apie 5 000 kalendorių kolekciją.

Šilalės r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Edukacinė programa „Žemaičių etninės kultūros savitumas, atsiskleidžiantis dainose, pasakojimuose, šokiuose, žaidimuose”	Kaltinėnų kultūros namuose (Varnių g. 19, Kaltinėnų mstl., Kaltinėnų sen., Šilalės r. sav.)	Spalio 5 d., 10 val.	Registracija vykdoma renginio metu (dalyvauja Šilalės TAU Kaltinėnų grupės nariai)	Šilalės švietimo pagalbos tarnyba
Edukacinė programa „Žemaičių etninės kultūros savitumas, atsiskleidžiantis dainose, pasakojimuose, šokiuose, žaidimuose”	Laukuvos kultūros namuose (Tvenkinio g. 4, Laukuvos mstl., Laukuvos sen., Šilalės r. sav.)	Spalio 5 d., 13 val.	Registracija vykdoma renginio metu (dalyvauja Šilalės TAU Laukuvos grupės nariai)	Šilalės švietimo pagalbos tarnyba
Edukacinė programa „Žemaičių etninės kultūros savitumas, atsiskleidžiantis dainose, pasakojimuose, šokiuose, žaidimuose”	Kvėdarnos kultūros namuose (K. Jauniaus g. 13, Kvėdarna, Šilalės r. sav.)	Spalio 6 d., 10 val.	Registracija vykdoma renginio metu (dalyvauja Šilalės TAU Kvėdarnos grupės nariai)	Šilalės švietimo pagalbos tarnyba
Edukacinė programa „Žemaičių etninės kultūros savitumas, atsiskleidžiantis dainose, pasakojimuose, šokiuose, žaidimuose”	Pajūrio seniūnija (Dariaus ir Girėno g. 33, Pajūrio mstl., Šilalės r. sav.)	Spalio 6 d., 13 val.	Registracija vykdoma renginio metu (dalyvauja Šilalės TAU Pajūrio grupės nariai)	Šilalės švietimo pagalbos tarnyba
Edukacinė programa „Žemaičių etninės kultūros savitumas, atsiskleidžiantis dainose, pasakojimuose, šokiuose, žaidimuose”	Šilalės kultūros centre (J. Basanavičiaus g. 12, Šilalė)	Spalio 7 d., 10 val.	Registracija vykdoma renginio metu (dalyvauja Šilalės TAU Šilalės grupės nariai)	Šilalės švietimo pagalbos tarnyba

Edukacinė programa „Žemaičių etninės kultūros savitumas, atsiskleidžiantis dainose, pasakojimuose, šokiuose, žaidimuose”	Žadeikių seniūnijoje (Šaukliškės g. 15, Žadeikių k., Šilalės r.)	Spalio 7 d., 13 val.	Registracija vykdoma renginio metu (dalyvauja Šilalės TAU Žadeikių grupės nariai)	Šilalės švietimo pagalbos tarnyba
Edukacinė programa „Žemaičių etninės kultūros savitumas, atsiskleidžiantis dainose, pasakojimuose, šokiuose, žaidimuose”	Upynos kultūros namuose (Nepriklausomybės g. 18, Upynos mstl., Upynos sen., Šilalės r. sav.)	Spalio 8 d., 10 val.	Registracija vykdoma renginio metu (dalyvauja Šilalės TAU Upynos grupės nariai)	Šilalės švietimo pagalbos tarnyba
Edukacinė programa „Žemaičių etninės kultūros savitumas, atsiskleidžiantis dainose, pasakojimuose, šokiuose, žaidimuose”	Bijotų laisvalaikio salėje (Parko g. 2, Bijotų k., Bijotų sen., Šilalės r. sav.)	Spalio 8 d., 13 val.	Registracija vykdoma renginio metu (dalyvauja Šilalės TAU Bijotų grupės nariai)	Šilalės švietimo pagalbos tarnyba
Linijiniai šokiai senjorams	J. Basanavičiaus g. 3, Salto studija	Spalio 1 d., 12 val.	-	Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Linijiniai šokiai senjorams	J. Basanavičiaus g. 3, Salto studija	Spalio 8 d., 12 val.	-	Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Filmo seansas	Šilalės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Žadeikių k. filialas	Spalio 7 d., 11 val.	-	Filmas „Šimtmečių godos“, skirtas Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai. Atsakinga bibliotekininkė Virginija Matutienė
Popietė „Vaistažolių arbatėlė ir kiti močiutės patarimai“ Dokumentų paroda „Žolelių galia“	Šilalės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Pajūralio k. filialas	Spalio 1 d., 14 val. Nuo rugsėjo 1d. iki rugsėjo 31d.	-	Atsakinga bibliotekininkė Stasė Pūdžemienė
Spaudinių paroda „Patirtis, kuri įkvepia“	Šilalės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Bijotų k. filialas	Spalio 1- 30d.	-	Atsakinga bibliotekininkė Agnė Martinkienė

Renginys „Senjorų protmūšis“	Šilalės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Tenenių k. filialas	Spalio 2d. 14 val	-	Atsakinga bibliotekininkė Liuda-Aistė Trakšėlienė
Kūrybinė edukacija „Kvapnus prisiminimų maišelis“	Šilalės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Pajūrio k.filialas	Spalio 8d. 14 val.	-	Kvies į jaukią kūrybinę edukaciją, skirtą prisiminti senąsias tradicijas, pasidalinti prisiminimais ir pabūti kartu. Edukacijos metu dalyviai iš įvairių medžiagų atraižų susiūs savo rankomis medžiaginius maišelius, kuriuos galės panaudoti įvairiems namuose džiovintiems gėrybėms laikyti – vaistažolėms, džiovintiems obuoliams, liepžiedžiams, mėtomis, čiobreliais ir kt. Atsakinga bibliotekininkė Rasa Griškienė
Skaityklėlės „Kiekviena knyga-naujas pasaulis“ bibliotekos ir kultūros namų patalpose	Šilalės rajono savivaldybės viešosios bibliotekos Laukuvos k. filialas	Spalio 1-8 dienomis	-	Bus įkurtos nedidelės skaityklėlės tose vietose, kur senjorai dažnai lankosi – bibliotekoje ir kultūros namų patalpose. Skaityklėlėse bus pristatomos naujai gautos knygos ir skaitytojų daugiausia teigiamų atsiliepimų gavusios knygos. Atsakinga bibliotekininkė Jolanta Kairienė
Tarptautinė pagyvenusių žmonių dienos šventė	Šilalės r., Kvėdarnos miestelio kultūros namai, J. Basanavičiaus g. 12	Rugsėjo 25 d. 16 val.	Galės dalyvauti visi norintieji, registracijos nebus	LPS „Bočiai“ Šilalės bendrija, Šilalės savivaldybė. Po 2 dainas atliks visų 5 padalinių dainuojantys kolektyvai. Pajūrio miestelio bendruomenė atveš spektaklį.
Naktišokiai senjorams	Šilalė. Dariaus ir Girėno skveras miesto skveras, Basanavičiaus ir Nepriklausomybės gatvių sankryžoje.	Laikas bus tikslinamas	Galės dalyvauti visi norintieji, registracijos nebus	LPS „Bočiai“ Šilalės bendrija
Edukacinis užsiėmimas „Sparnai, jungiantys kartas“	Kaltinėnų parapijos senelių globos namai (Slėnio g. 3, Kaltinėnai, Šilalės raj.)	Spalio 6 d. 14 val.	-	Stasio Girėno gimtinė-muziejus, edukacinio užsiėmimo metu vyks filmo „Lituanicos skrydis“ peržiūra, diskusija, lėktuvėlių lankstymo dirbtuvės

Šilutės r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Edukacija „Knygos istorija“	Šilutės Hugo Šojaus muziejus, Lietuvininkų g. 4, Šilutė	Spalio 2 d. 12 val.	Būtina išankstinė registracija tel. +370 657 51909	Šilutės Hugo Šojaus muziejus
Parodos „Stabdant byrantį smėlį – Liudvikui Rėzai 250“ atidarymas ir paskaita	DKC „Eglutė“, Katalikų Bažnyčios g. 3, Šilutė	Spalio 2 d. 16 val.	-	Šilutės Hugo Šojaus muziejus
Akcija „Kavos puodelis draugystei“, skirta Vyresniojo amžiaus žmonių dienai	Šilutės miesto kavinės	Spalio 1 d.	-	Šilutės kultūros centras Tikslus renginio laikas ir programa bus paskelbti likus savaitei iki renginio pradžios įstaigos interneto svetainėje ir (ar) „Facebook“ paskyroje
Vyresniojo amžiaus žmonių dienos koncertas	Šilutės kultūros centras, Lietuvininkų g. 6, Šilutė	Spalio 1 d. 18 val.	-	Šilutės kultūros centras
Vyresniojo amžiaus žmonių dienai skirtas renginys	Tradicinių amatų centras, Liepų a. 25a, Švėkšna, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d.	-	Šilutės kultūros centras, Šilutės turizmo ir informacijos centro Tradicinių amatų centras Tikslus renginio laikas ir programa bus paskelbti likus savaitei iki renginio pradžios įstaigos interneto svetainėje ir (ar) „Facebook“ paskyroje
Vyresniojo amžiaus žmonių dienai skirtas renginys-koncertas	Šilutės kultūros centro Juknaičių skyrius, vitražų salė	Spalio 2 d. 15 val.	-	Šilutės kultūros centras
„Rudenį namai kvepia obuoliais“ – renginys, skirtas Vyresniojo amžiaus žmonių dienai	Bendruomenės „Saugų artuma“ salėje, Saugos, Šilutės r. sav.	Spalio 2 d.	-	Šilutės kultūros centras Tikslus renginio laikas ir programa bus paskelbti likus savaitei iki renginio pradžios įstaigos interneto svetainėje ir (ar) „Facebook“ paskyroje
„Senjorų žaidynės“ Rusnėje	Šilutės kultūros centro Rusnės skyrius, Neringos g. 2, Rusnė, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d. 17 val.	-	Šilutės kultūros centras
Vyresniojo amžiaus žmonių dienai skirtas renginys Gardame	Šilutės kultūros centro Gardamo skyrius, Gardamas, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d.	-	Šilutės kultūros centras

				Tikslus renginio laikas ir programa bus paskelbti likus savaitei iki renginio pradžios įstaigos interneto svetainėje ir (ar) „Facebook“ paskyroje
Vakaronė „Sugrįžki jaunyste“ Katyčiuose	Šilutės kultūros centro Katyčių skyrius, Katyčiai, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d.	-	Šilutės kultūros centras Tikslus renginio laikas ir programa bus paskelbti likus savaitei iki renginio pradžios įstaigos interneto svetainėje ir (ar) „Facebook“ paskyroje
Ekskursija „Mažosios Lietuvos mažieji dvarai“	Kintų Vydūno kultūros centras, Kuršių g. 22, Kintai, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d.	Būtina registracija iki 2026 m. rugsėjo 25 d. tel. +370 441 47379	Maršrutas: Kintai – Šilutė – Bitėnai – Šereitlaukis – Kintai Tikslus renginio laikas ir programa bus paskelbti likus savaitei iki renginio pradžios įstaigos interneto svetainėje ir (ar) „Facebook“ paskyroje
Popietė „Kartu smagiau“: žaidimai ir pokalbiai skambant muzikai	Liepų g. 2, Grabupių k., Šilutės seniūnija, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d. 13 val.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Grabupių filialas
Literatūrinė-muzikinė kompozicija „Laiškai Kūrėjui“. Knygos „(NE)IŠSIPAŽINIMAI“ sutiktuvės, dalyvaujant knygos autorei Violetai Astrauskienei.	Šilutės g. 5, Katyčiai, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d. 15 val.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Katyčių filialas
Popietė „Laikui nepavaldūs...“: kūrėjos Reginos Meškauskienės (Juknaičiai) riešinių parodos pristatymas.	Šilojų g. 15, Traksėdžių k., Šilutės seniūnija, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d. 16 val.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Traksėdžių filialas
Laimos Dulkytės- Micienės (Juknaičiai) tapybos darbų parodos „Spalvotos mintys“ pristatymas, dalyvaujant autorei.	Beržų g. 2, Juknaičių k., Juknaičių seniūnija, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Juknaičių filialas Tikslus renginio laikas ir programa bus paskelbti likus savaitei iki renginio pradžios įstaigos interneto svetainėje ir (ar) „Facebook“ paskyroje

Literatūrinė paroda „Knygų receptai“	Kuršių g. 23, Kintai, Šilutės r. sav.	Spalio 1–8 d.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Kintų filialas
Tatjanos Petravičienės tapybos darbų paroda „Melodijos“	Neringos g. 7-5, Rusnė, Šilutės r. sav.	Spalio 1 d. – lapkričio 6 d.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Rusnės filialas
Renginys „Senjorų uostas – knyga ir puodelis arbatos“	Kuršių g. 23, Kintai, Šilutės r. sav.	Spalio 1–8 d.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Kintų filialas
Muzikinis-literatūrinis vakaras „Giliau nei žodžiai...“	Tilžės g. 10, Šilutė	Spalio 1 d. 17 val.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB
Popietė „Šilti širdies trupiniai“	Ateities g. 5, Pašyšių k., Šilutės r. sav.	Spalio 2 d. 14 val.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Pašyšių filialas
Popietė „Kartu gera“	Plaškuoto g. 2, Degučių k., Šilutės r. sav.	Spalio 6 d. 15 val.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Degučių filialas
Apmąstymai ir pokalbiai prie arbatos „Knyga, kuri liko širdyje“	Tilžės g. 16, Saugų k., Šilutės r. sav.	Spalio 7 d. 13 val.	-	Šilutės rajono savivaldybės F. Bajoraičio VB, Saugų filialas
Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos minėjimas	Traksėdžių biblioteka, Tilžės g. 10 Šilutė,	Spalio 1 d., 18 val.	Be registracijos, viešas renginys	Šilutės kultūros centras; Meninė programa
Vakaronė su moterų ansambliu „Vakarė“	Šilutės socialinės globos namai Saugų padalinys, Mažosios Lietuvos g. 2, Saugų mstl., Šilutės r. sav.	Spalio 1 d., 18.00 val.	-	
„Dainos, sušildančios širdį“ – muzikinis susitikimas su V. Stoškumi.	Šilutės socialinės globos namai, Taikos g. 12, Šilutė	Spalio 1 d. 10.00 val.	-	
Gyventojų paroda „Gyvenimo patirtis-delnuose“	Šilutės socialinės globos namai, Taikos g. 12, Šilutė	Spalio 2 d.	-	
Senjorų popietė „Stalo žaidimai“	Šilutės socialinės globos namai, Taikos g. 12, Šilutė	Spalio 5 d. 10.00 val.	-	

Grupinė kineziterapinė mankšta „Aktyvus senjoras – sveikas senjoras“	Šilutės socialinės globos namai Saugų padalinys, Mažosios Lietuvos g. 2, Saugų mstl., Šilutės r. sav.	Spalio 5 d. 10.00 val.	-	
Gyventojų paroda „Gyvenimo patirtis-delnuose“	Šilutės socialinės globos namai Saugų padalinys, Mažosios Lietuvos g. 2, Saugų mstl., Šilutės r. sav.	Spalio 6 d.	-	
„Iš praeities į dabartį: mūsų jaunystės istorijos“	Šilutės socialinės globos namai, Taikos g. 12, Šilutė	Spalio 6 d. 10.00 val.	-	
Prisiminimai prie arbatos „Kelionė praeities takais“	Šilutės socialinės globos namai Saugų padalinys, Mažosios Lietuvos g. 2, Saugų mstl., Šilutės r. sav.	Spalio 7 d. 10.00 val.	-	
Grupinė kineziterapinė mankšta „Aktyvus senjoras – sveikas senjoras“	Šilutės socialinės globos namai, Taikos g. 12, Šilutė	Spalio 7 d. 10.00 val.	-	
Senjorų popietė “Stalo žaidimai“	Šilutės socialinės globos namai Saugų padalinys, Mažosios Lietuvos g. 2, Saugų mstl., Šilutės r. sav.	Spalio 9 d. 10.00 val.	-	

Širvintų r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Ekskursija muziejuje	Kernavės archeologinės vietovės muziejus	Spalio 1 d., 10.00 val.	Vykdoma iš anksto el. p. muziejus@kernav e.lt arba tel. +370 603 15218	Kartu su gidu leisitės į kelionę po Kernavės istoriją – nuo senųjų gyvenviečių iki šių dienų.
Paskaita „Išnykusio valstybinio Kernavės dvaro pėdsakai: istoriniai šaltiniai ir archeologiniai tyrimai“	Kernavės archeologinės vietovės muziejus	Spalio 1 d., 11.00 val.	Vykdoma iš anksto el. p. muziejus@kernav e.lt arba tel. +370 603 15218	Paskaitą skaitys archeologė Dovilė Baltramiejūnaitė.

Keramikos edukacija	Kernavės archeologinės vietovės muziejus	Spalio 1 d., 12.00 val.	Vykdoma iš anksto el. p. muziejus@kernav.e.lt arba tel. +370 603 15218	Kūrybinės dirbtuvės, kurių metu dalyviai galės pasigaminti savo rankų darbo suvenyrą.
Dokumentinio filmo „Mes nugalėjom mirtį„ peržiūra su režisieriumi	Kernavės archeologinės vietovės muziejus	Spalio 1 d., 13.00 val.	-	Filmas pasakoja vieną žinomiausių Lietuvos partizanų, neįkainojamo kūrinio „Partizano Dzūko dienoraštis“ autorių, Dainavos apygardos vadą Lionginą Baliukevičių-Dzūką. Jo dienoraščio pagrindu sukurtas filmas supažindins visuomenę su partizaninio pasipriešinimo sovietų okupantams istorija, primins pasipriešinimo okupantams svarbą. 2025 m. Lietuva mini 100-ąsias L. Baliukevičiaus-Dzūko gimimo ir 75-ąsias jo žūties metines. Rež. Algis Kuzmickas 52 min.
Ekskursija muziejuje	Kernavės archeologinės vietovės muziejus	Spalio 2 d., 10.00 val.	Vykdoma iš anksto el. p. muziejus@kernav.e.lt arba tel. +370 603 15218	Kartu su gidu leisitės į kelionę po Kernavės istoriją.
Paskaita „Lietuviškosios Trojos paieškos“	Kernavės archeologinės vietovės muziejus	Spalio 2 d., 11.00 val.	Vykdoma iš anksto el. p. muziejus@kernav.e.lt arba tel. +370 603 15218	Paskaitą skaitys archeologas dr. Aleksiejus Luchtanas.
Šiaudinių sodelių edukacija	Kernavės archeologinės vietovės muziejus	Spalio 2 d., 12.00 val.	Vykdoma iš anksto el. p. muziejus@kernav.e.lt arba tel. +370 603 15218	Dalyviai galės išbandyti kūrybiškumą, susipažinti su šiaudinių sodų tradicija.
Pasivaikščiojimas po archeologinę vietovę	Kernavės archeologinė vietovė	Spalio 2 d., 13.00 val.	Vykdoma iš anksto el. p. muziejus@kernav.e.lt arba tel. +370 603 15218	Kartu su gidu leisitės į kelionę po Kernavės istoriją.

Pintinių juostų audimo edukacija su atestuota tradicinių amatų meistre Loreta Steponavičiene	Širvintų rajono savivaldybės kultūros centras, I.Šeinaus g. 4, Širvintos	Spalio 3 d. 11 val.		Pintinių juostų audimo edukacija su atestuota tradicinių amatų meistre Loreta Steponavičiene
Musninkų seniūnijos rudens šventė. Širvintų kultūros centro Musninkų filiale.	Širvintų rajono savivaldybės kultūros centro Musninkų filialas, Gelvonų g. 10., Musninkai, Musninkų sen., Širvintų r.	Spalio 3 d. 12 val.		Musninkų seniūnijos rudens šventė. Širvintų kultūros centro Musninkų filiale.
Rudens darbų pabaigtuvių šventė. Širvintų kultūros centro Kiauklių filiale.	Širvintų rajono savivaldybės kultūros centro Kiauklių filialas, Bažnyčios g. 41, Kiauklių k., Zibalų sen., Širvintų r.	Spalio 3 d. 18 val.		Rudens darbų pabaigtuvių šventė. Širvintų kultūros centro Kiauklių filiale.
Tarptautinis indų-lietuvių senosios kultūros meno projektas „DARNOJE“. Kernavės archeologinės vietovės muziejaus salėje.	Kernavės archeologinės vietovės muziejus, Kerniaus 4a, Kernavė, Širvintų r.	Spalio 4 d. 17 val.		Tarptautinis indų-lietuvių senosios kultūros meno projektas „DARNOJE“. Kernavės archeologinės vietovės muziejaus salėje.
Knygos „Menas gyventi gerai“ pristatymas	Širvintų rajono savivaldybės Igno Šeinaus viešoji biblioteka, I.Šeinaus g. 4, Širvintos	Spalio 2 d.		Knygos „Menas gyventi gerai“ pristatymas

Švenčionių r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Teatralizuota kompozicija „Literatūrinis Adomo Mickevičiaus salonas“	Švenčionių rajono savivaldybės viešoji biblioteka Vilniaus g. 2-3, Švenčionys	Spalio 2 d., 11.00 val.	-	Vilniaus apskr. A. Mickevičiaus viešosios bibliotekos kraštotyrininkai pasakos apie filomatus ir Adomą Mickevičių, bus skaitomi tekstai – poezija, poemų ištraukos, kuriama romantizmo laikų atmosfera.
„Pasirengimas ekstremalioms situacijoms ir išvykimo krepšys“	Švenčionių rajono savivaldybės viešoji biblioteka Vilniaus g. 2-3, Švenčionys	Spalio 5 d., 10.00 val.	-	Mobilizacijos ir pilietinio pasipriešinimo departamento prie KAM specialistas ves paskaitą apie pasirengimą ekstremalioms situacijoms ir išvykimo krepšį.

„Tactum“: dvių sielų pjesė.	Švenčionių rajono savivaldybės viešoji biblioteka Vilniaus g. 2-3, Švenčionys	Spalio 6 d., 11.00 val.	-	Pjesę skaitys kraštiečiai Gaudentas Kurila (Cieksas Žalbungis) ir Rita Čiganaitė-Japkevičienė (Kita Jūra)
Mariaus Semaškos fotografijų paroda „Švenčionėliai istorijos tėkmėje“	Švenčionėlių miesto biblioteka Vilniaus g.1, Švenčionėliai	Spalio 1 – 15 d., 9.00–18.00 val.	-	-
Spaudinių paroda „Gatvės menas“	Švenčionėlių miesto biblioteka Vilniaus g.1, Švenčionėliai	Spalio 1–30 d., 9.00–18.00 val.	-	Vilniaus apskrities Adomo Mickevičiaus viešoji biblioteka
Akcija „Kviečiu kavos...“	Pabradės miesto biblioteka Vilniaus g.46, Pabradė	Spalio 1 d., 9.00–18.00 val.	-	Minint Tarptautinę pagyvenusių žmonių dieną, vyks akcija, kada į biblioteką atvykusius senjorus vaišinsime kava.
Spaudinių paroda „Ramaus gyvenimo paslaptys“ (psichologinė literatūra)	Pabradės miesto biblioteka Vilniaus g.46, Pabradė	Spalio 1–15 d., 9.00–18.00 val.	-	Bibliotekoje veiks psichologinės literatūros knygų paroda apie streso valdymą, nerimo mažinimą, gebėjimą džiaugtis gyvenimu.
Susitikim	Švenčionys, Lentupio g. 3	Spalio 3 d. 15.00 -17.00 val.	Registracija telefonais ,skelbimas LPS "Bočiai" Švenčionių bendrija tinklapyje., el, paštu.	Pranešimas.20 min.; koncertinė šventinė programa Dalyvauja Švenčionių Bočių folk.ansamblis "KUNTAPLIS", muzikinė liaudies kapela " KAIMYNAI"(Švenčionių kultūros centras)
Tauragės r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Pagyvenusių žmonių diena	Kunigiškių kaimo filialas	Spalio 1 d.		
„Aš ir draugė (as) bibliotekoje“, Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai	Trepų kaimo filialas	Spalio 1 d.		

Susitikimas su aktoriumi Robertu Šarknicku „Meilės eilės iš širdies“ (skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai)	Skaudvilės miesto filialas	Spalio 1 d.		
Knygų ir arbatos popietė	Taurų kaimo filialas	Spalio 1 d.	Registracija telefonu 0 601 46741, žinute arba el. paštu taurai@tauragevb.lt iki rugsėjo 30 d. Registracija nutraukiama užregistravus dalyvių skaičių pagal vietų skaičių bibliotekoje.	
„Knyga, kurią galima paragauti“. Sensoriniai skaitymai senjorams	Žygaičių kaimo filialas	Spalio 1 d.		Trumpų lietuvių autorių kūrinių ištraukų skaitymas, kuriame žmogus ne tik klauso teksto, bet ir ragauja, liečia, uodžia, prisimena.
Pagyvenusių žmonių diena. Edukacija	Baltrušaičių kaimo filialas	Spalio 1 d. 12 val.		
Pagyvenusių žmonių diena – skaitymai seneliams	Pagramančio kaimo filialas	Spalio 1 d. 13 val.		
Dokumentų paroda „Apie gyvenimą ir laiką“, skirta Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai	Kęsčių kaimo filialas	Spalio 1–10 d.		
Kūrybinės dirbtuvėlės senjorams „Laikas sau ir kūrybai“	Pagramančio kaimo filialas	Spalio 2 d. 11 val.		

Alvido Lukošaičio knygos „Ateičių studijų ir politikos enciklopedinis žodynas“ pristatymas	Tauragės rajono savivaldybės Birutės Baltrušaitytės viešoji biblioteka, Respublikos g. 3, Tauragė	Spalio 2 d. 17.15 val.	–	
„Drauge rudens vakarais“, skirtas Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai	Eidintų kaimo filialas	Spalio 3 d.		
„Prisiminimų ratas: gyvos istorijos“	Tauragės rajono savivaldybės Birutės Baltrušaitytės viešoji biblioteka, Respublikos g. 3, Tauragė	Spalio 5 d. 17 val.	vaida.balasaitiene@tauragevb.lt	Jaukus skirtingų kartų susitikimas, kuriame senjorai ir jaunimas trumpų pokalbių metu dalijasi prisiminimais, patirtimis ir istorijomis. Vėliau „Gyvų nuotraukų“ edukacijoje, pasitelkiant dirbtinio intelekto technologijas, senos fotografijos atgaivinamos suteikiant joms judesio ir paverčiant prisiminimus gyvais vaizdais.
Pagyvenusių žmonių diena. Edukacija	Gaurės kaimo filialas	Spalio 6 d. 12 val.		
„Tada, kai buvome jauni“	Tauragės rajono savivaldybės Birutės Baltrušaitytės viešoji biblioteka, Respublikos g. 3, Tauragė	Spalio 6 d. 15 val.	vaida.balasaitiene@tauragevb.lt	Garsiniai skaitymai senjorams. Susitikimų metu skaitomi lietuvių autorių tekstai, kraštotyros leidinių ištraukos, prisiminimai, pasakojimai apie senąjį Tauragės kraštą. Skaitymą papildo seni daiktai, fotografijos, muzika, kvapai, augalai, audiniai ar kitos sensorinės priemonės. Svarbiausia programos dalis – ne tik išgirstas tekstas, bet ir senjoro prisiminimas, istorija bei galimybė ją pasidalyti.
Jono Nekrašiaus paskaita „Indija – sanskrito tėvynė ir lietuvių kalbos ištakos“	Tauragės rajono savivaldybės Birutės Baltrušaitytės viešoji biblioteka, Respublikos g. 3, Tauragė	Spalio 7 d. 13 val.		Paskaita skirta Senjorų savaitei.
„Prisiminimų knyga: istorijos, kurios lieka“	Lomių kaimo filialas	Spalio 7 d.		Tarptautinei pagyvenusių žmonių savaitei – senjorų popietė. Pokalbiai apie knygas, jaunystės prisiminimus ir gyvenimo patirtis, kūrybinė akcija „Palinkėjimas jaunajai kartai“.

Literatų klubo „Žingsniai“ narės Salomėjos Norkienės knygos „Ką kalba širdis“ pristatymas	Tauragės rajono savivaldybės Birutės Baltrušaitytės viešoji biblioteka, Respublikos g. 3, Tauragė	Spalio 8 d. 17 val.		Dalyvauja bardas Kęstutis Krencius.
Tarptautinė pagyvenusių žmonių dienos minėjimo šventė	Beržų g. 1, Lauksargių k., Lauksargių sen., Tauragės r. sav.	Spalio 1 d., 15 val.	-	Organizatoriai: Lauksargių globos namai; Asociacija Lauksargių kaimo bendruomenė „Lauksargiškiai“; Tauragės kultūros centro Lauksargių skyrius;
Protmūšis ir jaunystės dainų popietė „Ar prisimeni“	Donelaičio g. 21, Tauragė	Spalio 5 d., 10 val.		Organizuoja Tauragės šeimos gerovės centras, renginys 2 val. trukmės.
Lietuvos kino klubo „5-tos dienos kino festivalis“ - lietuviškas kino filmas ir susitikimas su filmo režisieriumi	Tauragės kultūros centras	Spalio 5 d. 18:00 val.		Tauragės kultūros centras
Futbolas vaikščiojant	Tauragės sporto centras, Prezidento g. 27A.	Spalio 5 d. 8.45 val.		Visuomenės sveikatos biuras
Kineziterapiniai užsiėmimai senjorams	Bastilijos kompleksas, Gaurės g. 27A.	Spalio 6 d. 10.00 val.		Visuomenės sveikatos biuras
Edukacinis užsiėmimas	Tauragės r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Prezidento g. 7	Spalio 7 d. 11.00 val.		Visuomenės sveikatos biuras
Kineziterapiniai užsiėmimai senjorams	Bastilijos kompleksas, Gaurės g. 27A	Spalio 8 d. 10.00 val.		Visuomenės sveikatos biuras

Edukacija "Arbatos popietė"	Tauragės kultūros centras	Spalio 8 d. 15:00 val.		Organizatorė Areta Didžionienė
Sensorinio kambario atvirų durų savaitė	Donelaičio g. 21, Tauragė	Spalio 1-7 d. 9 val. - 16 val.	Registracija tel. +37061538419 (L. Maraulienė)	Tauragės šeimos gerovės centre į sensorinį kambarį bus galima užsukti visos savaitės metu. Jeigu nebus užsiregistravusių, lankytojų srautai bus reguliuojami natūraliai, atsižvelgiant į tuo metu norinčiųjų apsilankyti skaičių.
„Arbatėlės popietė“	V. Kudirkos g. 2, Tauragė, (Raudono kryžiaus Tauragės skyriaus patalpos)	Spalio 7 d., 13 val.	-	Edukacija apie arbatas ir jų poveikį vartojant vaistus; Informacija pateikiama skaidrių demonstravimo būdu; Interaktyvūs žaidimai kortelėmis žinioms įtvirtinti.
„GYVENIMO AUKSINĖ POPIETĖ“	Stoties g.2, Tauragė Tauragės Švč. Trejybės parapijos namai	Spalio 4 d. 10 val.	-	10.00 Šv. Mišios už pagyvenusius žmonės 11.00 val. pasitikimo kava. 11.30 bingo žaidimas 12.00 val. šventinis koncertas 13.30 val. renginio pabaiga.
Atviros meno dirbtuvės „ Gyvas fotoalbumas“	Tauragės moters užimtumo ir informacijos centras V.Kudirkos g.9, Tauragė Tauragės rajono neįgaliųjų draugija Prezidento g.21, Tauragė	Spalio 6 d., 12 val. Spalio 6 d. 12 val.	-	- Kviečiame senjorus į popietę, kurioje atgys senos fotografijos . Renginio dalyviai raginami atsinešti po 1–3 jiems brangiausias nuotraukas iš jaunystės, šeimos švenčių ar istoriškesnių įvykių. Susitikimo metu, jaukiai gurkšnojant arbatą, kiekviena nuotrauka taps atspirties tašku unikalioms istorijoms, kurias pasakos patys senjorai. Tai renginys, kuriame praeitis susitinka su dabartimi, o asmeniniai prisiminimai virsta bendru kultūriniu paveldu. Renginį organizuoja Tauragės moters užimtumo ir informacijos centras.
Senjorų dieninė stovykla	Skaudvilė, River house. Marcelino Zelbos g 6A 73425 Skaudvilė	Spalio 15 d. 9.00 val.		Visuomenės sveikatos biuras

Telšių r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Senjorų dienos šventė. „Susitikime, pasiklausykime, pabūkime kartu“	„Pavandenės senjorų namai“, Gludo g. 4, Pavandenė, Telšių raj.	Spalio 2 d., 14 val.	Vykdoma iki rugsėjo 25d. tel. +37061531347	Koncertuos Šilalės r. sav. kultūros centro linksmos muzikos ansamblis „Padkava“ ir bendros vaišės su Pavandenės miestelio senjorų bendruomene.
Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos minėjimas	Telšių kultūros centras	Spalio 9 d. 12:00 val.	Laisvas įėjimas. Bus skelbiama Telšių rajono savivaldybės internetinėje svetainėje, rajono seniūnijose, per vietinę žiniasklaidą, socialiniuose tinkluose, el. p. nevyriausybinių organizacijoms susijusioms su dienos tematika	Telšių rajono savivaldybės meras Tomas Katkus, Telšių rajono savivaldybės administracijos Socialinės paramos ir rūpybos skyrius, Telšių socialinių paslaugų centras Telšių rajone gyvenantys senyvo amžiaus gyventojai bus pakviesti į Šv. Mišias Telšių katedroje, po jų vyks Telšių rajono mero diskusijos su susirinkusiais, susirinkusius linksmins dainininkas Radži.
Individualūs pokalbiai su Savarankiško gyvenimo namų ir Nakvynės namų senjorais, Telšių dienos centrą lankančiais senjorais apie sveiką gyvenseną, būtinybę rūpintis fizine ir psichine savo sveikata.	Telšių socialinių paslaugų centro Savarankiško gyvenimo namuose, Nakvynės namuose, Telšių dienos centre	Spalio 1-8 d., 14 val.	Registracija nevykdoma	Telšių socialinių paslaugų centras Užsiėmimai bus vykdomi pagal projektą „Sveikatinimo keliu 2026“ finansuojamo Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis
Reguliarūs fizinio aktyvumo užsiėmimai baseine Telšių dienos centrą, Žarėnų dienos centrą, Upynos dienos centrą lankantiems	Telšių Ateities progimnazijos baseine	2 kartus per savaitę	Registracija nevykdoma	Telšių socialinių paslaugų centras Užsiėmimai bus vykdomi pagal projektą „Sveikatinimo keliu 2026“ finansuojamo Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis

senjorams (2 kartus per savaitę)				
Sveikos mitybos paskaita ir praktiniai užsiėmimai Telšių dienos centrą, Žarėnų dienos centrą, Upynos dienos centrą lankantiems senjorams ir socialinės priežiūros paslaugas gaunantiems asmenims namuose.	Telšių socialinių paslaugų centro Telšių dienos centre	Spalio 5 d. 11 val.	Registracija nevykdoma	Telšių socialinių paslaugų centras Paskaitą praves Telšių sveikatos biuro specialistai
„Mūsų namelių žiburiai“	Telšių rajono senelių globos namai	Spalio 1 d., 15 val.	-	Iškilminga raudonojo kilimo popietė su vakariniu aprangos kodu, jaukia muzikine atmosfera ir nominacijomis ryškiausiems senelių namų gyventojams.
Šv. Mišios. Paroda.	Telšių rajono senelių globos namai	Spalio 2 d., 10 val.	-	-
„Skambanti nuotaika“	Telšių rajono senelių globos namai	Spalio 5 d., 15 val.	-	Kūrybinės muzikinės dirbtuvės, kuriose skirtingiems vaizdams parenkama muzika ir stebima, kaip kaičiasi jų emocija, nuotaika, bei prasmė.
„Popieriniai sparnai“	Telšių rajono senelių globos namai	Spalio 6 d., 10 val.	-	Svečiai iš „Germanto“ progimnazijos (ketvirtokai). Popierinių lėktuvėlių gamyba ir jų dekoravimas.
„Prisiminimų ir atradimų labirintas“	Telšių rajono senelių globos namai	Spalio 7 d., 15 val.	Registracija telefonu iki spalio 2 d. Nr. 0 651 26236	Į renginį kviečiami Telšių miesto senjorai, trečiojo amžiaus universiteto, Jaunimo centro nariai, mokyklų moksleiviai. Dalyvių lauks įvairių laikmečių klausimai, muzikinės vaizdinės ir loginės užduotys, skatinančios dalintis prisiminimais, žiniomis ir atradimais.
Senjorų dienos šventė. „Susitikime, pasiklauskime, pabūkime kartu“	„Pavandenės senjorų namai“, Gludo g. 4, Pavandenė, Telšių raj.	Spalio 2 d., 14 val.	Vykdoma iki rugsėjo 25 d. tel. +37061531347	UAB „Omega“ Koncertuos Šilalės r. sav. kultūros centro linksmos muzikos ansamblis „Padkava“ ir bendros vaišės su Pavandenės miestelio senjorų bendruomene.
Edukacinis renginys	Telšių šeimos centro patalpose	Spalio 2 d. 14 val.	Registracija vykdoma adresu Dariaus ir Girėno g. 9-3, Telšiai,	VšĮ „Gyvenk drauge“ ir Telšių šeimos centras „Akvalina“

			arba tel. 0 682 56775	Kosmonautų kvartale gyvenantiems vyresnio amžiaus žmonėms ir vaikų dienos centro vaikams organizuojama mūliukų gaminimo edukacija.
Tradicinis renginys “ Ruduo toks nuostabus metas “	Telšių rajono neįgaliųjų draugijos patalpos Turgaus aikštė 20 - 4, Telšiai	Spalio mėn. pirma savaitė	Registracija nevykdoma	Telšių rajono neįgaliųjų draugijos Šventinė popietė, skirta tarptautinei vyresnio amžiaus žmonių dienai. Teatralizuota meninė programa, rankdarbių būrelio lankytojų darbėlių parodėlė, rudens gėrybių parodėlė, bendravimas prie arbatos puodelio. Renginį organizuoja Telšių rajono neįgaliųjų draugija. Telefonas pasiteiravimui +37067058635
Sveikatinančios mankštos	Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro salė, Džiugo g. 6	Tiksli data ir laikas bus skelbiama rugsėjo mėn. Facebook puslapyje: https://www.facebook.com/TelsiurajonoVSB	Vykdoma savaitė iki renginio tel. +370 60984701	Sveikatinančios mankštos
Meno terapija, taškavimo metodika	Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro salė, Džiugo g. 6	Tiksli data ir laikas bus skelbiama rugsėjo pirmoje pusėje, Facebook puslapyje: https://www.facebook.com/TelsiurajonoVSB	Vykdoma savaitė iki renginio tel. +370 60984701	Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras Taškavimas – tai kūrybinė ir meditacinė technika, kurios metu raštai, paveikslai ar mandalos kuriami dėliojant atskirus taškelius.
Pirmosios pagalbos mokymai	Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro salė, Džiugo g. 6	Tiksli data ir laikas bus skelbiama rugsėjo pirmoje pusėje, Facebook puslapyje: https://www.facebook.com/TelsiurajonoVSB	Vykdoma 2 savaitės iki renginio tel. +370 60984701	Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro Pirmoji pagalba – tai greiti, tikslingi pradiniai veiksmai, kuriais nukentėjusiam asmeniui gelbstima gyvybė, stabdomas būklės blogėjimas arba palengvinami simptomai iki atvykstant profesionaliems medikams. Tai yra kritinių įgūdžių visuma, kuria siekiama apsaugoti žmogų pačiomis

				pirmosiomis minutėmis po nelaimingo atsitikimo ar staigaus sveikatos sutrikimo.
Garsų terapija „Gongų maudynės“	Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro salė, Džiugo g. 6	Tiksli data ir laikas bus skelbiama rugsėjo pirmoje pusėje, Facebook puslapyje: https://www.facebook.com/TelsiurajonoVSB	Vykdoma 2 savaitės iki renginio tel. +370 60984701	Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro Gongų garsai ir jų terapija (dar žinoma kaip gongų maudynės arba garso terapija) yra gilaus atsipalaidavimo ir meditacijos praktika. Jos metu naudojami specialūs, dideli metaliniai instrumentai – gongai, kurie vibruodami sukuria plataus diapazono, persidengiančius garsų dažnius. Šie garsai ir fizinės garso bangos veikia ne tik žmogaus klausą, bet ir visą kūną, sukeldami rezonansą ląstelių lygmeniu.
Nemokamas Telšių ješivos lankymas vyresnio amžiaus žmonėms	Telšių ješiva, Iždinės g. 11, Telšiai	Spalio 6 d., 9.00–17.00 val.	Registracija nereikalinga	Vyresnio amžiaus žmonės kviečiami nemokamai apsilankyti Telšių ješivoje. Apsilankymo metu muziejaus darbuotojas lankytojus palydės ekspozicijoje ir trumpai pristatys Telšių ješivos istoriją bei ekspoziciją. Organizatorius – Žemaičių muziejus „Alka“.
Nemokama ekskursija Žemaičių vyskupystės muziejuje vyresnio amžiaus žmonėms	Žemaičių vyskupystės muziejus, S. Daukanto g. 6, Varniai, Telšių r.	Spalio 3 d., 13:00 val.	Registracija telefonu Nr. +370 (675) 98 570 iki spalio 2 d. 17:00 val.	Vyresnio amžiaus žmonės kviečiami nemokamai apsilankyti Žemaičių vyskupystės muziejuje. Apsilankymo metu muziejaus ekskursijų vadovas lankytojus palydės ekspozicijoje ir pristatys Žemaičių vyskupystės istoriją bei ekspoziciją. Organizatorius – Žemaičių muziejus „Alka“.
Nemokama ekskursija Žemaičių muziejaus „Alka“ Istorinėje ekspozicijoje „Nuo Veneros iki Sofijos: meilės dialogai“	Žemaičių muziejaus „Alka“ Istorinė ekspozicija, Muziejaus g. 31, Telšiai	Spalio 8 d., 15:00 val.	Registracija telefonu Nr. +370 672 94472 iki spalio 7 d. 17:00 val.	Vyresnio amžiaus žmonės kviečiami nemokamai apsilankyti Žemaičių muziejaus „Alka“ Istorinėje ekspozicijoje. Apsilankymo metu muziejaus ekskursijų vadovas ekspozicijoje praves teminę ekskursiją „Nuo Veneros iki Sofijos: meilės dialogai“. Organizatorius – Žemaičių muziejus „Alka“.

Trakų r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Retro vakaras „Romantiškas ruduo“	Trakų kultūros ir meno centras	Rugsėjo 25 d., 18.30 val.	-	Dalyvauja: Liudas Mikalauskas, Vievio džiazio orkestras, Alytaus KC šokių grupė „Retro ritmu“
Edukacija: Lentvario senjorų knygos kūrimas	Lentvario kultūros centras	Rugsėjo 28 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis <a href="https://lentvariokultu-
ra.lt/kontaktai">https://lentvariokultu- ra.lt/kontaktai)	-	Knygoje – senjorų receptai, nuotraukos, laiškai
Vaišinimas kava	Šokolado muziejus „AJ Šokoladas“ (adresu Vytauto g. 4, Trakai)	Rugsėjo 28 d. –spalio 4 d. (Darbo laiką rasite čia https://www.ajsokoladas.lt/kontaktai/)	-	Šokolado muziejus „AJ Šokoladas“ vaišins kava vyresnio amžiaus asmenis (org. Trakų globos ir socialinių paslaugų centras)
Bingo žaidimas	Lentvario kultūros centras	Rugsėjo 29 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis <a href="https://lentvariokultu-
ra.lt/kontaktai">https://lentvariokultu- ra.lt/kontaktai)	-	Lentvario kultūros centras
Ekskursija į Vilnių	Lentvario kultūros centras	Rugsėjo 30 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis <a href="https://lentvariokultu-
ra.lt/kontaktai">https://lentvariokultu- ra.lt/kontaktai)	-	Lentvario kultūros centras
Bendruomeninis renginys: Rudens gėlių koliažo kūrimas	Čižiūnų socialinių paslaugų centras	Rugsėjo 30 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://ciziunucentras.lt/kontaktai/)	-	Čižiūnų socialinių paslaugų centras
Rytmetis „Senjoras moko“	Trakų viešosios bibliotekos Senųjų Trakų padalinys, Trakų g. 48, Senieji Trakai	Spalio 1 d., 10.00 val.	-	Aktyviausi kaimo senjorai dalinasi gebėjimais (mezgimu, siuvinėjimu, sodininkyste, fotografija, kulinarija ir kt.) su mokyklinio amžiaus vaikais

Akcija „Puodelis arbatos ir gabalėlis obuolių pyrago“	Trakų viešosios bibliotekos Onušio padalinys, Daugų g. 2, Onuškis	Spalio 1 d., 10.00–18.00 val.	-	Trakų viešosios bibliotekos Onušio padalinys
Popietė „Senjorai tarp žiedų“	Trakų viešosios bibliotekos Rūdiškių padalinys, Statybininkų g. 23, Rūdiškės	Spalio 1 d., 15.00 val.	-	Susitikimas su MB „Gėlių kampas“ vadove Gelena Uscila, gėlių kompozicijų kūrimas
Skaitytojų klubo ekskursija į Lentvario dvarą	Trakų viešosios bibliotekos Lentvario padalinys, Klevų al. 20, Lentvaris	Spalio 1 d., 16.00 val.	-	Trakų viešosios bibliotekos Lentvario padalinys
Romo Dambrausko koncertas (nauja programa)	Trakų kultūros ir meno centras	Spalio 1 d., 18.00 val.	-	Trakų kultūros ir meno centras
Vakaronė: gyva muzika, šokiai, žaidimai	Lentvario kultūros centras	Spalio 1 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://lentvariokultu ra.lt/kontaktai)	-	Lentvario kultūros centras
Popietė „Gražus gyvenimo ruduo“	Bijūnų universalus daugiafunkcis centras	Spalio 1 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://bijunucentras.lt/kontaktai/)	-	14.00 val. šv. Mišios, kurias aukos klebonas G. Mioldažis; 15.00 val. Liudo Mikalausko koncertas.
Tradicinė senjorų lankymo akcija Tiltuose	Tiltai, Trakų r.	Spalio 1–2 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://trakukmc.lt/kontaktai/padaliniai/)	-	Trakų kultūros ir meno centro Tiltų padalinys
Menininkės Linos Trakymienės darbų paroda	Trakų viešosios bibliotekos Lentvario padalinys, Klevų al. 20, Lentvaris	Spalio 1–31 d. (Darbo laiką rasite čia https://www.trakubiblioteka.lt/lt/struktura-ir-kontaktai/padaliniai/83)	-	Trakų viešosios bibliotekos Lentvario padalinys

Parodos „Jonui Basanavičiui – 175“ pristatymas	Trakų viešosios bibliotekos Tiltų padalinys, Šilo g. 1, Tiltai	Spalio 2 d., 12.00 val.	-	Pristato Vilniaus apskrities Adomo Mickevičiaus viešosios bibliotekos vyr. bibliografas Linas Janulevičius
„Gyvenimo istorija“	Trakų viešosios bibliotekos Šventininkų padalinys, Ežero g. 12, Šventininkai	Spalio 2 d., 16.00 val.	-	Senjorai dalinasi vaikystės, jaunystės, darbo metų prisiminimais; pasakojimai bus saugomi bibliotekos archyve
Šventinis koncertas	Čižiūnų socialinių paslaugų centras	Spalio 2 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://ciziunucentras.lt/kontaktai/)	-	Skirtas Tarptautinei vyresnio amžiaus žmonių dienai paminėti
Popietė „Ačiū, kad esate“	Trakų viešosios bibliotekos Šklėrių padalinys, Rugiagėlių g. 1A, Šklėriai	Spalio 3 d., 14.00 val.	-	Mokiniai dėkos senjorams, įteiks atminimo dovanėles
Popietė „Prie arbatos puodelio“ / teatro „Labas“ spektaklis „Kas apsakys tas dzūkų linksmybes“	Trakų kultūros ir meno centro Tiltų padalinys	Spalio 3 d., 16.00 val.	-	Trakų kultūros ir meno centro Tiltų padalinys
Kapelų šventė „Vakarūškos“	Rūdiškių kultūros centras	Spalio 3 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://rudiskiukc.lt/wp/kontaktai/)	-	Rūdiškių kultūros centras
„Vėlyvieji pusryčiai: sūrio kelionė“	Trakų viešosios bibliotekos Lentvario padalinys, Klevų al. 20, Lentvaris	Spalio 5 d., 12.00 val. (data ir laikas dar derinami, dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://www.trakubiblioteka.lt/lt/struktura-ir-kontaktai/padaliniai/83)	-	Edukatorė Regina Sinkevičienė — sūrio gamybos edukacija su degustacija

Šaškių turnyras	Čižiūnų socialinių paslaugų centras	Spalio 5 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://ciziunucentras.lt/kontaktai/)	-	Čižiūnų socialinių paslaugų centras
Popietė „Jūs – mūsų išminties“	Trakų viešosios bibliotekos Dusmenų padalinys, Dusmenų g. 5, Dusmenys	Spalio 6 d., 14.00 val.	-	Muiliukų gaminimas, pokalbiai prie arbatos puodelio
Paskaitų ciklas: Sveika gyvensena; Sveika mityba vyresniame amžiuje	Čižiūnų socialinių paslaugų centras	Spalio 6–9 d. (Dėl tikslaus laiko prašome kreiptis https://ciziunucentras.lt/kontaktai/)		Čižiūnų socialinių paslaugų centras
„Senjorai moko, vaikai moko“	Trakų viešosios bibliotekos Lentvario padalinys, Klevų al. 20, Lentvaris	Spalio 7 d., 15.00 val.	-	Bendras kūrybinis užsiėmimas su NVŠ „Kūrybiškumo saviraiškos studijos“ dalyviais
Evos Tombak knygos „Nebaigti reikalai: kaip terapinė kultūra klibina tėvų ir vaikų santykius“ pristatymas	Trakų rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Vytauto g. 69, Trakai	Spalio 7 d., 17.30 val.	-	Trakų rajono savivaldybės viešoji biblioteka
Nemokamas edukacinis užsiėmimas „Pirmosios lietuviškos knygos“	Trakų Pusiasalio pilyje, Kęstučio g. 4, Trakai	Spalio 1 d., 15:30 val.	Registracija telefonu +37068253417, iki rugsėjo 30 d.	Trakų istorijos muziejus. 1536 m. šią dieną gimė lietuvių raštijos kūrėjas, Biblijos vertėjas, Jonas Bretkūnas, edukacinio užsiėmimo metu, dalyviai sužinos apie lietuviškos spaudos pradžią, senuoju būdu atspausdins susijusius atvaizdus.
Nemokamas Trakų Pusiasalio pilies lankymas vyresnio amžiaus žmonėms	Trakų Pusiasalio pilyje, Kęstučio g. 4, Trakai	Spalio 2 d., 10:00 – 17:00 val.	-	Trakų istorijos muziejus. Galimybė vyresnio amžiaus lankytojams aplankyti Trakų Pusiasalio pilį nemokamai, visą dieną.
Nemokama ekskursija vyresnio amžiaus žmonėms Trakų Pusiasalio pilyje	Trakų Pusiasalio pilyje, Kęstučio g. 4, Trakai	Spalio 3 d., 15:30 val.	Registracija telefonu +37068253417, iki rugsėjo 30 d.	Trakų istorijos muziejus

Nemokama ekskursija vyresnio amžiaus žmonėms Trakų Salos pilyje	Trakų Salos pilyje, Karaimų 43C, Trakai	Spalio 4 d., 15:30 val.	Registracija telefonu +37068253417, iki rugsėjo 30 d.	Trakų istorijos muziejus
Nemokamas edukacinis užsiėmimas vyresnio amžiaus mokytojams Trakų Pusiasalio pilyje „Laikas, istorija ir mes“	Trakų Pusiasalio pilyje, Kęstučio g. 4, Trakai	Spalio 5 d., 15:30 val.	Registracija telefonu +37068253417, iki spalio 2 d.	Trakų istorijos muziejus. Šią dieną minima Mokytojo diena.
Nemokamas edukacinis užsiėmimas vyresnio amžiaus žmonėms Trakų Pusiasalio pilyje „Ką pasakoja plytos“	Trakų Pusiasalio pilyje, Kęstučio g. 4, Trakai	Spalio 6 d., 15:30 val.	Registracija telefonu +37068253417, iki spalio 2 d.	Trakų istorijos muziejus. Šią dieną minima Pasaulinė architektūros diena. Edukaciniame užsiėmime dalyviai sužinos mūro istoriją Lietuvoje, išvys autentiškus pavyzdžius, išsiaiškins mūro ypatumus.
Nemokamos ekskursijos vyresnio amžiaus žmonėms Medininkų pilyje	Medininkų pilis, Šv. Kazimiero g. 2, Medininkai	Spalio 7 d., 13:00 ir 14:00 val.	Registracija telefonu +37068253417, iki spalio 2 d.	Trakų istorijos muziejus.
Nemokamas edukacinis užsiėmimas vyresnio amžiaus žmonėms Trakų Pusiasalio pilyje „Šventųjų atvaizdai keramikoje“	Trakų Pusiasalio pilyje, Kęstučio g. 4, Trakai	Spalio 8 d., 15:30 val.	Registracija telefonu +37068253417, iki spalio 2 d.	Trakų istorijos muziejus. Edukacinio užsiėmimo metu, Keramikos bokšte, dalyviai kurs meniškų keramikos atvaizdus.
Laiko neliesti, širdžių suvienyti	Trakai, Vytauto 69	Spalio 2 d. 14 val.	Telefonu ir el. paštu	LPS „Bočiai“ Trakų rajono bendrija. Meninė dalis, sveikinimai, vaišės

Ukmergės r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Ekskursija su gidu po Ukmergės meno mokyklos mokinių baigiamųjų kūrinių parodą.	Ukmergės meno mokyklos Dailės skyrius, Klaipėdos g. 17	Spalio 1 d., 12 val.	Vykdoma iki +37067838881, kristinadaruliene@gmail.com,	Interaktyvioje ekskursijoje sužinosite plačiau apie meno kūrinius, jų atlikimo techniką ir jaunuosius autorius.
Muzikinė popietė - koncertas	Ukmergės meno mokyklos Muzikos skyrius, Vienuolyno g. 7	Bus skelbiama www.ukmergesmeno.mokykla.lt		
Ekskursija Ukmergės mieste	Ukmergės senamiestis	Spalio 1 d., 11 val.	Išankstinė registracija iki 40 dalyvių (tel. +370 64869548 arba „Google Forms“ forma).	VšĮ Ukmergės turizmo ir verslumo centras
Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos paminėjimo šventė	Ukmergės kultūros centras Kauno g. 8	Spalio 1 d. 14 val.	-	Ukmergės rajono savivaldybė
Paroda	Ukmergės Vlado Šlaito viešoji biblioteka, Vartotojų aptarnavimo skyrius	Spalio 1-30 d.	Registracijos nėra	Spaudinių paroda „Išminties gijos“: senjorams skirtos knygos apie sveikatą, gyvenimo būdą, laisvalaikį.
Paroda „Po skarele – gyvenimo istorija“	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Siesikų padalinys, Nepriklausomybės g. 8, Siesikai, Ukmergės r.	Spalio 1–19 d.	Registracijos nėra	Paroda pakvies susipažinti su vienos šeimos istorija ir praeitimi per joje gyvenusių moterų likimus. Kartu tai yra gilios pagarbos atidavimas prosenelėms, senelėms ir motinoms, kurių kasdienybės bei švenčių palydove buvo skarelė. Kiekviena skara saugo atmintį, šilumą ir pasakoja apie stiprias šeimos moteris, nešiojusias jas per gyvenimą.
Paroda	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos	Spalio 1–30 d.	Registracijos nėra	Parodoje „Petronėlės Jukonienės kūrybos spalvos“ pristatoma dainaviškės poetės Petronėlės Jukonienės kūryba.

	Dainavos padalinys, Algirdų a. 1, Dainava, Ukmergės r.			
Rytmetis „O seniau buvo kitaip“	Ukmergės KC Želvos skyrius, Vilniaus g. 1-2, Želvos mstl. Ukmergės r.	Spalio 1 d. 11 val.	Registracijos nėra	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Želvos padalinys kartu su Ukmergės kultūros centro Želvos skyriumi kviečia vyresnio amžiaus Želvos miestelio gyventojus į prisiminimų rytmetį.
Edukacija	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Varinės padalinys, Pašilės g. 21, Ukmergė	Spalio 1 d. 14 val.	Registracijos nėra	Surengoje vilnos vėlimo edukacijoje dalyviai pasigamins padėkliuką, kurį parsinešę į namus galės pradžiuginti bičiulius pačių sukurta dovanėle.
Edukacija	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Petronių padalinys, Ežero g. 2 B, Petronys, Ukmergės r.	Spalio 1 d. 14 val.	Registracijos nėra	Edukacijoje „Vaistažolių maišeliai“ bus kuriamos kvepiančios dovanos iš gamtos. Jos metu siūsime ir siuvinėsime medžiaginius maišelius, į kuriuos gražiai supakuosime vasarą surinktas vaistažoles. Šias pačių paruoštas jaukiausias dovanėles dalyviai parsineš namo – jos puikiai tiks pradžiuginti artimuosius bet kokia proga.
Popietė „Metai netrukdo širdžiai šokti ir dainuoti“	Ukmergės rajono Socialinių paslaugų centro Savarankiško gyvenimo namai, Barų g. 1, Siesikai, Ukmergės r.	Spalio 1 d. 15 val.	Registracijos nėra	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Siesikų padalinys kartu su Dalios ir Pauliaus Geišų šeimyniniu duetu kviečia Savarankiško gyvenimo namų gyventojus į smagią dainų, šokių ir žaidimų popietę. Jos metu ne tik džiaugsimės muzika, bet ir jaukiai bendrausime prie arbatos puodelio bei dalinsimės gražiausiais prisiminimais.
Prisiminimų popietė „Kai nuotrauka prabyla“	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Šventupės padalinys, Melioratorių g. 2, Šventupė, Ukmergės r.	Spalio 1 d. 17 val.	Registracijos nėra	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Šventupės padalinys į prisiminimų popietę kviečia atsinešti savo šeimos nuotrauką bei pasidalyti jos istorija su kitais, pabūti kartu, prisiminti brangias akimirkas ir pasiklausyti vieni kitų pasakojimų.

Nemokamas Ukmergės kraštotyros muziejaus lankymas	Ukmergės kraštotyros muziejus Kęstučio a. 9, Ukmergė	Spalio 1-8 d. (išskyrus 4 ir 5 d.)		Ukmergės kraštotyros muziejus
Nemokamas Veprių krašto skyriaus lankymas	Šventosios g. 8A, Vepriai, Ukmergės r.	Spalio 1-8 d. (išskyrus 4 ir 5 d.)		Ukmergės kraštotyros muziejus
Paskaita „Sveikatai palanki mityba vyresniame amžiuje“	Deltuvos g. 19, Ukmergė	Spalio 1 d., 14 val.	Registracija tel. +370 60463850 iki rugsėjo 30 d.	Ukmergės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Edukacija „Proginio voko kūrimas“	Ukmergės Vlodo Šlaito viešosios bibliotekos Edukacijų klasė, Vytauto g. 30, Ukmergė	Spalio 2 d., 12 val.	Vykdoma registracija iki rugsėjo 30 d. tel. +37067838881 arba el. paštu: kristinadarulienė@gmail.com	Edukacijoje gaminsime ir dekoruosime proginis vokelius, tinkamus Jūsų šventėms ar liūdnomis akimirkoms. Tai praktinis mokymas, kurį įveiksite visi; priemonės suteiksime. Sukurtą voką galėsite parsinešti ir panaudoti pagal paskirtį.
Arbatos popietė „Senjorai skaito“	Ukmergės rajono savivaldybės Vlodo Šlaito viešosios bibliotekos Liaušių padalinys, Liepų g. 2, Liaušiai, Ukmergės r.	Spalio 2 d. 15 val.	Registracijos nėra	Šią dieną kviesime į biblioteką senjorus tiesiog pasimėgauti arbata ir patirti skaitymo džiaugsmą. Skaitysime mėgstamų poetų eiles. Šiuo renginiu siekiame, kad senjorai ne tik pasidalintų mintimis apie knygas, bet ir maloniai praleistų popietę bendrystėje. Pagrindinė renginio paskirtis mažinti senjorų atskirtį ir vienatvę, bei išreikšti pagarbą ir padėką už jų patirtį, šilumą, išmintį.
Ekskursija Ukmergės mieste	Ukmergės senamiestis	Spalio 2 d. 16 val.	Išankstinė registracija iki 30 žmonių, Tel.:+37067980197	Ukmergės kraštotyros muziejus
Nemokama ekskursija Užugirio mokykloje-muziejuje	Antano Smetonos g. 20, Lėnas, Ukmergės r. sav.	Spalio 3 d. 14:30 val.	Išankstinė registracija iki 30 žmonių, Tel.: +37064042244	Ukmergės kraštotyros muziejus

Nemokama ekskursija Smetonos dvare, Užugiryje	A. Smetonos dvaras Dvaro g. 3, Užulėnio k., Ukmergės r., Užulėnis,	Spalio 3 d. 13 val.	Išankstinė registracija iki 30 žmonių Tel.: +37064042244	Ukmergės kraštotyros muziejus
Popietė „Dar pabūkim kartu“	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Valų padalinys, Santarvės g. 35, Valų k., Ukmergės r.	Spalio 3 d. 13 val.	Registracijos nėra	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Valų padalinys pakvies vyresnio amžiaus žmones smagiai praleisti laiką, pasidalinti savo patirtimis, prisiminimais, išgyventomis istorijomis.
Kūrybinės dirbtuvės	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Pabaisko padalinys, Pergalės g. 1, Pabaiskas, Ukmergės r.	Spalio 3 d. 16 val.	Registracijos nėra	Pabaisko miestelio vyresnio amžiaus žmonės kviečiami į kūrybines dirbtuves „Atvirukai iš gamtinių augalų“, kuriose išmoks pasigaminti atvirukus. Sukurtus atvirukus dalyviai galės parsinešti ir padovanoti savo artimiesiems įvairiomis progomis.
KMI (kūno masės analizė) profesionalių analizatoriumi, įvertinama kūno kompozicija (riebalų, raumenų masė; kūno skysčiai, baltymai, mineralai; visceralinių riebalų masė; biologinis amžius; rekomenduojamas paros kcal kiekis, bazinė medžiagų apykaita ir kt.)	Deltuvos g. 19, Ukmergė	Spalio 5-8 d.,	KMI (kūno masės analizė) profesionalių analizatoriumi, įvertinama kūno kompozicija (riebalų, raumenų masė; kūno skysčiai, baltymai, mineralai; visceralinių riebalų masė; biologinis amžius; rekomenduojama s paros kcal kiekis, bazinė medžiagų apykaita ir kt.)	Deltuvos g. 19, Ukmergė

Paskaita „Streso valdymas“	Deltuvos g. 19, Ukmergė	Spalio 6 d.	Paskaita „Streso valdymas“	Deltuvos g. 19, Ukmergė
Paskaita „Senjoro orumas ir saugumas – atpažinkime smurtą artimoje aplinkoje“	Deltuvos g. 19, Ukmergė	Spalio 7 d.	Paskaita „Senjoro orumas ir saugumas – atpažinkime smurtą artimoje aplinkoje“	Deltuvos g. 19, Ukmergė
Ekskursija Ukmergės muziejuje	Ukmergės kraštotyros muziejus	Spalio 7 d. 10 val.	Išankstinė registracija iki 30 žmonių, Tel. +37067980197	Ukmergės kraštotyros muziejus
„Akimirkos, kurios kalba“	Ukmergės Senasis (nebe) Knygynas, Kęstučio a. 8-8	Spalio 7 d., 14 val.	Be registracijos, įėjimas laisvas	Jau antrus metus iš eilės Ukmergės Vlado Šlaito viešoji biblioteka Ukmergės Senajame (nebe) Knygyne organizuoja renginį „Akimirkos, kurios kalba“. Jo idėja paprasta – pakviesti senjorus ir vyresnio amžiaus žmones atsinešti jiems brangią nuotrauką ir pasidalyti jos istorija. Renginys skatina išsaugoti gyvąją atmintį, dalintis prisiminimais, stiprina ryšį tarp kartų ir primena, kad kiekviena nuotrauka slepia istoriją, kuri verta būti išgirsta.
Poezijos ir muzikos vakaras „Gyvenimo paletė“.	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Dainavos padalinys, Algirdų a. 1, Dainava, Ukmergės r.	Spalio 7 d. 17 val.	Registracijos nėra	Dainaviškės poetės Petronėlės Jukonienės atminimui skirtas poezijos ir muzikos vakaras.
Protmūšis	Vilniaus apskrities VPK, Ukmergės r. policijos komisariatas, Vytauto g. 109, Ukmergė	Spalio 7 d. 17 val.	Registracijos nėra	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Jakutiškių padalinys pakvies vyresnio amžiaus žmones į protų mūšį. Jau ketvirtus metus vyresnio amžiaus Jakutiškių bendruomenės komanda „Kaimynai“ varžysis su įvairių miestų komandomis. Protmūšyje „Žinios saugumui, šypsena gyvenimui“ jie išbandys savo

				jėgas civilinės saugos, medicinos bei policijos pareigūnų paruoštose užduotyse.
Nemokama ekskursija Siesikų pilyje	Daugalių kaimas 1, Ukmergės r. sav.	Spalio 8 d. 12 val.	Išankstinė registracija iki 30 žmonių, tel.: +370 612 94091	Ukmergės kraštotyros muziejus
Popietė „Metų dovanos: pagarba ir bendrystė“	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Krikštėnų padalinys, Beržų g. 1, Krikštėnai, Ukmergės r.	Spalio 8 d. 14 val.	Registracijos nėra	Popietėje parodytas dėmesys ir pagarba vyresnio amžiaus žmonėms sukurs jaukią atmosferą, kurioje gera susitikti ir pabūti kartu.
Popietė „Stalo žaidimai senjorams“	Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Atkočių padalinys, Ateities 16, Atkočių k., Ukmergės r.	Spalio 8 d. 16 val.	Registracijos nėra	Popietėje dalyviai ne tik žais įvairius stalo žaidimus, spręs smagias užduotis, prisimins dainas bei patarles, bet ir dalinsis gyvenimiška patirtimi, pasimėgaus arbata ir vaisėmis, pabendraus bei praleis laiką jaukioje draugijoje.
Utenos r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Pašnekesių ciklas „Teologas bibliotekoje“	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos konferencijų salė	Rugsėjo 28 d., pirmadienis, 17 val.	-	Pašnekesių ciklas „Teologas bibliotekoje (XXIII). Jono Arundiniečio veikalo „Palaimintojo Mykolo Giedraičio gyvenimas“ pristatymas. Dalyvauja istorikas, humanitarinių mokslų daktaras D. Baronas, Palaimintojo Mykolo Giedraičio kanonizacijos proceso vicepostulatorė S. Vetcelienė, LTI leidybos centro vadovas G. Vaškelis.

Knygos pristatymas	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos konferencijų salė	Rugsėjo 29 d., antradienis, 17 val.	-	Žurnalistės Audros Radavičienės knygos „Aš esu moteris 45+“ pristatymas. Dalyvauja knygos autorė, žurnalistė Audra Radavičienė.
Susitikimas su Utenos literatų klubo Verdenė nare, literate Ramute Šeikiene	Sudeikių biblioteka, Aukštaičių g. 12, Sudeikiai, Utenos rajonas	Rugsėjo 29 d., antradienis, 14 val.	-	
Knygos „Rūkų karoliai“ pristatymas. Dalyvaus poetė ir muzikantė, knygos autorė Audronė Misiukaitė	Radeikių biblioteka, Liepų g. 10, Utenos rajonas	Rugsėjo 29 d., antradienis, 14 val.	-	
Skirtukų gamybos edukacija „Žolynų magija pagal E. Šimkūnaitę“	Utenos A. ir M. Miškinių viešoji bibliotekos konferencijų salė, Maironio g. 12, Utena	Spalio 1 d., ketvirtadienis, 14 val.	-	Edukacinis užsiėmimas, skirtas susipažinti su kraštietės, farmacininkės, žolininkės, etnografės, habilituotos gamtos mokslų daktarės Eugenijos Šimkūnaitės veikla ir vaistinių augalų pasauliu. Užsiėmimo metu dalyviai gamins floristinius knygų skirtukus, panaudodami augalinius motyvus ir natūralias medžiagas.
Filmo seansas	Vilučių biblioteka, Nasvės g. 5, Vilučiai, Utenos rajonas	Spalio 1 d., ketvirtadienis, 12 val.	-	Bibliotekos kieme žiūrėsime kino filmą „Riešutų duona“.
Susitikimas su Ignalinos Trečiojo amžiaus universiteto Muzikos fakulteto dekane Milda Raslaniene. Susitikimo tema „Muzika – sielos veidrodis“.	Pakalnių biblioteka, Taikos g. 18, Pakalniai, Utenos rajonas	Spalio 1 d., ketvirtadienis, 14 val.	-	Susitikimas vyks Pakalnių bibliotekos salėje.
Filmo seansas	Kaniūkų biblioteka, Žirgų g. 13, Kaniūkai, Utenos rajonas	Spalio 2 d., penktadienis, 12 val.	-	Bibliotekos kieme žiūrėsime kino filmą „Riešutų duona“.
Popietė „Metai, kuriuos nešamės širdyje“	Pačkėnų biblioteka, Sodžiaus g. 17, Utenos rajonas	Spalio 2 d., penktadienis, 12 val.	-	

Popietė „Kai buvau jaunas – prisimenu, pasakoju, dalinuosi“	Kirdeikių biblioteka, S. Gimžausko g. 13, Kirdeikiai, Utenos rajonas	Spalio 2 d., penktadienis, 16 val.	-	
Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro paskaita „Sveika gyvensena“	Saldutiškio biblioteka, Liepų g. 9, Saldutiškis, Utenos rajonas	Spalio 2 d., penktadienis, 13 val.	-	I Saldutiškio biblioteką atvyks Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistai, kurie skaitys paskaitą apie sveiką gyvenseną, mitybą ir kasdienius sveikatai naudingus įpročius.
Senųjų fotografijų paroda „Pačkėnai anuomet...“	Pačkėnų biblioteka, Sodžiaus g. 17, Pačkėnai, Utenos rajonas	Rugsėjo 26 d. – spalio 24 d.	-	
Fotografijų paroda „Iš senosios mokyklos ir Saldutiškio gyvenimo“.	Saldutiškio biblioteka, Liepų g. 9, Saldutiškis, Utenos rajonas	Rugsėjo 28 d. – spalio 28 d.	-	
Paskaita „Dažniausios odos problemos vyresniame amžiuje“	Viešoji įstaiga Utenos ligoninė, Aukštakalnio g. 3, Utena (administracijos posėdžių salė)	Rugsėjo 28 d., 16 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 25 d. tel. +37062681824	Viešoji įstaiga Utenos ligoninė. Paskaita su gydytoja dermatovenerologe Živile Vasiliauskaite. Tema: „Dažniausios odos problemos vyresniame amžiuje“ (Paskaitos trukmė – 45 min)
Meditacija	Šiuolaikinio meno ir kūrybos erdvė RAPOLAS, J. Basanavičiaus g. 32, Utena	2026-09-28, 15 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 28 d. tel. +370 675 43541	Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Meditacija	Šiuolaikinio meno ir kūrybos erdvė RAPOLAS, J. Basanavičiaus g. 32, Utena	2026-09-30, 15 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 28 d. tel. +370 675 43541	Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Meditacija	Šiuolaikinio meno ir kūrybos erdvė RAPOLAS, J. Basanavičiaus g. 32, Utena	2026-10-01, 15 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 28 d. tel. +370 675 43541	Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Burnos vėžio ligos prevencijos diena vyresnio amžiaus žmonėms	Aukštakalnio g. 5, Utena Odontologijos skyrius 3 aukštas (kreiptis į Odontologijos skyriaus registratūrą)	2026-10-01 nuo 8.00 iki 14.00 val.	Registracija vykdoma prisirašiusiems prie Viešosios įstaigos Utenos pirminės sveikatos priežiūros centro nuo 2026-09-14 iki 2026-09-30 tel. +370645 71449	Burnos vėžio ligos prevencijos tikslas yra skatinti kuo daugiau sužinoti apie šią ligą ir nemokamai tikrinti visus, kurie pastebėjo įtartiną darinį burnos, veido ir žandikaulių srityje. Šią dieną Odontologijos skyriaus burnos higienistai vyresnio amžiaus žmonėms atliks burnos ertmės apžiūrą, pasidalins kasdienės burnos higienos patarimais
Nemokamos treniruotės ir kineziterapijos konsultacijos	RL GYM Sporto ir sveikatingumo centras, J. Basanavičiaus g. 56, Utena	Spalio 2 d. nuo 8.00 iki 21.00 val.	Tel. pasiteiravimui +37065500555	Asociacija „Erelgymas“ Kineziterapeuto konsultacija padės parinkti saugų krūvį, tinkamą sąnarių bei nugaros skausmų profilaktikai
Paskaita „Dažniausios odos problemos vyresniame amžiuje“	Viešoji įstaiga Utenos ligoninė, Aukštakalnio g. 3, Utena (administracijos posėdžių salė)	Rugsėjo 28 d., 16 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 25 d. tel. +37062681824	Viešoji įstaiga Utenos ligoninė. Paskaita su gydytoja dermatovenerologe Živile Vasiliauskaite. Tema: „Dažniausios odos problemos vyresniame amžiuje“ (Paskaitos trukmė – 45 min)
Filmo „100 metų kartu“ seansas	Utenos kultūros centras, Aušros g 49, Utena	Rugsėjo 29 d., 18 val.	Tel. pasiteiravimui +37067688536	Lietuvos Raudonojo kryžiaus Utenos skyrius. Filmas „100 metų kartu“ pasakoja Lietuvos šimtamečių istorijas. Tokių žmonių Lietuvoje turime daugiau nei 300. Režisierė Edita Kabaraitė sako, kad senoliai labai įkvepiantys, spinduliuojantys optimizmą ir džiaugsmą. Filmo trukmė – 1,5 val.
Knygos „Aš esu moteris 45+“ pristatymas	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos konferencijų salė, Maironio 12, Utena	Rugsėjo 29 d., 17 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešoji biblioteka. Žurnalistės Audros Radavičienės knygos „Aš esu moteris 45+“ pristatymas. Dalyvauja knygos autorė, žurnalistė Audra Radavičienė
Susitikimas su Utenos literatų klubo Verdenė nare, literate Ramute Šeikiene	Sudeikių biblioteka, Aukštaičių g. 12, Sudeikiai, Utenos r.	Rugsėjo 29 d., 14 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Sudeikių biblioteka

Knygos „Rūkų karoliai“ pristatymas. Dalyvaus poetė ir muzikantė, knygos autorė Audronė Misiukaitė	Radeikių biblioteka, Liepų g. 10, Utenos r.	Rugsėjo 29 d., 14 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Radeikių biblioteka
Skirtukų gamybos edukacija „Žolynų magija pagal E. Šimkūnaitę“	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos konferencijų salė, Maironio g. 12, Utena	Spalio 1 d., 14 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios biblioteka. Edukacinis užsiėmimas, skirtas susipažinti su kraštietės, farmacininkės, žolininkės, etnografės, habilituotos gamtos mokslų daktarės Eugenijos Šimkūnaitės veikla ir vaistinių augalų pasauliu. Užsiėmimo metu dalyviai gamins floristinius knygų skirtukus, panaudodami augalinius motyvus ir natūralias medžiagas
Filmo seansas	Vilučių biblioteka, Nasvės g. 5, Vilučiai, Utenos r.	Spalio 1 d., 12 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Vilučių biblioteka. Bibliotekos kieme žiūrėsime kino filmą „Riešutų duona“
Susitikimas su Ignalinos Trečiojo amžiaus universiteto Muzikos fakulteto dekane Milda Raslaniene. Susitikimo tema „Muzika – sielos veidrodis“	Pakalnių biblioteka, Taikos g. 18, Pakalniai, Utenos r.	Spalio 1 d., 14 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Pakalnių biblioteka
Socialinis darbas iš arčiau: kaip maltiečių pagalba keičia senjorų kasdienybę	Sirutėnų biblioteka, Rašio g. 9, Sirutėnų k., Utenos r.	Spalio 1 d. 14 val.	-	Utenos maltiečių grupė. Maltos ordino pagalbos tarnybos socialinės darbuotojos Jovitos Mačiulienės skaidrių prezentacija, populiarinanti socialinį darbą ir Utenos maltiečių veiklas. Poezijos popietė su poete Vita Paškauskaite „Šiltų žodžių arbatėlė: rudens eilės Sirutėnų senjorams“
Nemokama edukacija „Molio godos“	Vytauto Valiušio keramikos muziejus, Topolių g. 7, Leliūnai, Utenos r.	Spalio 1 d. 15 val.	Registracija tel. +370 616 78 950	Utenos kraštotyros muziejaus padalinys Vytauto Valiušio keramikos muziejus

Nemokama edukacija- ekskursija „Eilėmis ir prisiminimais po Miškinių sodybą“	A. ir M. Miškinių literatūrinėje-etnografinėje sodyboje, Žaliaduonių g. 8, Juknėnai, Utenos r.	Spalio 2 d. 14 val.	Registracija tel. +370 674 44 505	Utenos kraštotyros muziejaus padalinys A. ir M. Miškinių literatūrinė-etnografinė sodyba
Filmo „Riešutų duona“ seansas	Kaniūkų biblioteka, Žirgų g. 13, Kaniūkai, Utenos r.	Spalio 2 d. 12 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Kaniūkų biblioteka. Bibliotekos kieme žiūrėsime kino filmą „Riešutų duona“
Popietė „Metai, kuriuos nešamės širdyje“	Pačkėnų biblioteka, Sodžiaus g. 17, Utenos rajonas	Spalio 2 d. 12 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Pačkėnų biblioteka
Popietė „Kai buvau jaunas – prisimenu, pasakoju, dalinuosi“	Kirdeikių biblioteka, S. Gimžausko g. 13, Kirdeikiai, Utenos rajonas	Spalio 2 d., penktadienis, 16 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Kirdeikių biblioteka
Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro paskaita „Sveika gyvensena“	Saldutiškio biblioteka, Liepų g. 9, Saldutiškis, Utenos rajonas	Spalio 2 d., penktadienis, 13 val.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Saldutiškio biblioteka. Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistai skaitys paskaitą apie sveiką gyvenseną, mitybą ir kasdienius sveikatai naudingus įpročius
Senujų fotografijų paroda „Pačkėnai anuomet...“	Pačkėnų biblioteka, Sodžiaus g. 17, Pačkėnai, Utenos r.	Rugsėjo 26 d. – spalio 24 d.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Pačkėnų biblioteka
Fotografijų paroda „Iš senosios mokyklos ir Saldutiškio gyvenimo“	Saldutiškio biblioteka, Liepų g. 9, Saldutiškis, Utenos r.	Rugsėjo 28 d. – spalio 28 d.	-	Utenos A. ir M. Miškinių viešosios bibliotekos padalinys Saldutiškio biblioteka
Edmundo Kučinsko koncertas	Utenos kultūros centras Aušros g 49, Utena	Rugsėjo 30 d. 17.30 val.	Nemokamus bilietus atsiimti iki rugsėjo 30 d. kultūros centro kasoje, kasos darbo metu	Utenos kultūros centras
Teatro spektaklis „Laimingesnis nePaliksi“	Utenos Kamerinis teatras, Maironio g 8, Utena	Rugsėjo 30 d. 19 val.	Nemokamus bilietus atsiimti iki rugsėjo 30 d.	Utenos Kamerinis teatras. Senoje trobelėje gyvena Motiejus - mąslus žolininkas. Ramiai, taikiai, su savo nusistovėjusių dienų ir daiktų tvarka. Kol vieną dieną jį aplanko nekviestas svečias... Tai

			teatro kasoje, kasos darbo metu	tragikomedija apie žmogaus vidinį alkį: būti išgirstam, būti pamatytam ir reikalingam. Didieji lūžiai įvyksta, kai jų mažiausiai tikimės. Praeities šešėliai ir dabartis susitinka klausdami kiek kainuoja sprendimai ir ar paliksi laimingesnis po jų? Žmogau, ar paliksi?... Vaidina: Rūta Baškevičiūtė - Lauciuvienė Alvydas Danauskas Ričardas Laškovas Režisierius Šarūnas Kunickas
Miesto kavinės vaišina senjorus kava ir arbata	Bistro „Liūtas ir avelė“ (Maironio g. 4, Utena); Gastrobaras „Food Lab“ (J. Basanavičiaus g. 54, Utena); Vyninė-restoranas „Burgundija“ (J. Basanavičiaus g. 55, Utena); Aikštės kepyklėlė (Utenio a. 11, Utena); Kavinė „Skonių fontanas“ (Aušros g. 37, Utena); Šeimos desertinė „Vanilinis dangus“ (Kauno g. 37, Utena); Kavinė „ABU“ (Aukštaičių g. 3B, Utena); Kavinė „Visis“ (Palangos g. 66, Utena); Kavinė „Daug, greitai ir skaniai Utenoje“ (Kupiškio g. 22, Utena); 101 kepyklėlė-kavinukė (J. Basanavičiaus 49A, Utena); Kavos namai (J. Basanavičiaus g. 68, Utena);	Spalio 1d. kavinių darbo metu	-	-

	Picerija „PIZZA VERDE“ (J. Basanavičiaus g. 68, Utena); Picerija „UNO PICA“ (J. Bartašiaus g. 1, Utena); Kavinė „This is coffee“ (Maironio g. 8, Utena); Kavinė „Kultūristas“ (Aušros g. 49, Utena); Kavinė „Pakrantės terasa“ (Aušros g. 35A); Restoranas „Caparis“ (Aušros g. 21, Utena)			
Nemokamas keleivių vežimas Vyresnio amžiaus žmonių savaitės metu	UAB „Utenos autobusų parkas“ miesto ir priemiesčio maršrutai	2026 m. rugsėjo 28 d. – spalio 2 d., pagal galiojančius autobusų eismo tvarkaraščius	-	UAB „Utenos autobusų parkas“. Keleiviai, pateikę pensijos gavėjo pažymėjimą, Vyresnio amžiaus žmonių savaitės metu miesto ir priemiesčio maršrutais vežami nemokamai
Varėnos r. sav.				
Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Paskaita „Metai keičiasi, gyvenimas tęsiasi: kasdieniai pasirinkimai geresnei savijautai“	Varėnos švietimo centras (J. Basanavičiaus g. 9)	Spalio 1d. 10 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Paskaitoje bus kalbama apie paprastus kasdienius pasirinkimus, kurie padeda geriau jaustis, išsaugoti sveikatą ir kuo ilgiau išlikti aktyviems bei savarankiškiems. Bus aptariama, ką kiekvienas senjoras gali padaryti dėl savęs jau šiandien ir kaip nedideli įpročių pokyčiai gali prisidėti prie geresnės savijautos bei gyvenimo kokybės. Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt, www.varenossc.lt
Filmo „Netobuli melagiai“ seansas	Varėnos kultūros centro kino ir parodų salė (J. Basanavičiaus g. 17, Varėna)	Spalio 1 d. 14 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt, www.varenoskultura.lt

Poezijos kūrimo ir skaitymo dirbtuvės „Širdies balsu“	Varėnos viešoji biblioteka II aukštas (Vytauto g. 19, Varėna)	Spalio 1 d. 15 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Į renginį kviečiami visi vyresniojo amžiaus žmonės, ypač, mėgstantys poeziją, galbūt kuriantys arba, norintys, svajojantys kurti. Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt , www.varenosvb.lt
Popietė „Pabūkime kartu“	Varėnos švietimo centras (J. Basanavičiaus g. 9)	Spalio 2 d. 12 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt , www.varenossc.lt
Cornhole (Kukurūzinis) žaidimo pristatymas ir turnyras tik senjorams	Prie Varėnos sporto centro (J. Basanavičiaus g. 2A, Varėna)	Spalio 3 d. 14 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt
Žygis Marcinkonyse	Dalyviai gali į Marcinkonis nuvykti savarankiškai, bet galima iš Varėnos kartu keliauti traukiniu	Spalio 4 d. 13 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt
Patyriminė sveikatingumo ir sąmoningumo praktika gamtoje „Miško maudynės“	Prie Žiežulio ežero	Spalio 5 d. 14 val.	Būtina išankstinė registracija 031048410 (Aistė)	Miško maudynės – lėta, pojūčiais paremta praktika, padedanti nurimti, mažinti kasdienę įtampą ir stresą, lavinti sąmoningumą bei dėmesį tam, kas vyksta čia ir dabar. Pažįstama gamta tampa erdve atsipalaiduoti, atkurti vidinę pusiausvyrą ir pasirūpinti savo savijauta. Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt , www.varenosvsb.lt
Mankšta baseine	Varėnos sporto centro baseinas (J. Basanavičiaus g. 2A, Varėna)	Spalio 6 d., 11 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt , www.scvarena.lt
Filmo seansas (pavadinimas bus patikslintas)	Varėnos kultūros centro kino ir parodų salė (J. Basanavičiaus g. 17, Varėna)	Spalio 6 d., 14 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt , www.varenoskultura.lt
Kūrybinės dirbtuvės	Varėnos socialinių paslaugų centras (salė) (M. K. Čiurlionio g. 61 A, Varėna)	Spalio 7 d. 9-13 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Užsiėmimo metu bus galimybės pasigaminti suvenyrinį dirbinį.

				Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt , www.varenosspc.lt
Pokalbis apie kraštotyrą Su Aldona Žilinskiene	Varėnos viešoji biblioteka III aukštas (Vytauto g. 19, Varėna)	Spalio 7 d., 11 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Susitikimas su kraštiečiu, kraštotyrininke, buvusia lietuvių kalbos mokytoja Aldona Žilinskiene, kuri atskleis dar negirdėtų faktų apie Varėnos apylinkes bei papasakos, kodėl svarbu fiksuoti ir išsaugoti atmintyje svarbiausius istorinius krašto įvykius. Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt , www.varenosvb.lt
Stasio Morkūno drožybos darbų parodos atidarymas	Varėnos viešoji biblioteka I aukštas (Vytauto g. 19, Varėna)	Spalio 7 d., 17 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Ekspozicijoje bus pristatomi kūriniai, atveriantys natūralų medžio grožį, unikalius raštus. Renginio metu bus galimybė asmeniškai susitikti su pačiu kūrėju ir išgirsti jo kūrybinio kelio istoriją. Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt , www.varenosvb.lt
Interaktyvus užsiėmimas „BINGO iššūkis: nuo skaičių iki sveikatos“	Varėnos švietimo centras (J. Basanavičiaus g. 9)	Spalio 8 d. 10 val.	Išankstinė registracija nereikalinga	Kas yra BINGO ir kodėl šis žaidimas toks populiarus pasaulyje? Užsiėmimo metu dalyviai susipažins su žaidimo taisyklėmis, patys išbandys klasikinį BINGO, o vėliau – ir kitokią jo versiją „Sveikatos BINGO“. Čia prireiks ne tik sėkmės, bet ir žinių apie kasdienius pasirinkimus, padedančius geriau jaustis ir rūpintis savo sveikata. Detalesnės informacija bus skelbiama likus savaitei iki renginio: www.varena.lt

Vilkaviškio r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Protų mūšis „Kas kap moka, tas tep šneka“	J. Basanavičiaus gimtinė, Gimtinės g. 17, Ožkabaliai, Vilkaviškio rajonas	Spalio 8 d., 15 val.	Registracija vykdoma iki spalio 6 d. el. paštu j.basanaviciaus.gi mtine@lnm.lt	Grupėse spėliosime Suvalkijoje (Sūduvoje) naudotų žodžių reikšmes, prisiminsime senovėje naudotus rykus, ūkio padargus.
Praktinis užsiėmimas „Šiaurietiškas ėjimas“	Vilkaviškio Salomėjos Nėries mokyklos stadionas, Nepriklausomybės g. 58, Vilkaviškis	Spalio 1 d., spalio 8 d. 17.30 val.	Būtina registracija tel. +370 342 31 058 arba el. paštu: info@vilkaviskiov sb.lt	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Pokalbių valanda apie mus ir mūsų savijautą su psichologe	Vilkaviškio sporto centras, Sporto g. 3, Vilkaviškis, II a. konferencijų salė	Spalio 5 d., 10.00 val.	Būtina registracija tel. +370 342 31 058 arba el. paštu: info@vilkaviskiov sb.lt	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sąmoningo kvėpavimo praktiniai užsiėmimai	Vilkaviškio sporto centras, Sporto g. 3, Vilkaviškis, II a. 215 kab.	Spalio 5 d. 17.30 val.	Būtina registracija tel. +370 342 31 058 arba el. paštu: info@vilkaviskiov sb.lt	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Teorinis – praktinis užsiėmimas „Gyvenimo išmintis ir šiandienos akimirka“	Vilkaviškio sporto centras, Sporto g. 3, Vilkaviškis, II a. konferencijų salė	Spalio 6 d., 10.00 val.	Būtina registracija tel. +370 342 31 058 arba el. paštu: info@vilkaviskiov sb.lt	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Sveikatingumo mankšta	Vilkaviškio sporto centras, Sporto g. 3, Vilkaviškis, I a. aerobikos salė	Spalio 7 d., 10.00 val.	Būtina registracija tel. +370 342 31 058 arba el. paštu: info@vilkaviskiov sb.lt	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Individuali kūno sandaros analizė	Vilkaviškio sporto centras, Sporto g. 3, Vilkaviškis, II a. 207 kab.	Spalio 8 d. Nuo 10.00 val. iki 12.00 val.	Būtina registracija tel. +370 342 31 058 arba el. paštu: info@vilkaviskiov sb.lt	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai skirtas muzikinis vakaras „Širdies melodijos“.	Kybartų kultūros centras, J. Basanavičiaus g. 40, Kybartai, Vilkaviškio r.	Spalio 9 d. 17 val.	Registracija vyks iki spalio 5 d. mob. +370 671 09231	Vakaro programa prie stalelių, su pramogine gyva muzika, kad žmonės galėtų pasimėgauti vakaro atmosfera, padainuoti, pašokti ir mintimis sugrįžti į jaunystės nerūpestingas dienas, bet kartu ir suvokti, kad sulaukus garbaus amžiaus gyvenimas vis dar toks pat gražus. Vakaro atlikėjai – mėgėjų meno kolektyvai, skambės romansai, šlageriai. Renginį organizuoja Kybartų kultūros centro A. Kezio galerija.
Kūrybinės dirbtuvės Mezgėjų kūrybinėje artelėje.	Virbalio kultūros namai, Vilniaus g. 26, Virbalis, Virbalio seniūnija, Vilkaviškio r	Konkreči data bus skelbiama www.facebook.com/v irbaliokn	Plačiau mob. +370 656 64872, el.p. - ievairjore@gmail.com	Renginį organizuoja Virbalio kultūros namai.
Interaktyvi folkloro kolektyvo repeticija „Dainuojam visi“.	Pajevonio BN, Pajevonio km., Pajevonio seniūnija, Vilkaviškio r.	Konkreči data bus skelbiama www.facebook.com/ profile.php?id=10006 9174036808	Plačiau mob. +370 621 31655, el.p. - iklisauskiene@gmail.com	Renginį organizuoja Kultūrinė veikla Pajevonyje.
Popietė „Užimtos rankos - laisva galva“	Vilkaviškio rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Sodų g. 1	Spalio 2 d., 14 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 67213947	Rankdarbiams skirta popietė su arbata, pokalbiais, gera nuotaika ir dalinimusi patirtimi. Popietę organizuoja Vilkaviškio rajono savivaldybės

				viešosios bibliotekos informacijos ir kraštotyros skyriaus vedėja Gitama Pumerytė-Vosylienė
Virtuali biblioteka ELVIS: kaip užsiregistruoti ir naudotis?	Vilkaviškio rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Sodų g. 1	Spalio 5 d., 14 val.	Registracija nevyks	Su ELVIS garsinių knygų teikiamomis galimybėmis supažindins Vilkaviškio rajono savivaldybės viešosios bibliotekos skaitytojų aptarnavimo skyriaus vedėja Inesa Mažeikienė
Tapybos pleneras, skirtas Vilkaviškio kraštui	Vilkaviškio rajono savivaldybės viešoji biblioteka, Sodų g. 1	Spalio 6 d., 14 val.	Vykdoma iki spalio 05 d. tel. +370 67213947	Užsiėmimus veda profesionali dailininkė Žydruolė Tumosaitė, suteikdama pradinių žinių apie komponavimą, spalvų maišymą, perspektyvą, saviraiškos savitumą. Praktinės veiklos, tapant ant drobės akriliniais dažais skatina atsipalaiduoti, pajusti terapinį meninės kūrybos poveikį, atverti savo vidinį pasaulį, pasitikėti savo jėgomis ir gebėjimais. Kūrybos rezultatas – individualus tapybos darbas, paveikslas, atspindintis žvilgsnį į savo kraštą.
Popietė senjorams "Kartu būti gera"	Vilkaviškio rajono savivaldybės bibliotekos Gižų filialas, Liepų g. 1, Gižų k., Gižų seniūnija	Spalio 2 d. 14 val.	Registracija nevyks	Pažintis su audiosensorine biblioteka, laikas praleistas kartu tarp knygų, skatinant bendravimą ir bendruomeniškumą. Renginį organizuoja bibliotekininkė Nijolė Vaitūnaitienė
Popietė senjorams „Arbata su prisiminimais“	Vilkaviškio VB Bartninkų filialas Basanavičiaus 41, Bartninkų mst., Vilkaviškio raj.sav.	Spalio 6 d. 14 val.	Registracija nevyks	Popietę organizuos ir ves Bartninkų filialo bibliotekininkė Birutė Banackienė
Literatūrinė popietė senjorams	Vilkaviškio rajono savivaldybės bibliotekos Ramoniškių filialas, Rausvės g. 4, Ramoniškių k., Pilviškių seniūnija	Spalio 5 d. 16 val.	Registracija nevyks	Popietė bendraujant ir kalbantis apie knygas ir skaitymą prie arbatos puodelio, kurią organizuos bibliotekininkė Virgilija Marcelionienė
„Sveikos gyvensenos ypatumai“	Vilkaviškio rajono savivaldybės bibliotekos Gražiškių filialas, Liepų g. 6, Gražiškių mstl., Gražiškių seniūnija	Spalio 2 d. 15 val.	Registracija nevyks	Popietės metu bus diskutuojama apie sveiką gyvenseną. Diskusiją moderuos bibliotekininkė Viktorija Karselienė

Vilniaus m. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Dokumentinę esė „Eimuntas Nekrošius. Pradžia“	Valstybinio jaunimo teatro fojė, Arklių g. 5, Vilnius	Spalio 1 d., 14 val.	Registracija vykdoma el. paštu: lina.morkunaite@jaunimoteatras.lt iki rugsėjo 30 d.	Režisierius: Audronis Liuga Trukmė: 1 val. 10 min. Jaunimo teatras tapo pirmaisiais režisieriaus Eimunto Nekrošiaus kūrybiniais namais. Čia 1977-aisiais jis debiutavo spektakliu „Medaus skonis“. Vėliau sukūrė spektaklius „Katė už durų“, „Kvadratas“, „Pirosmani, Pirosmani...“, „Meilė ir mirtis Veronoje“, „Ilga kaip šimtmečiai diena“, „Dėdė Vania“, „Nosis“. Jie įtvirtino „Eimunto Nekrošiaus teatro“ fenomeną ir pakeitė teatro pasaulį. Eimunto Nekrošiaus teatrui gimti padėjo jo pirmoji mokytoja ir Jaunimo teatro vyriausioji režisierė Dalia Tamulevičiūtė, dramaturgas Saulius Šaltenis, dailininkai Adomas Jacovskis, Nadežda Gultiajeva, kompozitoriai Faustas Latėnas, Kęstutis Antanėlis ir režisieriaus bendraamžių aktorių dešimtukas. Taip pat žiūrovai, laukdavę ilgas valandas, o kartais naktis, prie bilietų kasų, ir lankydavę spektaklius po daugelį kartų. Jie ėjo į jaunimkę, kaip į bažnyčią... Dokumentinė esė „Eimuntas Nekrošius. Pradžia“ – tai ano teatro refleksija, pasitelkus spektaklių nuotraukas ir filmuotą medžiagą. Įsižiūrėjus į fotografų Stanislovo Kairio, Audriaus Zavadskio ir operatorius Donato Buklio užfiksuotus vaizdus galima juose atrasti Nekrošiaus spektaklių „prarasto laiko“ akimirksnius. Anas, jaunystės laiko, teatras atrodė tikresnis už supančią tikrovę. Utopiška pastanga – atgaivinti tuos akimirksnius... Dokumentinę esė „Eimuntas Nekrošius. Pradžia“ režisavo teatrologas, Jaunimo teatro vadovas

				Audronis Liuga. Projekto kūrybiniai bendradarbiai – montuotojas Kostas Radlinskas ir kompozitorius Arturas Bumšteinas.
Koncertas „MARŠAI IR MANIPULIACIJOS: Lietuvos simfoninis pučiamųjų orkestras VILNIUS WINDS“	Renginio erdvė „Kablys“ (Kauno g. 5, Vilnius)	Spalio 2 d. 19 val.	Registracija į renginį vyks iki rugsėjo 28 d. el. paštu <a href="mailto:roma.buziene@ls
po.lt">roma.buziene@ls po.lt arba tel. +370 622 28940. Vietų skaičius ribotas – registruojami pirmieji 15 dalyvių.	-
Haloterapija (Druskų kambarys)	Antakalnio g. 124, Vilnius. Vilniaus miesto klinikinė ligoninė	Spalio 1- 8 d.	Registruotis procedūrai galima darbo dienomis nuo 2025-09-28 dienos 8.00 - 16.00 val. telefonu: 0 5 205 45 23	Druskų kambaryje apsilankyti naudinga tiek suaugusiems, tiek ir vaikams – tai saugi gydymo ir profilaktikos priemonė nuo peršalimo, kvėpavimo takų ar odos susirgimų. Haloterapiją rekomenduojama taikyti įvairių susirgimų gydymui ir profilaktikai. Svarbu žinoti Atsiradus ūmiems peršalimo simptomams – slogai, kosuliui, čiauduliui, pakilus temperatūrai – haloterapijos lankyti negalima. Sergantieji tuberkulioze į haloterapijos seansus nepriimami. Prieš procedūrą pacientų prašoma nenaudoti kvėpalų, netepti odos kremais, seanso metu nesinaudoti mobiliaisiais telefonais, nekalbėti, netrukdyti šalia esantiems. Procedūros trukmė 30 min.

Vyresnio amžiaus žmonių savaitės nuolaidos spektakliams	Lietuvos nacionalinis dramos teatras, Gedimino pr. 4	Bilietus su nuolaida galima įsigyti akcijos metu – 2026 m. spalio 1–8 d. (imtinai).	Spektakliai, kuriems taikoma nuolaida: Laurynas Adomaitis FERMENTACIJA Rež. Antanas Obcarskas Spalio 7 ir 8 d. 18:30 val., Didžioji salė KAS NEBIJO VIRDŽINIJO VULF Rež. Antanas Jasenka Spalio 13 d. 19:30 val. Lapkričio 13 d. 19:30 val., Mažoji salė FOSSILIA Rež. Eglė Švedkauskaitė Spalio 9 d. 19:00 val. Lapkričio 21 d. 19:00 val., Naujoji salė August Strindberg DIDYSIS KELIAS Rež. Jonas Vaitkus	https://www.teatras.lt/lt/bilietai-ir-informacija/nuolaidos-ir-akcijos/vyresnio-amziaus-zmoniu-savaite-nuolaida/
--	---	--	---	--

			Spalio 23 d. 18:30 val., Didžioji salė	
„Pasiskaitymai teatre“ su Dalia Michelevičiūte ir Jūrate Vilūnaite	Lietuvos nacionalinis dramos teatras, Gedimino pr. 4	Spalio 4 d. 12.00 – 13.30 val.	Būtina registracija PASISKAITYMAI TEATRE – užpildykite formą https://forms.cloud.microsoft/e/GVxJwmkhRE	10.04 - LNDT senjorų savaitės renginio "Pasiskaitymai teatre" dalyviams galios 20 proc. nuolaida visam kavinės „Nacionalinė“ asortimentui.
Vitražų gaminimo dirbtuvės	Kazio Varnelio namai-muziejus, Didžioji g. 26, Vilnius	Spalio 2 d., 12 val. Spalio 6 d., 12 val. Spalio 7 d., 12 val. Spalio 8 d., 12 val.	Registracija vykdoma iki spalio 1 d. tel. (0-5) 279 1644 arba el. paštu k.varnelio.muziejus@lnm.lt	Lietuvos nacionalinio muziejaus Kazio Varnelio namai-muziejus. Dirbtuvėse pristatomos vitražo kūrimo technikos, medžiagos ir išskirtinės vitražo savybės. Namo parsinešite savo vitražo kompoziciją: naudodami vitražinius dažus, pirmiausia sukursite linijinį piešinį ir perkelsite jį ant skaidraus plastiko. Tuomet kompoziciją nutapysite skaidriais vitražiniais dažais, stebėsite, kaip šviesos bei spalvų žaismė išryškina sukurtą kompoziciją ir jos detales.
Ekskursija „Dvasių apsuptyje“	Istorijų namai, Etnografijos saugykla-ekspozicija, T. Kosciuškos g. 3, Vilnius	Spalio 2 d., 14 val. Spalio 6 d., 14 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. el. paštu istoriju.namai@lnm.lt	Ekskursijoje po Lietuvos nacionalinio muziejaus etnografijos saugyklą atkreipiamas dėmesys į prieš 100–200 metų populiarių įsitikinimą, jog visa žmogaus aplinka esanti pilna dvasių. Medžiuose atgailaujančios mirusiųjų vėlės, aplink namus slankiojanti Mirtis ar Liga. Norint laimingai gyventi, su anapusinėmis būtybėmis reikia bendrauti – vienas pagerbti ir pamaloninti, kitomis pasirūpinti, o nuo trečių atsiriboti apsauginiais ženklais. Tyrinėdami LNM etnografijos kolekciją aiškinsimės, kaip šis pasaulėvaizdis veikė žmogaus gyvenimą Lietuvoje iki pat XX a. vidurio.
„Raganavimas Lietuvos Didžiojoje“	Pilininko namas, Arsenalo g. 1, (Įėjimas į Pilininko namą	Spalio 2 d., 14 val.	Registracija nebus vykdoma	

Kunigaikštystėje ir Pilininko name“	yra vidiniame kieme, Gedimino kalno papėdėje)			
Ekskursija naujoje ekspozicijoje „Laisvės dažnis“	Gedimino pilies bokštas, Arsenalų g. 5, Vilnius	Spalio 5 d., 12 val.	Registracija nebus vykdoma	
Lietuvos valstybinio simfoninio orkestro edukacija senjorams	LVSO koncertų salė, Vilniaus g. 6-1	2026 spalio 6 diena, 11 val.	Registracija: ruta@lvso.lt +370 618 14 645 vietų kiekis ribotas. Registracija vyksta iki spalio 2 dienos	Edukacija susideda iš ekskursijos po LVSO koncertų salės užkulisius bei simfoninio orkestro repeticijos klausymą.
Stalo teatras "Prisiminimų dėžutė" senjorams edukacija	Lietuvos teatro, muzikos ir kino muziejus (Muzeotekos pastatas)	Spalio 6 d. 12:00	+37061671133 edukacija@ltmkm .lt registracijos forma sklaidos kanaluose Registracijos terminas – iki spalio 5 d. 12:00	„Prisiminimų dėžutė“ – tai jautrus ir kūrybiškas Stalo teatro užsiėmimas senjorams, kviečiantis prisiminti gyvenimo istorijas per daiktus, vaizduotę ir teatrinį žaidimą. Tyrinėdami įvairius objektus, dalyviai dalijasi prisiminimais, kuria trumpus pasakojimus ir drauge atgaivina asmenines bei bendras patirtis. Užsiėmimas skatina bendravimą, kūrybiškumą, stiprina atmintį ir suteikia jaukią erdvę prasmingam buvimui kartu.
Senjorų protų mūšis bastėje	Vilniaus gynybinės sienos bastėja. Bokšto g. 20, Vilnius	Spalio 8 d., 15 val.	Registracija: registruokitės patys arba visą savo komandą el. paštu basteja@lnm.lt	Visus senjorus, mėgstančius viktorinas, protmūšius, intelektinius žaidimus ir gerą nuotykią, kviečiame susitikti „Senjorų protmūšyje Bastėje“! Autentiškoje Vilniaus gynybinių požemių atmosferoje leisimės į smagią kelionę po miesto praeitį – prisiminsime Vilniaus istoriją, gynybą ir karybą, išgirsime netikėtų pasakojimų bei legendų ir, žinoma, išbandysime savo žinias.

				Čia svarbios bus ne tik žinios, bet ir smalsumas, gera nuotaika bei komandos draugų pagalba. Pažadame netikėtų klausimų, staigmenų, azarto ir ne vieną progą nustebinti net pačius save!
Ekskursija su kūrybinėmis dirbtuvėmis „Ką byloja mūsų genai?“	Senasis Arsenalas, Arsenalo g. 3, Vilnius	Spalio 1 d., 15 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 29 d. tel. 0 612 42916 arba el. paštu arsenalai@lnm.lt	Gilinsimės, kas ir kaip gyveno Lietuvos žemėse nuo akmens amžiaus iki mūsų eros pradžios. Aptarsime, ką genetiniai tyrimai pasakoja apie lietuvišką genomą. Antroji, kūrybinė dalis vyks 2-ame aukšte. Su polėkiu kursime smagias, o galbūt labai rimtas poetas ir istorijas apie mus ir mūsų gyvenimą.
Filmo „Jėzaus atvaizdas“ peržiūra	Piligrimų centras, Dominikonų g. 6, Vilnius, Lithuania, 01131	Spalio 1 d., 12 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 25d. el. paštu ismintieserdves@gmail.com Vietų skaičius ribotas	VŠĮ „Išminties erdvės“
Šventojo paveikslo paslaptys: Susitikimas su ikonografu.	Šv. Mykalojaus g. 4, Vilnius	Spalio 8 d., 14 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 25d. el. paštu ismintieserdves@gmail.com Vietų skaičius ribotas	VŠĮ „Išminties erdvės“ Ikonografas pasidalins savo patirtimi ir atvers paslaptinę ikonų kūrimo pasaulį.
Popietė – kūrybinės dirbtuvės senjorams „Senieji amatai“	Senasis Arsenalas, Arsenalo g. 3, Vilnius	Spalio 2 d., 14.30 val.	Registracija vykdoma iki spalio 1 d. tel. 0 612 42916 arba el. paštu arsenalai@lnm.lt	Po ekskursijos Senajame Arsenale darysime molinius atspaudus iš 15 a. koklinių krosnių siužetų.

Kūrybinės dirbtuvės „Kurkime baltiškas pasakas“	Senasis Arsenalas, Arsenalo g. 3, Vilnius	Spalio 8 d., 15.30 val.	Registracija vykdoma iki spalio 6 d. tel. 0612 42916 arba el. paštu arsenalai@lnm.lt	Tyrinėsime baltiškus ornamentus ant senųjų papuošalų ir kitų muziejaus vertybių. Kas jose užšifruota ir kokie galimi atsakymai? Kodėl mūsų protėviai namuose laikė žaltį? Ar baltai labiau gerbė antis, ne erelius? Laisvai interpretuodami, kursime pasakas-istorijas, kuriose susipina laikas ir personažai iš praeities ir dabarties.
Ekskursija po Jano Bulhako fotografijų parodą	Signatarų namai, Pilies g. 26, Vilnius	Spalio 8 d., 11 val. Spalio 8 d., 16 val.	Registracija nebus vykdoma	Ekskursija po Jano Bulhako fotografijų parodą. Ekskursija kviečia pažvelgti į Vilnių Jano Bulhako akimis – fotografo, daugiau nei tris dešimtmečius fiksavusio miesto architektūrą, peizažus ir besikeičiantį jo veidą. Susipažinsime su J. Bulhako kuriamu estetiniu Vilniaus atvaizdu ir fotografijos, kaip miesto atminties saugotojos, galia. Ypatingą parodos dalį sudaro 1944 m. karo nuniokoto Vilniaus nuotraukos, leidžiančios palyginti miesto grožį ir gyvybingumą su patirtais praradimais.
Festivalio „Skambėk skambėk, senjorų daina!“ koncertas skirtas Tarptautiniai pagyvenusių žmonių dienai paminėti.	Žirmūnų seniūnija, Verslo ir svetingumo profesinės karjeros centro salė, Žirmūnų g. 143	2026-10-03 (šeštadienis), 12-14 val.		Vilniaus miesto Pagyvenusių Žmonių Asociacija (VPŽA). Koncertuos vyresnio amžiaus žmonių saviveiklos dainų ir šokių kolektyvai. Bus skelbiama VPŽA puslapyje Facebook, www.vpza.lt plakatai, platinamos skrajutės
Ekskursija į „Gyvąjį lėlių muziejų“	Vilniaus teatras „Lėlė“, Arklių g. 5	Spalio 6 d., 16 val.	Vykdoma iki spalio 1 d. Registracija: https://tinyurl.com/LELESmuziejus arba el. paštu: ieva@teatraslele.lt	Vilniaus teatro „Lėlė“ Gyvasis lėlių muziejus įkurdintas teatro rūsio erdvėse, greta Mažosios salės. Čia išdėstyta daugybė lėlių, kaukių, scenografijos elementų ir visi šie „stebuklai“ padaryti tame pačiame pastate esančiose dirbtuvėse. Muziejuje saugomi ir eksponuojami nebevaidinamų „Lėlės“ spektaklių turtai.

Koncertas „Nepažintas Vytautas Klova“ Skirta kompozitoriaus V. Klovos 100-osioms gimimo metinėms	Šv. Kotrynos bažnyčia Vilniaus g. 30, Vilnius	Spalio 15 d. ketvirtadienis 19 val.	Būtina registracija Registracija vykdoma el. paštu vadyba@ansamblis-lietuva.lt iki 2026.10.02 (vietų skaičius ribotas)	Koncertas „Nepažintas Vytautas Klova“ Skirta kompozitoriaus V. Klovos 100-osioms gimimo metinėms
„Ir senjorai šoka tango“	Grigiškių kultūros centras, Vilniaus g. 12, Girigiškės	Spalio 1 d., 16 val.	-	Renginio organizatorius: Grigiškių kultūros centras. Aprašymas: Renginio metu vyks profesionali tango pamoka, kurią ves šokėjai Rafal Narkevič ir Melisa Narkevič. Po pamokos dalyvių lauks jauki vakaronė su Daugų folkloro ansambliu „Kuporas“ ir Šnipiškių bendruomenės centro ansambliu „Šnipiškėčių balsai“. Renginys nemokamas
„Judesio dirbtuvės“	Menų spaustuvė, Šiltadaržio g. 6, Vilnius	Spalio 1 d., 14 val	Vietų kiekis ribotas, registracija el. paštu: ieva@menuspaustuve.lt arba tel. nr: +37060678805	Renginio organizatorius: Menų spaustuvė. Aprašymas: Kviečiame vyresnio amžiaus žmones į judesio dirbtuves Menų spaustuvėje. Dirbtuvės skirtos žmonėms, turintiems įvairių sveikatos ar judėjimo iššūkių, todėl veiklos individualiai pritaikomos prie kiekvieno dalyvio galimybių ir poreikių. Pasitelkiant sąmoningo judesio, šiuolaikinio šokio ir improvizacijos praktikas bei įvairių atributiką, lavinamas kūno pajautimas, koordinacija, pusiausvyra, dėmesio koncentracija ir kūrybiškumas. Dalyviai skatinami atrasti savitą judesio raišką, improvizuoti, savarankiškai kurti ir išreikšti emocijas per kūną. Individualios, porinės ir grupinės užduotys stiprina pasitikėjimą savimi, savarankiškumą, bendravimo įgūdžius, tarpusavio ryšį ir gebėjimą veikti grupėje. Dirbtuvės rengiamos bendradarbiaujant su Ulna šokio teatru. Renginys nemokamas

„Auksiniai vakarai“.	Naujosios Vilnios kultūros centras, Gerovės g. 1, Vilnius	Spalio 2 d., 18 val.	-	Organizatorius: Naujosios Vilnios kultūros centras. Aprašymas: Tai jaukus ir linksmas vakaras vyresnio amžiaus žmonėms, skirtas bendrystei, aktyviam laisvalaikiui ir naujai patirčiai. Vakaro metu senjorų laukia pasitikimas su kava, arbata ir užkandžiais, trumpa mankšta, „Silent Disco 60+“ šokiai su belaidėmis ausinėmis, taip pat galimybė pabendrauti, pažaisi stalo žaidimus ar tiesiog jaukiai praleisti laiką prie staliukų. Renginys nemokamas
Adelės Liepos Kaunaitės tapybos parodos "Regioninis parkas" atidarymas	Vilniaus rotušė, Didžioji g. 31, Vilnius.	Spalio 6 d., 18 val.	-	Renginio organizatorius: Vilniaus rotušė. Renginys nemokamas
Ričardo Filistovičiaus tapybos parodos „Tarp realybės ir sapno. Pasaulis, kuriame norėčiau gyventi“ atidarymas	Vilniaus rotušė, Vilniaus rotušė, Didžioji g. 31, Vilnius.	Spalio 6 d., 18 val.	-	Renginio organizatorius: Vilniaus rotušė. Renginys nemokamas
Senjorų kino klubas	„Skalvijos“ kino centras, A. Goštauto g. 2, Vilnius	Saplio 7 d. Laikas bus skelbiamas artėjant datai https://skalvija.lt/	-	Renginio organizatorius „Skalvijos“ kino centras. Aprašymas: Kiekvieną trečiadienį vyksta Vidos Ramaškienės paramos fondo organizuojamas Senjorų kino klubas (seansai nemokami). Po peržiūrų vyksta pokalbiai su kino kūrėjais. Įėjimas su nemokamais bilietais, kurie dalijami „Skalvijos“ kasoje to seanso dieną. Kasa pradeda dirbti likus valandai iki pirmojo seanso pradžios. Daugiau informacijos: https://skalvija.lt/
Apžvalginės ekskursijos	Lietuvos žydų kultūros ir tapatybės muziejus, Pylimo g. 4A	Spalio 1 d. ir 6 d., 13 val.	Registracijos forma: Registracija į apžvalginę ekskursiją	Ekskursijos metu dėmesys krypta į žydų kasdienybę: mokymąsi ir bendruomenę, namų erdvę, santykį su laiku, kalbomis ir aplinka štetluose bei didesniuose miestuose. Autentiški eksponatai ir pasakojimai leidžia pažvelgti kaip tradicinis pasaulis

			Lietuvos žydų kultūros ir tapatybės muziejuje – užpildykite formą	palaiapsniui įgauna naujas formas, o kultūra tampa erdve individualiam balsui, interpretacijai ir kūrybai.
Edukacija "Žodžio ir tylėjimo galia"	Lietuvos žydų kultūros ir tapatybės muziejus, Pylimo g. 4A	Spalio 4 d. 12 val.	Registracija nereikalinga	Užsiėmimo metu kalbėsime apie esminę žydų tautos vertybę – žodžių ir tylos galią. Remdamiesi Šventuoju Raštu ir žydų išminčiais, aptarsime, kada verta patylėti, o kada – būtina kalbėti. Taip pat bandysime išnarplioti karaliaus Saliamono žodžius: „Gyvenimas ir mirtis yra liežuvio valdžioje. Rinkitės gyvenimą." Ką jie reiškia jums?
Edukacija "Labdara bei išmalda žydiškai"	Lietuvos žydų kultūros ir tapatybės muziejus, Pylimo g. 4A	Spalio 7 d. 15 val.	Registracija nereikalinga	Kviečiame kartu atrasti tzedakah – giluminę labdaros prasmę judaizme. Aptarsime, kaip davimas keičia duodantį ir gaunantį, kodėl svarbi ne tik suma, bet ir požiūris ir kaip labdara gali tapti privilegija. Susipažinsime su skaičių simbolika ir mistika tradicijose. Tai ne tik žinios, bet ir iššūkis įprastam mąstymui: kam iš tikrųjų priklausai, kai duodi.
Ekskursijos	Holokausto ekspozicija, Pamėnkalnio g. 12	Spalio 7 d. ir 8 d., 12 val.	Registracija vyksta iki spalio 5 d. el. paštu: renata.titoviene@jmuseum.lt	Maloniai kviečiame senjorus dalyvauti nemokamose ekskursijose Holokausto ekspozicijoje spalio 7 d. ir spalio 8 d. Šimtmečius gyvavusios ir klestėjusios bendruomenės istorija nutrūksta, palikdama tuštumą ir skausmą. Ekskursijos metu susipažinsime su Holokausto istorija Lietuvoje, bandysime analizuoti Holokausto priežastis ir tragiškas jos pasekmes.
Ekskursija „Nuo priešo iki sąjungininko. Lietuva	Valdovų rūmų muziejus	Spalio 1 d., 15.00 val.	Registracija vyks internetu	Ekskursijoje kviečiame pažinti laikotarpį, kai Abiejų Tautų Respublika buvo viena svarbiausių Europos valstybių, aktyviai dalyvavusių karuose su osmanais

ir Lenkija bei Osmanų imperija XIV–XIX a.“			muziejaus svetainėje https://www.valdovurumai.lt/lt/artimiausios-ekskursijos/ nuo rugsėjo 23 d. 9.00 val. iki rugsėjo 30 d. 21.00 val. Informacija telefonu +370 5 262 0007	ir kartu perėmusių dalį Rytų pasaulio kultūros bei estetikos. Rytietiški audiniai, kilimai, ginklai ir palapinės Respublikos didikų aplinkoje tapo ne tik prabangos detalėmis, bet ir galios, prestižo bei sarmatiškos tapatybės ženklais. Lankydamiesi parodoje aptarsime palapinių vaidmenį ir svarbą osmanų karo žygiuose ir valdovų stovyklose. Tokios palapinės veikė tarsi mobilūs rūmai – reprezentacinės erdvės, demonstruojančios statusą, turtą ir politinę galią. Turkiška palapinė šioje parodoje tampa ne tik įspūdingu meno kūrinium, bet ir gyvu pasakojimu apie epochą, kurioje Rytų ir Vakarų pasauliai susitikdavo ne tik mūšio lauke, bet ir kultūroje, mene bei diplomatijoje. Trukmė – 1 valanda
Apžvalginė ekskursija po muziejaus ekspozicijas (pirmą kartą besilankantiems muziejuje)	Valdovų rūmų muziejus	Spalio 2 d. 15.00 val.	Registracija vyks internetu muziejaus svetainėje https://www.valdovurumai.lt/lt/artimiausios-ekskursijos/ nuo rugsėjo 24 d. 9.00 val. iki spalio 1 d. 21.00 val. Informacija telefonu +370 5 262 0007	Apžvalginė ekskursija skirta žmonėms, į muziejų atvykusiems pirmą kartą. Pirmoje ekskursijos dalyje kalbėsime apie Lietuvos didžiųjų kunigaikščių rezidencijos ir jos teritorijos raidą valstybės bei Europos istorijos kontekste, pasivaikščiosime po įspūdingą archeologinį rezervatą, kurį gaubia atkurtas Valdovų rūmų pastatas, apžiūrėsime išlikusius autentiškus mūrus ir šioje teritorijoje aptiktus unikalius radinius. Ekskursiją tęsime menėse ir privačiuose apartamentuose su atkurtais istoriniais vėlyvosios Gotikos, Renesanso ir ankstyvojo Baroko interjerais. Trukmė – 1 valanda

Ekskursija „Karališkos vedybos – pareiga ar meilė?“	Valdovų rūmų muziejus	Spalio 6 d. 15.00 val.	Registracija vyks internetu muziejaus svetainėje https://www.valdovurumai.lt/lt/artimiausios-ekskursijos/ nuo rugsėjo 28 d. 9.00 val. iki spalio 5 d. 21.00 val. Informacija telefonu +370 5 262 0007	Ekskursijoje susipažinsime su Lietuvos didžiojo kunigaikščio ir Lenkijos karaliaus Žygimanto Augusto biografija – auklėjimu, tėvų politinėmis ir dinastinėmis ambicijomis, o žvalgydamiesi po Renesanso epochos interjerus pabandysime įsivaizduoti valdovų ir jų dvariškių elgesio modelius. Tačiau pats svarbiausias ekskursijos aspektas – klausimas, kas lemia karališkas vedybas: pareiga ar meilė? Į šį klausimą ieškosime atsakymo, aptardami Renesanso epochos Europos valdovų santuokų tradicijas ir apžiūrėdami XVI a. nutapytą diptiką, vaizduojantį Žygimanto Augusto žmonas – Elžbietą Habsburgaitę ir Barborą Radvilaitę. Dvi moterys, du portretai, du legendomis apipinti likimai. O ką šiandien mums byloja istoriniai šaltiniai apie šių moterų poveikį valdovo gyvenimui? Kas labiau skaudino – pareiga ar meilė? Trukmė – 1 valanda
Ekskursija „Valdovų virtuvė – tarp kasdienybės ir prabangos“	Valdovų rūmų muziejus	Spalio 7 d., 15.00 val.	Registracija vyks internetu muziejaus svetainėje https://www.valdovurumai.lt/lt/artimiausios-ekskursijos/ nuo rugsėjo 29 d. 9.00 val. iki spalio 6 d. 21.00 val. Informacija telefonu +370 5 262 0007	Ar kada nors susimąstėte apie tai, ką valgė valdovai prieš kelis šimtmečius? Nuo seniausių laikų maistas buvo neatsiejama mūsų gyvenimo dalis, tačiau valdovo stalias visada turėjo ypatingą reikšmę – jis rodė ne tik skonį, bet ir galią. Įsivaizduokite įdarytą povą, auksu žvilgančią keptą gulbę ar desertus iš trintų migdolų... Ar tai tik pasaka? Ne – tai buvo tikri ant valdovų stalo besipuikavę XVI a. patiekalai, skirti ne tik pamaloninti gomurį, bet ir pakerėti svečius. Šios ekskursijos metu sužinosime, kokie produktai buvo laikomi ypatingais, kaip jie veikė žmogaus kūną ir sveikatą bei kodėl kai kurie patiekalai atrodė labiau kaip meno kūriniai nei kaip maistas. O ar žinojote, kad vienas stalo įrankis kadaise buvo

				bažnyčios prakeiktas? Ir vis dėlto jis atkeliavo ant valdovų, o vėliau – ir miestiečių stalų. Ekskursijos pabaigoje užsuksime ir į rūmų išdinę – juk smalsu, kokie aukso vertės prieskoniai ten buvo saugomi ir kuo jie siejosi su virtuve. Trukmė – 1 valanda
Ekskursija „Moterys Lietuvos didžiųjų kunigaikščių rezidencijoje“	Valdovų rūmų muziejus	Spalio 8 d., 15.00 val.	Registracija vyks internetu muziejaus svetainėje https://www.valdovurumai.lt/lt/artimiausios-ekskursijos/ nuo rugsėjo 30 d. 9.00 val. iki spalio 7 d. 21.00 val. Informacija telefonu +370 5 262 0007	Bona Sforca, Barbora Radvilaitė, visas būrys Habsburgaičių... Atrodo, tai puikiai žinomi vardai, iškart vaizduotę nukeliantys į ypatingos svarbos moteris – didžiąsias kunigaikštienes, stovėjusias šalia savo vyrų įvairiais Lietuvos Didžiosios Kunigaikštystės istorijos etapais. Visgi žymus vardas parodo tik dalį realybės, palikdamas likusias dëlionės daleles nežinioje. Ar žinote, koks pirmas istoriniuose šaltiniuose paminėtos lietuvės moters vardas? O ką pasakytumėte apie rūmų skalbėjas, virėjas ar tarnaites? Šioje ekskursijoje sužinosite apie skirtingus moterų gyvenimo aspektus – kalbėsime ne tik apie Lietuvos didžiųjų kunigaikštienų biografijas, bet ir aptarsime besikeičiančią moterų padėtį visuomenėje, jų vaidmenį formuojant vidaus ir užsienio politiką. Neišvengsime ir kasdienybės – moterų pareigybių rūmuose, jų kasdinių darbų. Gal tarp jų rasime net ir raganų? Trukmė – 1 valanda
Kūrybinės dirbtuvės „Paslaptingos istorinio eskizo technikos“	Valdovų rūmų muziejus	Spalio 8 d., 14.00 val.	Registracija vyks internetu muziejaus svetainėje	Rytų šalys stebino ir žavėjo europiečius specifine simbolika, kuri išsiskyrė dekoratyvumu, o kartu pristatė kitokį, pilną paslapčių ir mįslių grožio modelį. Apžiūrėję istorinį pasakojimą parodoje

			https://www.valdovurumai.lt/lt/artimiausi-uzsiemimai/ nuo rugsėjo 30 d. 9.00 val. iki spalio 7 d. 21.00 val. Informacija telefonu +370 5 261 7445	„Nuo priešų iki sąjungininkų. . Lietuva ir Lenkija bei Osmanų imperija XIV–XIX a.“ iliustruojančias vertybes, edukacinėje klasėje skirtingomis technikomis kursime matytų eksponatų eskizus ir bandysime įminti auksinių kupolų bei pusmėnulio krašto mįsles ir paslaptis. Trukmė – 1,5 valandos
Ekskursija: „Pamatyti nematomą: Kreivosios pilies archeologija“	Susitikimo vieta: Gedimino paminklas. Maršrutas: Vilniaus pilių rezervato kalnai.	Spalio 1 d., 11:00 val.	Registruotis galima čia: https://forms.gle/ZgmVgkyeeA7xR22E8	Kontaktinis asmuo: Vilniaus pilių valstybinio kultūrinio rezervato gidė Darija, mob.: +370 68807789.
Ekskursija: „Vilniaus smailės monarcho akimis“	Susitikimo vieta: Užupio gimnazija (Krivų g. 10). Maršrutas: Vilniaus pilių rezervato teritorija, Altanos kalnas.	Spalio 2 d., 11:00 val.	Registruotis galima čia: https://forms.gle/MGGsgAbed39dqhFU8	Kontaktinis asmuo: Vilniaus pilių valstybinio kultūrinio rezervato gidė Nerilė, mob.: +370 61800838.
Ekskursija: „Valdovas spaudžia leteną: Vilniaus pilių šunys“	Susitikimo vieta: Gedimino paminklas. Maršrutas: Vilniaus pilių rezervato teritorija.	Spalio 2 d., 13:00 val.	Registruotis galima čia: https://forms.gle/QxYw2YZDrCd2zxcd9	Kontaktinis asmuo: Vilniaus pilių valstybinio kultūrinio rezervato gidas Marijus, mob.: +370 61233843.
Ekskursija: „Riaumojanti Janina: mada, glamūras ir lėktuvai“	Susitikimo vieta: Užupio gimnazija (Krivų g. 10). Maršrutas: Vilniaus pilių rezervato teritorija, Altanos kalnas.	Spalio 5 d., 10:00 val.	Registruotis galima čia: https://forms.gle/CMLqfM9mp2ZTKYfv6	Kontaktinis asmuo: Vilniaus pilių valstybinio kultūrinio rezervato gidė Enrika, mob.: +370 61215206.

Ekskursija: „Vyšnios kaip apelsinai: Vilniaus pilių sodai ir parkai“	Susitikimo vieta: Gedimino paminklas. Maršrutas: Vilniaus pilių rezervato teritorija.	Spalio 5 d., 11:00 val.	Registruotis galima čia: https://forms.gle/XQ9vKTSGxUDxuyPq5	Kontaktinis asmuo: Vilniaus pilių valstybinio kultūrinio rezervato gidė Enrika, mob.: +370 61215206.
Ekskursija: „Riaumojanti Janina: mada, glamūras ir lėktuvai“	Susitikimo vieta: Užupio gimnazija (Krivų g. 10). Maršrutas: Vilniaus pilių rezervato teritorija, Altanos kalnas.	Spalio 7 d., 12:00 val.	Registruotis galima čia: https://forms.gle/xyL6TEYdzeUPD5sj6	Kontaktinis asmuo: Vilniaus pilių valstybinio kultūrinio rezervato gidė Enrika, mob.: +370 61215206.
Susitikimas su FIXUS Mobilis komanda: kad istoriniai pastatai gyvuotų ilgiau	Smolensko g. 15A, Vilniaus m.	Spalio 8 d., 14 val.	Vykdoma iki spalio 2 d. El. p. info@fixusmobilis.lt arba tel. +370 619 73483	Kultūros infrastruktūros centro Prevencinės priežiūros grupė FIXUS Mobilis. Pokalbis apie kultūros paveldo ir istorinių pastatų priežiūrą, pažintis FIXUS Mobilis darbu ir mobiliosiomis dirbtuvėmis, edukaciniai vaizdo įrašai, o norintiems - ir nedideli praktiniai darbai. Renginio trukmė iki 2 val. Dalyvių skaičius – iki 10 žmonių
Susitikimas, pristatant paveldosaugą ir Kultūros paveldo departamento prie Kultūros ministerijos misiją joje per kultūros paveldo apskaitos bei inventorizacijos procesus ir Paveldosaugos bibliotekos dokumentų fondą, 313 c.	Kultūros paveldo departamentas prie Kultūros ministerijos, Šnipiškių g. 3, Vilnius, 303 kab.	2026 m. spalio 8 d. 14:00 val.	Kontaktinis asmuo registracijai – Alfredas Jomantas, tel. +37062063668, el. p. alfredas.jomantas@kpd.lt	-

Žygis Vilniaus takais – 5 km ir 10 km	Vilnius (prieš žygį bus skelbiama tikslus susitikimo vieta)	Spalio 1 d.	Registracija: registracija@susitikim.lt	Organizuoja VšĮ „Sėkmės idėja“
Kovos menų užsiėmimai	Karate klubas KOVAS, Ateities g. 10, Vilnius	Spalio 5 d., 9:30 val. ir 10:45 val.		
Linijiniai šokiai	Senjorų avilys, Kubiliaus g. 2, Vilnius	Spalio 5 d., 9 val.		
Viso kūno mankšta	Antakalnio seniūnija, Antakalnio g. 17, Vilnius	Spalio 6 d., 9 val.		
Viso kūno mankšta	Senjorų avilys, Kubiliaus g. 2, Vilnius	Spalio 6 d., 10:30 val.		
Kovos menų užsiėmimai	Karate klubas KOVAS, Ateities g. 10, Vilnius	Spalio 7 d., 9:30 val. ir 10:45 val.		
Linijiniai šokiai	Senjorų avilys, Kubiliaus g. 2, Vilnius	Spalio 7 d., 9 val.		
Viso kūno mankšta	Antakalnio seniūnija, Antakalnio g. 17, Vilnius	Spalio 8 d., 9 val.		
Viso kūno mankšta	Senjorų avilys, Kubiliaus g. 2, Vilnius	Spalio 8 d., 10:30 val.		
Ekskursija MO muziejuje	MO muziejus, Pylimo 17, Vilnius	Spalio 5 d., 11 val.	Registracija būtina. Dalyvių skaičius 20 vienoje ekskursijoje. Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 609 83 764	Organizuoja MO muziejus Kviečiame į ekskursiją po MO muziejų, kurios metu susipažinsime su muziejaus istorija ir apžiūrėsime mažąją parodą „melanie bonajo. Progresas / Regresas“. Jei leis oro sąlygos, ekskursiją pratęsime MO sodelyje ir susipažinsime su jame esančiomis skulptūromis bei daugiau sužinosime apie muziejaus aplinką. Iki susitikimo MO muziejuje!
Ekskursija MO muziejuje	MO muziejus, Pylimo 17, Vilnius	Spalio 7 d., 13 val.	Registracija būtina. Dalyvių skaičius 20 vienoje ekskursijoje. Registracija	Organizuoja MO muziejus Kviečiame į ekskursiją po MO muziejų, kurios metu susipažinsime su muziejaus istorija ir apžiūrėsime mažąją parodą „melanie bonajo. Progresas / Regresas“. Jei leis oro sąlygos, ekskursiją pratęsime MO sodelyje ir susipažinsime su jame esančiomis

			vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 609 83 764	skulptūromis bei daugiau sužinosime apie muziejaus aplinką. Iki susitikimo MO muziejuje!
Senjorų popietė- koncertas „Ir senjorai šoka tango“	Grigiškių kultūros centras	Spalio 1 d., 16 val.	-	Grigiškių bibliotekos senjorų savaitė „Senjorai žydi“ Bendras renginys kartu su Grigiškių kultūros centru
Edukacija senjorams „Gėlių bareljefas“	Grigiškių biblioteka Kovo 11- osios g. 28, Grigiškės	Spalio 2 d., 10 val.		
Edukacija senjorams „Gėlių bareljefas“	Grigiškių biblioteka Kovo 11- osios g. 28, Grigiškės	Spalio 5 d. 10 val.		
Edukacija senjorams „Gėlės iš karoliukų“	Grigiškių biblioteka Kovo 11- osios g. 28, Grigiškės	Spalio 6 d. 10 val.		
Edukacija senjorams „Piešimas ant vandens“	Grigiškių biblioteka Kovo 11- osios g. 28, Grigiškės	Spalio 7 d. 10 val.		
Edukacija senjorams „Bareljefo paveikslai“	Grigiškių biblioteka Kovo 11- osios g. 28, Grigiškės	Spalio 8 d. 13 val.		
Viso kūno mankšta	Justiniškių 62A, Vilnius. Vaikų ir jaunimo klubas „Lakštingala“, 2 aukštas, 3 kab.	Spalio 6 d. (antradieni s) 10:00 – 11:00	Registracija vykdoma iki lapkričio 10 d. tel. +370 676 16032 sandra.kavoliukait e@klubaslaksting ala.lt https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSce7afmC3vaZRiFVoug5zM0kQJBEzvWjf4yFw-tgTnl5C8KrQ/viewform	Organizuoja Vaikų ir jaunimo klubas „Lakštingala“ Vyksta 2 kartus per mėnesį. Mankšta senjorams – saugi ir pritaikyta veikla, stiprinanti raumenis, gerinanti pusiausvyrą ir padedanti ilgiau išlaikyti savarankiškumą. Užsiėmimų metu atliekami lengvi kvėpavimo, tempimo, jėgos pratimai ir mokomasi taisyklingų griuvimo technikų, kurios mažina traumų riziką ir suteikia daugiau pasitikėjimo kasdienėje veikloje. Rūpestis savo kūnu šiandien, kad judėjimas rytoj būtų lengvesnis ir saugesnis.

Knygų klubas	Justiniškių 62A, Vilnius. Vaikų ir jaunimo klubas „Lakštingala“, 2 aukštas, fojė.	Spalio 7 d., 12:00 – 13:00	Registracija vykdoma iki spalio 28 d. tel. +370 676 16032 sandra.kavoliukaitė@klubaslakstingala.lt https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSce7afmC3vaZRiFVoug5zM0kQJBEzvWjf4yFw-tgTnl5C8KrQ/viewform	Organizuoja Vaikų ir jaunimo klubas „Lakštingala“ Viso 4 susitikimai. Kviečiame į knygų klubą, kuriame skaitysime ir aptarsime knygą „365 įkvėpimai gyventi“ – ieškantiems vilties, ramybės ir šviesos savo kasdienėje kelionėje. Pirmojo susitikimo metu susipažinsime su knyga ir gausite ją dovanų, vėlesniuose susitikimuose skaitysime, dalinsimės įžvalgomis bei patirtimis, o paskutinį kartą – apibendrinsime ir aptarsime tai, kas labiausiai palietė.
Sambo treniruotė senjorams	V. Maciulevičiaus g. 51 sporto klube Arėjas	Spalio 2 d., 17.30 val.	Registracija vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 605 27590	Sambo treniruotė senjorams – treniruotėse atliekami apšilimo, bendro fizinio pasirengimo bei nesudėtingi sambo technikos pratimai.
Etnokultūrinės dirbtuvės. Sutartinės.	Balsių bendruomenės namai, adresas Žaliųjų ežerų g. 85	Rugsėjo 30 d., 18.30 val.	Registracija iki rugsėjo 29 d. Tel. +37069367836, el.p.zmoniuze@gmail.com	Organizuoja VšĮ Žmonių žemė Sutartinės – tai ne tik gražios melodijos, jų tikrasis grožis atsiskleidžia tada, kai jas giedame kartu. Tą akimirką pajuntame bendrystę, artumą ir ypatingą ryšį vieni su kitais. Klausytis sutartinių – gražu, tačiau giedoti jas drauge – visai kas kita. Balsai susilieja, o širdyse atsiranda daugiau šilumos ir džiaugsmo. Kviečiame patirti, kaip gera ne tik klausytis, bet ir pačiam tapti sutartinės dalimi!
Kompiuterinio raštingumo užsiėmimas „S kaitmeninis senjoras“	Socialinės ir emocinės komunikacijos centras Naujosios Vilnios	Spalio 7 d. 14.30 val.	Registracija iki spalio 6d.	Organizuoja Socialinės ir emocinės komunikacijos centras

	bibliotekos patalpose, Gerovės g. 1		Tel. +370 526 70 693, El. paštas naujoji@vcb.lt	
Edukacinis užsiėmimas kitakalbiamis senjorams. „Kalbu lietuviškai“		Spalio 7 d. 17 val.	Registracija iki spalio 6d. Tel. +370 526 70 693, El. paštas naujoji@vcb.lt	
Meno terapijos užsiėmimas „Mano gyvenimo spalvos“		Spalio 8 d. 17 val.	Vykdoma iki spalio 7 d. Tel. +370 526 70 693, El. paštas naujoji@vcb.lt	
Tautodailininkų paroda „Pirštinės“ ir edukacija senjorams.		Spalio 7 d. 17.30 val.	Vykdoma iki spalio 7 d. Tel. +370 526 70 693, El. paštas naujoji@vcb.lt	
Kartu per gyvenimo rudenį	Juozapavičiaus 10A, Vilnius	Spalio 5 d., 12 val.	Registracijos nėra, bus skelbiama likus savaitei iki renginio, galės dalyvauti visi norintys https://www.facebook.com/BendruomenesSniptiskiu	Organizuoja Šnipiškių bendruomenės centras Ansamblis „Šnipiškėčių balsai“ dainuos Šnipiškių bendruomenės centre. Programa sudaryta iš kelių dalių: iškilmingo atidarymo, kultūrinės/pramoginės dalies ir bendravimo prie arbatos. Iškilminga pradžia ir sveikinimai: Bendruomenės lyderių, svečių sveikinimo žodis.

			uomenesCentrasSnipiskiu	Padėkų/simbolinių atminimo dovanėlių teikimas aktyviausiems bendruomenės nariams. Kultūrinė ir pramoginė dalis: Muzikinis pasirodymas: Gyva muzika, liaudiškos muzikos ansamblis „Šnipiškėčių balsai“ atliks gerai žinomas, šiltas dainas, kurias visi gali dainuoti kartu. Jaukioji dalis (Arbatos popietė): Šilta arbata, kava ir rudeniniai pyragai. Laisvas bendravimas. Renginio eigos planas (3 val.)
Ryto mankštos	Verkių g. 31C, Vilnius (Ogmios miestas, Outlet Parkas, II aukštas, 19 durys Aikido SŪKURYS)	I, III, V nuo 9:30 val. II, IV nuo 10:30 val. Nemokamos mankštos vyksta iki gruodžio 31 d.	info@aikidosukurs.lt arba paskambinti +370 658 23380	Organizuoja Aikido SŪKURYS Ryto mankštos skirtos visiems. Specialaus fizinio pasirėngimo nereikia. Apranga: laisva sportinė, be sportinės avalynės su kojine. Turėti vandens gertuvę.
Užsiėmimai „Garsų kelionė į atsipalaidavimą-gongų terapija“	Vaikų ir jaunimo policijos klubas, Justiniškių g. 109A, Vilnius.	Spalio 8 d. 10 val.	Vykdoma iki spalio 6 d. Tel. +370 608 87725	Organizuoja VŠJ Fitonika Tai Tibeto dubenėlių ir gongų garsų vibracijos atsipalaidavimo seansas. Vibracijos padeda atsipalaiduoti, mažina stresą, taikomos kvėpavimo technikos padeda atsipalaiduoti „pabėgti“ nuo varginančių minčių, koncentruotis į esamą akimirką.
Refleksija ir bendravimo popietės „Prie arbatos puodelio ir sveikų užkandžių“		Spalio 8 d. 11 val.	Dalyvauja ta pati grupė -tęstinė užsiėmimo veikla	Organizuoja VŠJ Fitonika Po kiekvieno garsų atsipalaidavimo seanso organizuojamas teminis bendravimas ir sveikų užkandžių pasirinkimas.
Socialinė kampanija „Dėmesys jungia kartas“	Socialiniai tinklai. Informacija bus skelbiama: FB- https://www.facebook.com/vinvisuomenessveikatosbiuras	Preliminarios datos: Spalio 5, 7, 9 d.	Registracija nebus vykdoma.	Organizatorius Vilnius Sveikiau. Socialinė iniciatyva, skirta didinti visuomenės sąmoningumą apie senjorų emocinę sveikatą, vienišumą ir ryšio svarbą. Vilniečiai bus kviečiami pastebėti šalia esančius senjorus, skirti jiems dėmesio taip kuriant

	Ir Instagram adresas : @vilniussveikiau			gerumo grandinę visame mieste. Kartais net trumpas pokalbis, pasivaikščiojimas ar pagalbos gestas gali padėti senjorui pasijusti matomam ir reikalingam. Bus sukurti 3 įrašai.: • Vaizdo įrašas. Gyvenimas gali būti pilnas veiklų bet kuriame amžiuje. Šiame trumpame vaizdo įraše senjoras/-ė pasakoja apie veiklas, kurios suteikia džiaugsmo, prasmės ir bendrystės. Kviečiame atrasti, kad amžius nėra kliūtis judėti, bendrauti ir kurti pilnavertį gyvenimą. • Įrašas kaip atpažinti apie savižudybės riziką vyresniame amžiuje. Dažnai manoma, kad didžiausią savižudybės riziką patiria jaunimas, tačiau statistika rodo, kad ji ypač didelė tarp vyresnio amžiaus žmonių. Šiame įraše dalinamės frazėmis, kuriomis senjorai gali netiesiogiai išsakyti mintis apie savižudybę. Atpažinę šiuos signalus, galime laiku pastebėti pagalbos šauksmą ir nelikti abejingi. • Įrašas apie senjoro/-ės ir įtraukimą į veiklas. Skatinsime, pakviesti kaimyną, giminaitį ar pažįstamą senjorą į „Vilnius sveikiau“ ar kitas veiklas pvz: pasivaikščioti, nueiti į kiną, sudalyvauti bendruomenės renginyje ar tiesiog smagiai praleisti laiką kartu. Bus skelbiamas konkursas- kviesime pasidalinti nuotrauka ar trumpu pasakojimu, kaip paskatino senjorą/-ę prisijungti prie veiklos.
--	--	--	--	---

Senjorų avilio gimtadienio 7 gimtadienio koncertas	J. Kubiliaus g. 2	Spalio 1 d., 11 val.	Renginys be registracijos	Senjorų avilis - veiklų centras šiemet švenčia jau 7- tąjį gimtadienį . Kviečiame visus atvesti kartu.
Mokymai "Informacinis saugumas"	J. Kubiliaus g. 2	Spalio 1 d., 11 val	Renginys be registracijos	Mokymai padės įgyti daugiau pasitikėjimo, išvengti sukčiavimo grėsmių ir drąsiau naudotis elektroninėmis viešosiomis bei finansinėmis paslaugomis. Bus mokama kaip saugiai konsultuotis minėtais klausimais su dirbtiniu intelektu. Ką sužinosite ir išmoksitė? Saugiau naudotis elektronine bankininkyste ir mobiliąja banko programėle. Atpažinti dažniausiai pasitaikančias finansines apgaulės ir rizikingas situacijas. Planuoti ir valdyti asmeninį biudžetą skaitmeninėmis priemonėmis, suprasti taupymo ir investavimo pagrindus. Rasti informaciją apie priklausančias išmokas, mokesčių lengvatas ir viešąsias paslaugas internete. Bendrauti internetu saugiau ir atsakingiau. Atrasti patikimus mokymosi šaltinius internete ir toliau tobulėti savarankiškai.

Vilniaus r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos šventė „Gyvenimo melodija“	Draugystės g. 2, Valčiūnų k., Vilniaus r.	Spalio 1 d., 14.00 val.	Renginyje dalyvaus Juodšilių seniūnijos bendruomenės nariai, Socialinių paslaugų centro gyventojai ir dienos centro lankytojai.	Šventinis Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienos minėjimas. Renginio metu vyks koncertinė programa, aktyviausių senjorų pagerbimas ir apdovanojimai bei bendrystės vaišės. Renginį organizuoja Socialinių paslaugų centras. Dalyvauja Vilniaus rajono neįgaliųjų draugijos nariai ir LITPOLINVA atstovai.

Pažintinė išvyka į Trakus	Trakai	Spalio 2 d., 11.00 val.	Išvykoje dalyvaus Juodšilių seniūnijos bendruomenės nariai, Socialinių paslaugų centro gyventojai ir dienos centro lankytojai	Pažintinė išvyka į Trakus. Programoje – ekskursija po Trakų miestą, pasivaikščiojimas senamiestyje, plaukimas laivu Galvės ežere bei bendri pietūs. Renginį organizuoja Socialinių paslaugų centras.
Edukacinis užsiėmimas „Sveikas senėjimas – aktyvus gyvenimas“	Draugystės g. 2, Valčiūnų k., Vilniaus r	Spalio 5 d., 11.00 val.	Renginyje dalyvaus Juodšilių seniūnijos bendruomenės nariai, Socialinių paslaugų centro gyventojai ir dienos centro lankytojai	Edukacinis užsiėmimas senjorams apie sveiką gyvenseną, fizinį aktyvumą, emocinės sveikatos stiprinimą ir ligų prevenciją. Dalyviai turės galimybę išklausti specialistų paskaitą, gauti individualias konsultacijas bei praktinių patarimų, kaip išsaugoti gerą savijautą, stiprinti sveikatą ir gerinti gyvenimo kokybę. Renginį organizuoja Socialinių paslaugų centras kartu su Visuomenės sveikatos biuru.
Pažintinė išvyka į Perlinių danielių parką	Pušyno g. 19, Aleksandruvkos k., Kaišiadorių r.	Spalio 6 d., 9.30 val.	Išvykoje dalyvaus Juodšilių seniūnijos bendruomenės nariai, Socialinių paslaugų centro gyventojai ir dienos centro lankytojai	Pažintinė išvyka į Perlinių danielių parką. Programoje – ekskursija po parką, pažintis su danieliais ir kitais gyvūnais, pasivaikščiojimas gamtos apsuptyje bei jaukus laikas bendravimui. Išvykos metu dalyviai turės galimybę pasigrožėti gamta, daugiau sužinoti apie parke gyvenančius gyvūnus ir prasmingai praleisti laiką kartu. Renginį organizuoja Socialinių paslaugų centras.
Edukacinė išvyka į Vladislavo Sirokomlės muziejų	Sirokomlės g. 5, Bareikiškės., LT-13176, Vilniaus r.	Spalio 7 d., 10.00 val.	Renginyje dalyvaus Juodšilių seniūnijos bendruomenės nariai, Socialinių paslaugų centro	Edukacinė išvyka į Vladislavo Sirokomlės muziejų. Programoje – ekskursija po muziejų, supažindinanti su poeto Vladislavo Sirokomlės gyvenimu, kūryba ir XIX a. dvaro buitimi. Dalyviai turės galimybę susipažinti su muziejaus ekspozicija bei dalyvauti

			gyventojai ir dienos centro lankytojai	audimo edukacijoje, kurios metu susipažins su tradiciniais audimo amatais ir išbandys šio amato subtilybes. Renginį organizuoja Socialinių paslaugų centras kartu su Vladislavo Sirokomlės muziejumi.
„Iš širdies į širdį“ koncertas	Kuosinės socialinės globos namai Didžiosios Kuosinės g. 20, Didžiosios Kuosinės k., Vilniaus r. sav.	Spalio 1 d., (ketvirtadienis), 10 val. (preliminarus laikas)	Renginyje dalyvaus Kuosinės socialinės globos namų gyventojai.	Koncertas organizuojamas kiekvienais metais, siekiant paminėti Tarptautinę pagyvenusių žmonių dieną. Po koncerto šventės dalyviai kviečiami prie vaišių stalo. Vaišių stalą organizuoja globos namai. Koncertą organizuoja Šumsko pagrindinės mokyklos mokiniai ir V. Sirokomlės muziejus.
„Saldus gyvenimas“	Kuosinės socialinės globos namai Didžiosios Kuosinės g. 20, Didžiosios Kuosinės k., Vilniaus r. sav.	Spalio 2 d., (penktadienis), 10.00 val.	Renginyje dalyvaus Kuosinės socialinės globos namų gyventojai.	Globos namų gyventojai rinksis į kvepiančią rudeninę edukaciją – obuolių pyragų kepimą. Renginio dalyviai patys rinks obuolius iš globos namų teritorijoje augančių obelių, o vėliau kibs į gamybos procesą. Ši veikla padovanos ne tik gardžių skanumynų, bet ir bendrystės džiaugsmą bei šiltus prisiminimus.
„Molio magija“	Kuosinės socialinės globos namai Didžiosios Kuosinės g. 20, Didžiosios Kuosinės k., Vilniaus r. sav.	Spalio 5 d., (pirmadienis), 10.00 val.	Renginyje dalyvaus Kuosinės socialinės globos namų gyventojai.	Globos namų gyventojai rinksis į kūrybišką ir šiltą susitikimą su keramike Vida Juškaite. Susitikimo metu dalyviai pažins molio paslaptis ir savo rankomis kurs unikalius papuošalus. Ši edukacija taps puikia proga saviraiškai, bendrystei, smulkiosios motorikos lavinimui ir jaukiam laiko leidimui kartu.
„Nuo filmo ekrano iki vilnos gijos“	Kuosinės socialinės globos namai Didžiosios Kuosinės g. 20, Didžiosios Kuosinės k., Vilniaus r. sav.	Spalio 6 d., (antradienis), 10.00 val.	Renginyje dalyvaus Kuosinės socialinės globos namų gyventojai.	Renginys prasideda vaizdinga filmo peržiūra: dideliame ekrane atgyja pasakojimas apie avis, jų gyvenimo ritmą ir teikiamą dovaną – šiltą vilną. Po peržiūros dalyviai perkelia patirtus įspūdžius į praktinę veiklą ir patys kuria iš vilnos siūlų. Užsiėmimą organizuoja virtuali biblioteka ELVIS, pritaikyta žmonėms, negalintiems skaityti įprasto spausdinto teksto.

„Senjorų savaitės akordas Belmonte“	Belmonto g. 17, Vilnius	Spalio 8 d., Išvykstame 10.00 val.	Renginyje dalyvaus Kuosinės socialinės globos namų gyventojai.	Senjorų savaitę vainikuos išvyka į vaizdingąjį Belmontą. Gyventojai gėrėsis rudenėjančia gamta, klausysis užtvankos šniokštimo ir leis laiką jaukioje aplinkoje. Ši kelionė taps puikiu šventinės savaitės akcentu, padovanosiančiu daug šiltų akimirų, šypsenų ir bendrystės džiaugsmo.
Išvyka į kino teatrą „Kinas sujungia kartas“	Kino teatras „Multikino“, prekybos ir pramogų centras „Ozas“, Ozo g. 18, Vilnius	Spalio 2 d., 12.00 val.	Renginyje dalyvaus Paberžės socialinės globos namų ir vietos bendruomenės vyresnio amžiaus žmonės.	Globos namų gyventojų ir vietos bendruomenės vyresnio amžiaus žmonių kino popietė. Prieš seansą susitikimas prie arbatos puodelio, po seanso įspūdžių aptarimas. Konkretus filmas bus parenkamas artėjant renginiui, pagal pačių dalyvių pageidavimus. Kino salės pritaikytos judėjimo negalią turintiems žmonėms. Organizuoja Paberžės socialinės globos namai.
Pažintinė išvyka „Dvaro laikų prisiminimai“ į Glitiškių dvarą	Glitiškių dvaras, Liepų al. 1, Glitiškės, Vilniaus r.	Spalio 7 d., 10.00 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 699 94262	Išvyka į XIX a. Jelenskių giminės neogotikinius rūmus, kuriuose šiandien veikia muziejus, biblioteka ir kultūros centras. Numatyta ekskursija po atnaujintus dvaro rūmus, pasivaikščiojimas senajame parke prie šimtamečio Glitiškių ąžuolo ir arbatos popietė su prisiminimų valanda. Maršrutas pritaikytas vyresnio amžiaus žmonėms. Organizuoja Paberžės socialinės globos namai.
Išvyka į Glitiškių dvarą „Žingsniai per laiką“	Glitiškių dvaras, Liepų al. 1, Glitiškės, Vilniaus r.	Spalio 1 d., 11.00 val.	Registracija nevykdoma, dalyvaujama pagal kvietimą	Nemenčinės kultūros centro Glitiškių skyrius kviečia į renginį, skirtą Tarptautinei pagyvenusių žmonių dienai paminėti.
Imuniteto stiprinimo dirbtuvės	Juodšilių seniūnijos bendruomenės socialinių paslaugų centras (adresas Draugystės g. 2, Valčiūnų k., Juodšilių sen., Vilniaus r.)	Spalio 5 d. 11.00–13.00 val.		Interaktyvus užsiėmimas senjorams, kuriame aptarsime kasdienius įpročius, svarbius normaliai imuninės sistemos veiklai: mitybą, fizinį aktyvumą, miegą, poilsį ir socialinį ryšį. Dalyviai atliks praktines užduotis, dalsysis savo patirtimi ir idėjomis bei patys susikurs maistingą rudens užkandį.

	NKC Sužionių padalinys (adresas Žalioji g. 4, Sužionių k., Vilniaus r.)	Spalio 7 d. 19.00–20.30 val.	Registracija bus vykdoma iš anksto, užpildant elektroninę registracijos formą arba telefonu.	Užsiėmimas apie mitybos svarbą normaliai imuninės sistemos veiklai. Paskaitos metu aptarsime svarbiausius kasdienės mitybos principus, imunitetui reikšmingas maistines medžiagas ir praktiškus maisto pasirinkimus. Užsiėmimo pabaigoje dalyviai praktiškai išbandys paprastą, maistingą užkandžio idėją, kurią galės lengvai pasigaminti ir namuose.
Proto mankšta	NKC Buivydžių padalinys (adresas Bažnyčios g. 2, Buivydžių k., Vilniaus r.)	Spalio 1 d. 14.00–15.30 val.	Registracija bus vykdoma iš anksto, užpildant elektroninę registracijos formą arba telefonu.	Pažintinius gebėjimus aktyvinantis užsiėmimas senjorams, skirtas atminčiai, dėmesiui, mąstymui ir kūrybiškumui lavinti. Užsiėmimo metu dalyviai atliks įvairias praktines ir žaidybines užduotis, spręs galvosūkius, dirbs individualiai bei grupėse. Veiklos bus orientuotos ne tik į protinį aktyvumą, bet ir į bendravimą, bendradarbiavimą bei socialinio ryšio stiprinimą.
Popietė prie arbatos: žodžiai ir gyvenimo patirtys	Vilniaus rajono visuomenės sveikatos biuras (Ožiarūčių g. 3 Avižienių sen., Vilniaus r.)	Spalio 6 d. 12.30–14.00 val.	Registracija bus vykdoma iš anksto, užpildant elektroninę registracijos formą arba telefonu.	Biblioterapijos elementais paremtas užsiėmimas senjorams, kviečiantis per literatūros tekstą sustoti, pamąstyti ir pasidalyti savo mintimis bei patirtimi. Užsiėmimo metu bus skaitoma trumpa pasirinkto kūrinio ištrauka, aptariamos joje keliamos temos, jausmai ir gyvenimiškos situacijos, atliekamos trumpos refleksinės užduotys. Veikla skirta savęs pažinimui, emocinei gerovei, prasmingam bendravimui ir tarpusavio ryšio stiprinimui.
Lengvesniam judėjimui: mobilumo pratimai namuose	Pasieniečių mokykla (Pasieniečių g. 11, Medininkai, Vilniaus r.)	Spalio 8 d. 14.00–15.30 val.	Registracija bus vykdoma iš anksto, užpildant elektroninę registracijos formą arba telefonu.	Praktinis užsiėmimas senjorams, kurio metu fizinio aktyvumo specialistas parodys paprastus mobilumo, pusiausvyros ir judrumo pratimus. Dalyviai išmoks juos saugiai atlikti ir galės savarankiškai kartoti namuose pagal savo galimybes.

„Mūsų jaunystės istorijos“	Vilniaus rajono savivaldybės Centrinė biblioteka, Gamyklos 20A, Rudamina, Vilniaus r.	Spalio 6 d. 10:00 val.	Be registracijos	Popietė senjorams
Kompiuterinio raštingumo mokymai	Vilniaus rajono savivaldybės Centrinė biblioteka, Gamyklos 20A, Rudamina, Vilniaus r.	Spalio 8 d. 10:00 val.	Be registracijos	
„Džiaugsmo akordai“	Vilniaus r. Nemenčinės vaikų lopšelis – darželis „100 spalvų“ skyrius Rudausių daugiafunkcis centras (adresu Sklėriškių g. 14, Rudausiai)	Spalio 1 d. 17.00 val.	Registracija bus vykdoma telefonu ir el. paštu iki š. m. rugsėjo 28 d.	Rudens vakaronė su dainomis ir žaidimais senjorams. Organizatoriai: VRSCB Rudausių struktūrinis padalinys Vilniaus r. Nemenčinės vaikų lopšelis – darželis „100 spalvų“ skyrius Rudausių daugiafunkcis centras
„Nesvarbu, kad sodai rudenį nežydi“	VRSCB Mažųjų Lygainių struktūrinis padalinys. Ilgučio g. 4, Mažųjų Lygainių k., Vilniaus r. sav.	Spalio 1 d. 15:00 val.	Be registracijos	Popietė senjorams. Renginys skirtas Tarptautinės pagyvenusių žmonių dienai ir Vietos savivaldos dienai. Susitikime su Pagirių seniūnijos senjorais dalyvauja Pagirių seniūnijos darbuotojai ir poetas Edmont Wołochowicz.
„Antras daiktų gyvenimas“	VRSCB Sužionių struktūrinis padalinys Žalioji g. 4, Sužionių k, Vilniaus r.	Spalio 2 d. 15:00 val.	Be registracijos	Kūrybinė popietė senjorams, mieli darbeliai savo rankomis.
„Arbata su prisiminimų prieskoniu“.Šilta popietė ir jaukūs pokalbiai, skirti Senjorų dienai paminėti.	VRSCB Skirlėnų struktūrinis padalinys Skirlėnų g. 4, Skirlėnų k., Vilniaus r.	Spalio 2 d. 15:30 val.	Be registracijos	Popietė
„Šildantys žodžiai...“	VRSCB Kabiškių struktūrinis padalinys Nemenčinės g. 6, Didžiųjų Kabiškių k., Vilniaus r.	Spalio 2 d. 14:00 val.	Be registracijos	Popietė senjorams
„Muzika, kuri grąžina į jaunystę“	VRSCB Glitiškių struktūrinis padalinys Liepų alėja 1, Glitiškių k., Vilniaus r.	Spalio 3 d. 13:00 val.	Be registracijos	Jauki popietė senjorams su poezija, dainomis.

„Prisiminimai apie kaimą: nuo praeities iki dabarties“	VRSCB Veriškių struktūrinis padalinys Dvarietės g. 10, Veriškių k., Vilniaus r.	Spalio 3 d. 14:00 val.	Be registracijos	Renginys, skirtas kaimo bendruomenei, taip pat ir senjorams
„Širdimi – visada mokytojas“	VRSCB Medininkų struktūrinis padalinys Medaus g. 12, Medininkų k., Vilniaus r.	Spalio 3 d. 14:00 val.	Registracija nebus skelbiama, bus išsiųsti kvietimai.	Popietė/susitikimas su buvusios Medininkų gimnazijos mokytojais senjorais.
„Aukso amžius“	VRSCB Nemėžio struktūrinis padalinys V. Sirokomlės g. 8, Nemėžis, Vilniaus r.	Spalio 5 d. 15:00 val.	Be registracijos	Popietė senjorams

Visagino m.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Tarptautinių monospektaklių „Atspindys“ fotoparoda	Visagino kultūros centras, „Draugystės“ parodų salė, Parko g. 7	Spalio mėn.	-	Visagino kultūros centras
Edukacija „Rudens šiluma“	Visagino viešoji biblioteka (Taikos pr. 52)	Bus paskelbta FB Visagino viešoji biblioteka ir www.visaginobiblioteka.lt prieš savaitę	Registracija tel. 038670739	Edukacija „Rudens šiluma“
Kompiuterinio raštingumo mokymai „El. paštas: nuo A iki Ž“	Visagino viešosios bibliotekos filialas (Sedulinos al.14/3)	Spalio 1 d. 11-13 val.	-	Kompiuterinio raštingumo mokymai „El. paštas: nuo A iki Ž“
Kūrybinis užsiėmimas „Iš širdies ir gamtos: rudens paveikslai“	Visagino viešosios bibliotekos filialas (Sedulinos al.14/3)	Spalio 3 d. 17-18.30 val.	Registracija tel.038674714	Kūrybinis užsiėmimas „Iš širdies ir gamtos: rudens paveikslai“
Fizinis aktyvumas	Taikos pr. 15, 8 aukštas, Visaginas	Spalio 2 d., 8.30 val. ir 10.00 val. Daugiau informacijos Bus skelbiama www.rsveikata.lt	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 619 52 289	Fizinio aktyvumo užsiėmimai vyresnio amžiaus žmonėms, kurio metu atliekami lengvo intensyvumo pratimai, skirti gerinti judėjimo funkciją, pusiausvyrą, lankstumą ir bendrą savijautą.

		likus savaitei iki renginio pradžios		
Atsipalaidavimo ir relaksacijos užsiėmimas	Taikos pr. 15, 8 aukštas, Visaginas	Spalio 5 d., 9.00 val. Daugiau informacijos bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 619 52 289	Vyresnio amžiaus žmonėms skirtas atsipalaidavimo užsiėmimas, kurio metu atliekami kvėpavimo ir relaksacijos pratimai, padedantys mažinti įtampą, atsipalaiduoti ir gerinti emocinę savijautą.
Šiaurietiškas ėjimas	Taikos pr. 15, 8 aukštas, Visaginas	Spalio 6 d., 9.00 val. Daugiau informacijos bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 619 52 289	Organizuojamas šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimas vyresnio amžiaus žmonėms. Dalyviai supažindinami su taisyklinga ėjimo technika ir atlieka fizinius pratimus gryname ore, skatinančius fizinį aktyvumą ir gerą savijautą.
Fizinis aktyvumas	Taikos pr. 15, 8 aukštas, Visaginas	Spalio 7 d., 8.30 val. ir 10.00 val. Daugiau informacijos bus skelbiama www.rsveikata.lt likus savaitei iki renginio pradžios	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 619 52 289	Fizinio aktyvumo užsiėmimai vyresnio amžiaus žmonėms, kurio metu atliekami lengvo intensyvumo pratimai, skirti gerinti judėjimo funkciją, pusiausvyrą, lankstumą ir bendrą savijautą.
Senjorų sveikatingumo savaitė (praktiniai užsėmimai, paskaitos)	Vilties g. 1, Visaginas	Spalio 1 - 8 10.00-12.00	-	Visagino socialinių paslaugų centro Bendruomenės skyrius ir senjorų nevyriausybinės organizacijos.
Pyragų ir rudens gėrybių šventė „Su šypsena į rudenį“, skirta Pagyvenusių žmonių dienai.	Vilties g. 1, Visaginas	Spalio 2 d 12.00 val.	-	Visagino socialinių paslaugų centro Bendruomenės skyrius ir senjorų nevyriausybinės organizacijos.
Šachmatų vakaras senjorams „Seneliai prieš anūkus“	II aukštas Veteranų g. 5, Visaginas	Spalio 2 d. 17:00–19:00 val.	Registracija nevykdoma – dalyvavimas	Susitikimo metu trumpai papasakosime apie Visagino šachmatų klubo istoriją nuo 1978 metų, jo veiklą. Dalyvių lauks įdomus šachmatų seansas –

			laisvas ir nemokamas. Informacija tel. +370 686 05983	vienas klubo žaidėjas vienu metu žais prieš kelis senjorus. Smagi renginio dalis – draugiškos partijos „Seneliai prieš anūkus“, kuriose senjorai galės susitikti prie šachmatų lentos su jaunaisiais klubo šachmatininkais.
Mineralų kolekcijos ir fotografijų paroda „Skaitant Visagino akmenis arba Mineralia in terra“	Visagino miesto muziejus, Atgimimo al. 23 Visaginas	Spalio 2, 7 d., 12:00 val.	-	Susitikimas su kolekcininku Andrejumi Safronovu mineralų kolekcijos ir fotografijų parodoje „Skaitant Visagino akmenis arba Mineralia in terra“.
Paroda „Bandymas pavadinti“	Visagino miesto muziejus, Atgimimo al. 23 Visaginas	Spalio 3,4 d., 12:00 val.	-	Susitikimas su dailininku Andriumi Leonu Bursovu jo personalinėje parodoje „Bandymas pavadinti“.
Kūrybinis užsiėmimas „Iš širdies ir gamtos: rudens paveikslai“	Visagino viešosios bibliotekos filialas Sedulinos al.14/3, Visaginas	Spalio 3 d. 17:00-18.30 val.	Būtina išankstinė registracija tel. +370 386 74 714	-
Kavos ir diskusijų popietė „Ko norėtume mokytis toliau?“	Visagino švietimo pagalbos tarnyba, Draugystės 12, Visaginas	Spalio 6 d., 13 val.	Vykdoma iki rugsėjo 30 d. tel. +370 695 01259	Neformalus senjorų susitikimas su Visagino neformaliojo suaugusiųjų švietimo koordinatoriumi ir neformaliojo suaugusiųjų švietimo tiekėjų atstovais, skirtas padiskutuoti apie mokymosi poreikius, dominančias temas ir idėjas būsimiems kursams bei mokymams.
Edukacinė programa „Spalvotas laikas kartu“	Visagino edukacijų centras, Sedulinos al. 49, Visaginas	Spalio 7 d. 11.00 val.	Vykdoma iki 2026 m. spalio 2 dienos Tel. +37064488739	-
Kavos ir diskusijų popietė „Ko norėtume mokytis toliau?“	Visagino švietimo pagalbos tarnyba, Draugystės 12, Visaginas	Spalio 8 d., 13:00 val.	Būtina išankstinė registracija tel. +370 695 01259 Vykdoma iki rugsėjo 30 d.	Neformalus senjorų susitikimas su Visagino neformaliojo suaugusiųjų švietimo koordinatoriumi ir neformaliojo suaugusiųjų švietimo tiekėjų atstovais, skirtas padiskutuoti apie mokymosi poreikius, dominančias temas ir idėjas būsimiems kursams bei mokymams.

Tarptautinis monospektaklių festivalis „Atspindys“	Visagino kultūros centras „Draugystė“, Parko g. 7, Visaginas, Visagino kultūros centro salė „Sedulinos“, Vilties g. 5	Spalio 8,9 d.	-	Tarptautinis monospektaklių festivalis „Atspindys“ kviečia vyresnio amžiaus žmones pasimėgauti ypatinga teatro patirtimi ir pasinaudoti lengvatinėmis bilietų kaina.
Edukacija „Rudens šiluma“	Visagino viešoji biblioteka (Taikos pr. 52, Visaginas)	Bus paskelbta FB Visagino viešoji biblioteka ir www.visaginobiblioteka.lt prieš savaitę	Būtina išankstinė registracija tel. +370 386 70 739	-
„Mokinys moko senjorą“	Visagino Draugystės progimnazija 211k.	Spalio 1 d. 10.50-11.35 val.	El.paštas stepone72@gmail.com Iki 09-25	Veiklą organizuoja Mokinių savivalda. Pamokos metu mokiniai supažindins senjorus su šiuolaikinio jaunimo vartojamais žodžiais ir posakiais, paaiškins jų reikšmes bei vartojimą kasdienėje kalboje. Veiklos tikslas – skatinti kartų bendravimą, tarpusavio supratimą ir dalijimąsi patirtimi.
„Atspėk dainą“	Visagino Draugystės progimnazija 211k.	Spalio 6 d. 9.50-10.35 val.		Muzikinė veikla, kurią organizuoja Mokinių savivalda. Dalyviams bus atliekamos arba skambės kelios dainos natos, pagal kurias reikės atspėti dainos pavadinimą arba atpažinti, iš kokio kino filmo ji yra. Veikla skirta muzikiniam smalsumui, atminčiai ir bendravimui skatinti.
„Ką reiškia sveikas gyvenimo būdas?“	Visagino Draugystės progimnazija 211k.	Spalio 6 d. 10.50-11.35 val.		Edukacinę veiklą organizuoja Mokinių savivalda. Mokiniai kartu aptars, ką reiškia sveikas gyvenimo būdas: subalansuotą mitybą, pakankamą fizinį aktyvumą, tinkamą poilsį ir miegą, darbo bei poilsio režimą. Dalyviai diskutuos, kaip kasdieniai pasirinkimai gali padėti išsaugoti gerą savijautą ir sveikatą.
„Prisiminkime jaunystę“	Visagino Draugystės progimnazija 211k.	Spalio 7 d. 13.40-14.25 val.		dalyviai pasakoja apie mėgstamiausius vaikystės žaidimus, dainas ir laisvalaikį.

Zarasų r. sav.

Renginio pavadinimas	Vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Senjorų šokvakaris su kultūros centro tradicinės muzikos kapela „Čir-vir-vyrai“	Zarasų kultūros centras	Spalio 2 d. 18 val.	-	Koncertas ir šokvakaris su kultūros centro tradicinės muzikos kapela „Čir-vir-vyrai“
Tarptautinės pagyvenusiųjų žmonių dienos minėjimas – koncertas	Avilių kultūros skyrius	Spalio 3 d. 14 val.	-	Smalvų liaudiškos muzikos kapelos „Smazai“ koncertas
Tarptautinės pagyvenusiųjų žmonių dienos minėjimas	Turmanto teritorinis skyrius	Spalio 3 d. 17 val.	-	Kupiškio kultūros centro Suvbačiaus padalinio kapela „Ciongas“. Koncertas ir šokių vakaras.
Meno dirbtuvės – paveikslų gamyba panaudojant vilną.	Turmanto teritorinis skyrius	Spalio 6 d. 14 val.	-	Meno dirbtuvės organizuojamos kiekvieną savaitę.
Mankšta senjorams	Turmanto teritorinis skyrius	2026-10-07 11 val.		Mankštą ves sporto trenerė Vida Memliukienė.
Atvirų durų diena	Zarasų socialinės globos namai, Aušros g.18B, Zarasai	Spalio 2 d., 10 val.-14 val.	-	Zarasų socialinės globos namai supažindins su savo veikla, užimtumo formomis, organizuos ekskursiją po globos namų teritoriją, parengs koncertą, susitikimą su globos namų gyventojais.
Sveikatingumo cignas	Zarasų sporto centras, P. Širvio g. 7, II a.	Spalio 7 d., 19 val.	-	Sporto trenerė Vida Memliukienė. Sveikatingumo cignas – tai švelni sveikatinimo praktika, jungianti lėtus judesius, kvėpavimą ir atsipalaidavimą. Užsiėmimas skirtas gerai savijautai, kūno lankstumui, pusiausvyrai ir emocinei ramybei stiprinti.
Senjorų mankšta	Malūno g. 2, II a. salė, Zarasai	Spalio 6 d. 12 val.	-	Zarasų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Senjorų turas	Bus skelbiama http://zarasuvsb.lt/ likus savaitei iki renginio pradžios	Tiksli data ir laikas bus skelbiami http://zarasuvsb.lt/ likus savaitei iki renginio pradžios	El. paštu rosita.gurskaja@policija.lt arba telefonu +370 683 96 756	Utenos apskrities VPK Zarasų rajono policijos komisariato bendruomenės pareigūnai kartu su partneriais. „Senjorų turas“ – aktyvus ir informatyvus renginys senjorams, kuriame atliekamos įvairios praktinės bei pažintinės

				užduotys, stiprinamos saugaus elgesio, sveikatos ir civilinės saugos žinios.
Grybų vėlimo edukacija su menininke Virginija Knowles	Zarasų rajono savivaldybės viešoji biblioteka, D. Bukonto g. 20, Zarasai (renginių salė)	2026 m. spalio 1 d. 11 val.	Išankstinė registracija (iki 12 asmenų) telefonu 0 385 52386 iki 2026 09 30 imtinai.	Bibliotekoje įkurta Vilnoniukų erdvė, kurioje savanoriauja sertifikuota tautodailininkė Virginija.
Zarasų rajono savivaldybės viešosios bibliotekos suaugusių teatro „Juodai balta“ spektaklis Žaliaduonių gegužė“	Zarasų kultūros centras	2026 m. spalio 2 d. 17 val.		
Interaktyvi edukacija „Baltų mitologijos keliais“	Zarasų rajono savivaldybės viešoji biblioteka, D. Bukonto g. 20, Zarasai (Edukacinė erdvė)	2026 m. spalio 1–2 d. nuo 14 val.	-	
Popietė „Gyvenimas kaip puodelis arbatos“	Baibių biblioteka	Spalio 1 d. 13 val.	-	Zarasų rajono savivaldybės viešoji biblioteka Baibių padalinys, Utenos g. 2, Baibių k., Zarasų r.
Knygų paroda „Judėk, džiaukis, gyvenk!“	Imbrado biblioteka	Spalio 1 – 17 d.	-	Zarasų rajono savivaldybės viešoji biblioteka Imbrado padalinys, Ežero g. 5, Imbrado km., Zarasų r.
Popietė senjorams „Susitikim. Prisiminkim“	Samanių biblioteka	Spalio 1 d. 14 val.	-	Zarasų rajono savivaldybės viešoji biblioteka Samanių padalinys, Beržų g. 4, Samanių km., Zarasų r.
Viktorina „Ar prisimenat?“	Zarasų rajono socialinių paslaugų centras	Spalio 2d., 10 val.	-	Viktorina apie Lietuvą, dainas, patarles vyresnio amžiaus gali būti ne tik smagi pramoga, bet ir prasminga socialinė bei pažintinė veikla. Ypač vertinga tai, kad klausimai apie Lietuvos istoriją, miestus, tradicijas, kultūrą ar žymius žmones dažnai susiję su pačių asmenų gyvenimo patirtimi. Atsakinėjant į klausimus tenka prisiminti faktus, vardus, datas, vietas, susieti skirtingą informaciją.

				Kognityvinės veiklos vyresniame amžiuje gali padėti palaikyti aktyvų dėmesį, mąstymą ir mokymąsi.
--	--	--	--	---

Vyresnio amžiaus žmonių savaitės renginiai „Aš ir draugė (-as) bibliotekoje“ Nacionalinėje bibliotekoje

Spalio 2 d. programa

Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, Gedimino pr. 51, Vilnius.

10.00-11.00 val. Ekskursija „Pažink kitokią biblioteką“ (reikalinga registracija, tel. +370 5 249 7028)

11.00-12.00 val. Edukacija apie pianolą.

13.00-14.00 val. Pažintinė veikla „Muzikinė geografija: Pietų Europa“.

11.00-13.00 val. Stalo žaidimų pertraukėlė „Klasika, žinių labirintai ar laiminga ranka: žaidžiame visi!“.

14.30-16.30 val. „Nuotraukų albumas“: poezijos skaitymai ir dirbtuvės.

15.00-16.00 val. Ekskursija „Pažink kitokią biblioteką“ (reikalinga registracija, tel. +370 5 249 7028).

15.00-17.00 val. Stalo žaidimų pertraukėlė „Klasika, žinių labirintai ar laiminga ranka: žaidžiame visi!“

17.00-18.00 val. Birštono vienkiemio teatro spektaklis, E. Mikulėnaitė „Visada tas pats“, režisierė Beata Krupskienė.

18.30-19.30 Koncertas *Meilės laiškas*. Koncertuoja Vilniaus mokytojų namų romansų ansamblis *Juodoji rožė*, vadovė Irena Belickienė.

Vilniaus žydų viešoji biblioteka, Gedimino pr. 24, Vilnius

13.00-13:45 val. Izraelietiški šokiai.

14.00-15.30 val. Protmūšis apie žydišką Vilnių.

16.00-16.30 val. Paroda „Žydiškos vestuvės“.

Daugiau informacijos: <https://www.lnb.lt/renginiai>

Lietuvos nacionalinio dailės muziejaus renginių programa

Renginio pavadinimas	Renginio vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Ekskursija po parodą „Jurgio Mikševičiaus pasauliai“	LNDM Prano Domšaičio galerija, Liepų g. 33, Klaipėda	Spalio 1 d. 16 val.	tel. +370 46 410 421 arba el. paštu domsaicio.edukacija@lndm.lt	
Edukacija „Sumijė – japonų tapybos menas“	LNDM Prano Domšaičio galerija, Liepų g. 33, Klaipėda	Spalio 2 d. 16 val.	tel. +370 46 410 421 arba el. paštu domsaicio.edukacija@lndm.lt	
Edukacija „Batikos raštai“	LNDM Prano Domšaičio galerija, Liepų g. 33, Klaipėda	Spalio 6 d. 16 val.	tel. +370 46 410 421 arba el. paštu domsaicio.edukacija@lndm.lt	
Ekskursija po Žilvino Landzbergo kūrybos parodą „Pasakyk man savo vardą Sese“	LNDM Prano Domšaičio galerija, Liepų g. 33, Klaipėda	Spalio 7 d. 16 val.	tel. +370 46 410 421 arba el. paštu domsaicio.edukacija@lndm.lt	
Edukacija „Augalo įspaudas“	LNDM Prano Domšaičio galerija, Liepų g. 33, Klaipėda	Spalio 8 d. 16 val.	tel. +370 46 410 421 arba el. paštu domsaicio.edukacija@lndm.lt	
Edukacija Restauratoriaus kurtėje „Baldų dirbtuvės pas restauratorių“	LNDM Prano Gudyno restauravimo centras	Spalio 5 d. 15 val.	Vykdoma iki susidarys pilna grupė (12 žmonių). Registracija tel. +37065855195 arba el. P. martynas.ceponas@lndm.lt	Edukaciją ves meninių baldų restauratorius Lukas Rakauskas. Veiklos metu kviesime pasižvalgyti į istorinius baldus iš arčiau. Kalbėsime apie baldų istoriją, vertę išduodančius požymius bei dažniausius pažeidimus. Sužinosite, kada galite imtis prevencinių priemonių patys, o kada reikia kreiptis pas restauratorių.
Ekskursija „Po restauravimo centro dirbtuves“	LNDM Prano Gudyno restauravimo centras	Spalio 6 d. 13 val.	Vykdoma iki susidarys pilna grupė (15 žmonių). Registracija tel. +37065855195 arba el. P. martynas.ceponas@lndm.lt	Ekskursijoje po restauravimo centro dirbtuves susipažinsite su molbertinės tapybos, polichrominių medinių skulptūrų bei keramikos dirbtuvėmis. Sužinosite, kaip atrodo specialisto

				diena, kokie kultūros paveldo objektai atvyksta į „meno kūrybinių ligoninę“ bei su kokiais iššūkiais susiduria restauratoriai profesionalai.
Edukacija Restauratoriaus kurtėje „Margaspalvė viduramžių apyranke“	LNDM Prano Gudyno restauravimo centras	Spalio 7 d. 15 val.	Vykdoma iki susidarys pilna grupė (12 žmonių). Registracija tel. +37065855195 arba el. p. martynas.ceponas@lndm.lt	Edukaciją ves archeologinių radinių restauratorius dr. Arūnas Puškorius. Jis papasakos apie Lietuvos archeologinius odinius radinius, parodys pagal juos pagamintas unikalias rekonstrukcijas. Išmoksite pinti odą Viduramžių epochos stiliumi ir pasigaminsite unikalią pintą apyranke.
Andriaus Ermino autorinės parodos lankymas-ekskursija	Palangos gintaro muziejus	Rugsėjo 30 d. (trečiadienis) 11.00 val.	Be registracijos	Informacija tel. 046030314 Rinktis rūmų hole, prie kasos.
Lietuvos Raudonasis Kryžius pristato: „Rūpestis savimi – pirmasis žingsnis į atsparumą gyvenimo iššūkiams“	Palangos gintaro muziejus	Rugsėjo 30 d. (trečiadienis) 12.00 val.	Be registracijos	Temą pristatys LRK psichologė Beata Pučinskaitė Ragauskė.
Trumpa ekskursija ir žaidimas „Pažinkime plačią Tiškevičių giminę“	Palangos gintaro muziejus	Spalio 1 d. 14 val.	Be registracijos	Informacija tel. 046030314 Rinktis rūmų hole, prie kasos. Esant geram orui, ekskursiją pradėsime lauke. Lankytojai sužinos apie rūmų statymo ir parko įrengimo aplinkybes, rūmų architektūrą ir simbolius. Vėliau ekskursija tęsis rūmų salonuose. Ekskursantai pažins Palangos Tiškevičių giminę ir rūmų paslaptis.
Ekskursija po Laikrodžių muziejaus ekspoziciją „Laikrodžių konstrukcijų istorija ir laikrodžių formų raida nuo renesanso stiliaus iki moderno“	LNDM Laikrodžių muziejus	Spalio 1 d. 14 val.	Registracija tel. +370 46 410 413 arba el. P. laikrodziu.muziejus@lndm.lt	

Kūrybinės laikrodžių gamybos dirbtuvės	LNDM Laikrodžių muziejus	Spalio 7 d. 14 val.	Vykdoma iki spalio 6 d. Registracija tel. +370 46 410 413 arba el. P. laikrodziu.muziejus@lndm.lt	
Edukacinis užsiėmimas „Kelionės ir atradimai“	LNDM Radvilų rūmų dailės muziejus, Vilniaus g. 24, Vilnius (pietinis korpusas prie Liejyklos g.)	Spalio 2 d., 11 val.	Vykdoma, kol susirinks grupė. Registracija tel. +370 659 58 066 arba el. paštu radvilos.edukacija@lndm.lt	Senosios Vakarų Europos tapybos ekspozicijos fone susitiksime pasikalbėti apie paveikslus, kuriuose ryškios žmogaus santykio, vidinės kelionės ir atstumo įveikimo temos. Diskutuosime apie atmintį, fizines ir vidines keliones. Kūrybinėje veikloje išbandysime spontanišką raišką, kursime atvirlaiškius, savo kelionių simbolius ir fragmentus.
Edukacinis užsiėmimas „Atskleidžiant simbolius“	LNDM Radvilų rūmų dailės muziejus, Vilniaus g. 24, Vilnius (pietinis korpusas prie Liejyklos g.)	Spalio 7 d., 11 val.	Vykdoma, kol susirinks grupė. Registracija tel. +370 659 58 066 arba el. paštu radvilos.edukacija@lndm.lt	Užsiėmimo metu lankytojus kviesime susipažinti su manierizmo stiliumi. Analizuosime Nyderlandų dailininko Cornelio van Haarlemo (1562–1638) paveikslą „Senojo ir Naujojo Testamento alegorija“, stebėsime, kaip vaizduojamos scenos kreipia žiūrovo žvilgsnį nuo Senojo Testamento „akis už akį“ principo link Naujojo Testamento gailestingumo laikysenos. Pažintį pratęsime simbolikos prisodrintoje kūrybinėje veikloje.
Ekskursija po ekspoziciją „Gyvastingieji senojo pasaulio profiliai. XVI–XIX a. Vakarų Europos tapyba iš Lietuvos nacionalinio dailės muziejaus rinkinių“	LNDM Radvilų rūmų dailės muziejus, Vilniaus g. 24, Vilnius (pietinis korpusas prie Liejyklos g.)	Spalio 3 d., 14 val.	Be registracijos, susitikimo vieta – muziejaus pietinio korpuso vestibulis. Informacija teikiama tel. +370 616 16550 ir el.paštu radvilos.ekskursijos@lndm.lt	
Ekskursija po parodą „Nijolė Šivickas de Mockus. Visata iš spiralės“	LNDM Vytauto Kasiulio dailės muziejus, A. Goštauto g. 1, Vilnius	Spalio 2 d. 15.00 val.	Registracija nereikalinga. Informacija teikiama tel. +370	Ekskursijos metu susipažinsite su išskirtiniu menininkės kūrybiniu palikimu, sujungiančiu Europos

			5 243 1138 ir el. paštu: kasiulio.muziejus@lndm.lt	modernizmo tradiciją ir Lotynų Amerikos kultūrinės patirtis. Sužinosite, kaip Nijolė Šivickas savo tikrąjį pašaukimą atrado būtent molyje ir kaip pavertė šią medžiagą gamtos įkvėptomis formomis bei erdvinėmis instaliacijomis. Leisitės į kelionę po unikalią menininkės visatą, atspindinčią universalias žmogiškąsias patirtis.
Kūrybinės dirbtuvės „Lino atmintis“	LNDM Vytauto Kasiulio dailės muziejus, A. Goštauto g. 1, Vilnius	Spalio 6 d. 15.00 val.	Registracija nereikalinga. Informacija teikiama tel. +370 5 243 1138 ir el. paštu: kasiulio.muziejus@lndm.lt	Parodoje „Nijolė Šivickas de Mockus. Visata iš spiralės“ susipažinsite menininkės grafikos darbais, jos savitu požiūriu į formą bei medžiagą. Praktinės dalyje išbandysite linoraižinio techniką ir tyrinėsite grafikos raiškos galimybes.
Ekskursija po parodą „Nijolė Šivickas de Mockus. Visata iš spiralės“	LNDM Vytauto Kasiulio dailės muziejus, A. Goštauto g. 1, Vilnius	Spalio 8 d. 15.00 val.	Registracija nereikalinga. Informacija teikiama tel. +370 5 243 1138 ir el. paštu: kasiulio.muziejus@lndm.lt	Ekskursijos metu susipažinsite su išskirtiniu menininkės kūrybiniu palikimu, sujungiančiu Europos modernizmo tradiciją ir Lotynų Amerikos kultūrinės patirtis. Sužinosite, kaip Nijolė Šivickas savo tikrąjį pašaukimą atrado būtent molyje ir kaip pavertė šią medžiagą gamtos įkvėptomis formomis bei erdvinėmis instaliacijomis. Leisitės į kelionę po unikalią menininkės visatą, atspindinčią universalias žmogiškąsias patirtis.
Ekskursija po nuolatinę Lietuvos XX-XXI a. dailės ekspoziciją.	LNDM Nacionalinė dailės galerija, Konstitucijos pr. 22, Vilnius.	Spalio 1 d., 12 val.	Registracija nereikalinga. Informacija teikiama tel. (0 5) 219 5961 ir paštu edukacija@ndg.lt	

Aurelijos Maknytės videofilmo peržiūra ir susitikimas su menininke, kurios paroda "Kanalai" eksponuojama NDG	LNDM Nacionalinė dailės galerija, Konstitucijos pr. 22, Vilnius.	Spalio 2d., 14 val.	Registracija nereikalinga. Informacija teikiama el.p. edukacija@ndg.lt , tel. 0 5 219 59 61	Daugiau apie Aurelijos Maknytės parodą "Kanalai": https://www.ndg.lt/parodos/parodos/aurelija-maknyt%C4%97-kanalai.aspx
Ekskursija po nuolatinę Lietuvos XX-XXI a. dailės ekspoziciją.	LNDM Nacionalinė dailės galerija, Konstitucijos pr. 22, Vilnius.	Spalio 6 d., 12.00 val.	Registracija nereikalinga. Informacija teikiama tel. (0 5) 219 5961 ir paštu edukacija@ndg.lt	
Ekskursija po Felikso Jakubausko parodą "Audimo laimė"	Taikomosios dailės ir dizaino muziejus. Arsenalo 3A, Vilnius.	Spalio 8 d., 12.00 val.	Registracija nereikalinga. Informacija teikiama tel. (0 5) 212 1813 ir paštu tddm@lndm.lt	
Edukacinės dirbtuvės "Gobelenas".	Taikomosios dailės ir dizaino muziejus. Arsenalo 3A, Vilnius.	Spalio 6 d. 12.00 val.	Registracija būtina tel. (0 5) 212 1813, paštu tddm@lndm.lt	Edukacijoje gali dalyvauti ne daugiau 17 žmonių.
Pasivaikščiojimas po Chodkevičių rūmų istorines sales ir nuolatinę Vilniaus paveikslų galerijos ekspoziciją	Vilniaus paveikslų galerija. Didžioji g. 4, Vilnius	Spalio 1 d. (ketvirtadienis) 13.00 val.	Registracija telefonu: +37068245314 Arba El. Paštu: augustina.ivanauskaite@lndm.lt	Iki 25 asmenų
Ekskursija po parodą „Caravaggio klausimas: paveikslas „Kristaus suėmimas“	Vilniaus paveikslų galerija. Didžioji g. 4, Vilnius	Spalio 2 d. (penktadienis) 13.00 val.	Registracija telefonu: +37065002791 Arba El. Paštu: gidai.vpg@lndm.lt	Iki 15 asmenų
Edukacinės dirbtuvės. Sumi-e tapyba tušu "Chrizantemos".	Vilniaus paveikslų galerija. Didžioji g. 4, Vilnius	Spalio 6 d. (antradienis) 11.00 val.	Registracija telefonu: +370 659 58056 Arba el. Paštu jolanta.sereikaite@lndm.lt	Iki 25 asmenų
Edukacinės dirbtuvės "Emocijų peizažas"	Vilniaus paveikslų galerija. Didžioji g. 4, Vilnius	Spalio 8 d. (ketvirtadienis) 11.00 val.	Registracija telefonu: +370 659 58056	Iki 25 asmenų

			Arba el. Paštu jolanta.sereikaite@Indm.lt	
Ekskursija po parodą „Širdimi ir akimis. Vincentas Slendzinskis (1838–1909)“	Vilniaus paveikslų galerija. Didžioji g. 4, Vilnius	Spalio 1 d. (ketvirtadienis) 12.00 val.	Registracija telefonu: +37068190329 Arba el.paštu gidai.vpg@Indm.lt	Iki 25 asmenų

Lietuvos audiosensorinės bibliotekos renginiai

Renginio pavadinimas	Renginio vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Susitikimas su gydytoja, knygos „Daktare, galiu užėiti?“ autore Juste Latauskiene	Lietuvos audiosensorinė biblioteka, Skroblų g. 10, Vilnius	Spalio 1 d. 16 val.	Be registracijos	Susitikimas pokalbis.
Filmo su garsiniu vaizdavimu „Smėlis tavo plaukuose“ peržiūra	Lietuvos audiosensorinė biblioteka, Skroblų g. 10, Vilnius	Spalio 8 d. 16 val.	Be registracijos	Filmas pritaikytas regos negalią turintiems žmonėms.
Edukacija „Smagi pažintis. Žuvis“	Senjorų socialinės globos namai. Kalvarijų g. 323, Vilnius	Spalio 5 d., 11 val.	Be registracijos	Smagi edukacinė programa apie žuvis (su skaidrėmis).
Garsiniai skaitymai. „Kaimas, kuris nenorėjo išnykti“	Fabijoniškių socialinių paslaugų namai. Stanevičiaus g. 57, Vilnius	Spalio 5 d., 14 val.	Be registracijos	Knygos lengvai suprantama kalba skaitymas.
Mokymai „Dirbtinis intelektas“	Lietuvos audiosensorinė biblioteka, Skroblų g. 10, Vilnius	Spalio 6 d., 14 val.	Be registracijos	Apie valandos trukmės mokymai, skirti aiškiai ir paprastai supažindinti, kas tai yra dirbtinis intelektas, kaip jis veikia ir kokia jo reikšmė mums visiems.
Edukacija „Smagi pažintis. Avys“	Kuosinės socialinės globos namai. Didžiosios Kuosinės g. 20, Didžiosios Kuosinės k., Vilniaus r.	Spalio 6 d., 10 val.	Be registracijos	Smagi edukacinė programa apie avis (su skaidrėmis).
Prisiminimai apie V. Mačernį.	Senenių darželis. Lelijų g. 44, Alytus	Spalio 7 d. 10 val.	Be registracijos	V. Mačernio pagrindiniai biografijos faktai, įtakoję poeto kūrybą.
Mokymai „Apie dezinformaciją paprastai“	Lietuvos audiosensorinė biblioteka, Skroblų g. 10, Vilnius	Spalio 7 d., 14 val.	Be registracijos	Apie valandos trukmės mokymai, skirti paprastai ir aiškiai supažindinti, kas tai yra dezinformacija, kokios yra jos rūšys, reikšmė ir suteikti žinių, kaip ją atpažinti.
MIRKT. Autorių teisės	Elektrėnų krašto žmonių su negalia sąjunga. Taikos g. 8B, Elektrėnai	Spalio 8 d. 11 val.	Be registracijos	Kas yra autorių teisės? Kodėl jos svarbios?

Pažintinis renginys „Ramunės“. Visuomeninis muziejus „Ramunynas“	Salduvės g.21, Kairiai	Spalio 7 d. 13 val.	Be registracijos	Edukacinis renginys senjorams asmeniniame Nijolios Kasperavičienės įsteigtame muziejuje . Agentūra „Factum" prie Lietuvos kultūros fondo Nijoliai įteikė Lietuvos rekordų diplomą, už gausiausią ramunių tema rinkinį.
Pažintinis renginys „Žinoma nežinoma Žemaitė“	Lietuvos audiosensorinė biblioteka, Šviesos g. 3, Klaipėda	Spalio 6 d. 11 val.	Be registracijos	Renginyje bus pristatyti rašytojos Žemaitės biografijos žinomi ir nežinomi faktai bei skaitomos ištraukos iš knygos „Martė“.
Edukacija „Smagi pažintis: Avys“	Lietuvos audiosensorinė biblioteka, Šviesos g. 3, Klaipėda	Spalio 8 d. 11 val.	Be registracijos	Smagi edukacinė programa apie avis (su skaidrėmis).
Pažintinis renginys apie Žemaitę	Plungės parapijos senelių namai/ Birutės g. 4, Plungė	Spalio 2 d. 10.30 val.	Be registracijos	Renginyje bus pristatoma rašytoja Žemaitė su įdomiais skaitytojams žinomais ir nežinomais faktais.
Filmo su garsiniu vaizdavimu „Senio kelionės“ peržiūra ir aptarimas	LASS Kėdainių filialas, J. Basanavičiaus g. 99, Kėdainiai	Spalio 6 d. 12 val.	Be registracijos	Biografinio filmo su GV apie aktorį Juozą Budraitį peržiūra.
Filmo su garsiniu vaizdavimu „Senio kelionės“ peržiūra ir aptarimas	Lietuvos audiosensorinė biblioteka, Savanorių pr. 204A, Kaunas	Spalio 6 d. 16 val.	Be registracijos	Biografinio filmo su GV apie aktorį Juozą Budraitį peržiūra.
Virtualios bibliotekos ELVIS pristatymas	Žvirgždaičių biblioteka (A. Liorentaitės g. 1, Žvirgždaičiai, Šakių r.)	Spalio 1 d. 11 val.	Be registracijos	Susitikime bus pristatyta virtuali biblioteka ELVIS, skirta žmonėms, ne(be)galintiems skaityti įprastai spausdinto teksto. Supažindinama, kas ir kaip gali naudotis ELVIS ir ką jos fonduose galima rasti.
Virtualios bibliotekos ELVIS pristatymas	Slavikų biblioteka (Pasieniečių g. 2, Slavikai, Šakių r.)	Spalio 1 d. 13 val.	Be registracijos	Susitikime bus pristatyta virtuali biblioteka ELVIS, skirta žmonėms, ne(be)galintiems skaityti įprastai spausdinto teksto. Supažindinama, kas ir kaip gali naudotis ELVIS ir ką jos fonduose galima rasti.
Virtualios bibliotekos ELVIS pristatymas	Panovių biblioteka (J. Lingio g. 4A, Panoviai, Šakių r.)	Spalio 7 d. 11 val.	Be registracijos	Susitikime bus pristatyta virtuali biblioteka ELVIS, skirta žmonėms, ne(be)galintiems skaityti įprastai

				spausdinto teksto. Supažindinama, kas ir kaip gali naudotis ELVIS ir ką jos fonduose galima rasti.
Virtualios bibliotekos ELVIS pristatymas	Sintautų biblioteka (Pr. Vaičiūčio g. 34, Sintautai, Šakių r.)	Spalio 7 d. 13 val.	Be registracijos	Susitikime bus pristatyta virtuali biblioteka ELVIS, skirta žmonėms, ne(be)galintiems skaityti įprastai spausdinto teksto. Supažindinama, kas ir kaip gali naudotis ELVIS ir ką jos fonduose galima rasti.
Virtualios bibliotekos ELVIS pristatymas	Barzdų biblioteka (Nepriklausomybės g. 12, Barzdai, Šakių r.)	Spalio 8 d. 11 val.	Be registracijos	Susitikime bus pristatyta virtuali biblioteka ELVIS, skirta žmonėms, ne(be)galintiems skaityti įprastai spausdinto teksto. Supažindinama, kas ir kaip gali naudotis ELVIS ir ką jos fonduose galima rasti.
Virtualios bibliotekos ELVIS pristatymas	Paluobių biblioteka (Bažnyčios g. 7, Paluobiai, Šakių r.)	Spalio 8 d. 13 val.	Be registracijos	Susitikime bus pristatyta virtuali biblioteka ELVIS, skirta žmonėms, ne(be)galintiems skaityti įprastai spausdinto teksto. Supažindinama, kas ir kaip gali naudotis ELVIS ir ką jos fonduose galima rasti.
Susitikimas su kraštiečiu, poete, tapytoja Valdute Kunigėliene, jos poezijos knygos „Iš kur ateina žodžiai“ pristatymas.	Vytauto g. 30, Ukmergė (susitikimas vyks Ukmergės rajono savivaldybės Vlado Šlaito viešosios bibliotekos Kraštotyros skaitykloje)	Spalio 5 d. 10 val.	Be registracijos	Valdutės Kunigėlienės knyga „Iš kur ateina žodžiai“, skaitytojus pasiekė šiais metais. Pati poetė yra aktyvi senjorė, gyvena Šventupėje, Ukmergės rajone. Susitikime dalyvaus poetę lydinti kraštiečių Janė Giedraitienė.
Filmo su garsiniu vaizdavimu „Virto ąžuolai“ peržiūra ir aptarimas	Spindulio g. 2, Šiauliai Lietuvos audiosensorinė biblioteka, Šiauliai	Spalio 5 d. 13 val.	Be registracijos	Filmas sukurtas pagal Juozo Baltušio novelę „Virto ąžuolai“.
Literatūrinė paskaita „Justas Pilyponis: lietuviškosios detektyvinės ir fantastinės literatūros pradžia“	LASS Kaišiadorių filialas, Vytauto Didžiojo g. 44B, Kaišiadorys	Spalio 5 d. 11 val.	Be registracijos	Susitikime bus išsamiai pristatyta tarpukario rašytojo, detektyvinės, nuotykinės bei fantastinės literatūros pradininko Lietuvoje Justo Pilyponio biografija. Taip pat supažindinama su šio autoriaus kūriniais bei diskutuojama, kodėl tarpukariu itin populiarius rašytojas šiandien yra užmirštas.
Virtualios bibliotekos ELVIS pristatymas	Anykščių raj. Sav. Liudviko ir Stanislovo Didžiulių viešoji	Spalio 1 d. 10:30 val.	Be registracijos	Susitikime bus pristatyta virtuali biblioteka ELVIS, skirta žmonėms, ne(be)galintiems skaityti įprastai spausdinto teksto. Supažindinama, kas ir kaip gali naudotis ELVIS ir ką jos fonduose galima rasti.

	biblioteka (Vyskupo skv. 1, Anykščiai)			
Filmo su garsiniu vaizdavimu „Senio kelionės“ peržiūra ir aptarimas	Lietuvos audiosensorinė biblioteka, J. Žemgulio g. 46, Panevėžys	Spalio 7 d. 14 val.	Be registracijos	Biografinio filmo su GV apie aktorį Juozą Budraitį peržiūra.

Nacionalinio M. K. Čiurlionio dailės muziejaus renginiai

Renginio pavadinimas	Renginio vieta	Data ir laikas	Registracija	Organizatoriai, kita informacija
Teminė ekskursija „Čiurlionio pasauliai“	Nacionalinis M. K. Čiurlionio dailės muziejus, V. Putvinskio g. 55, Kaunas	Spalio 1 d., 12 val.	Registracija telefonu Nr. +370 671 51343, registracija vykdoma darbo dienomis 9-12 val.	Apžvalginė ekskursija po M. K. Čiurlionio ekspoziciją kviečia susipažinti su žymiausiais menininko tapybos kūrinių ir jo nepaprasta gyvenimo istorija. Ekskursijos metu aptariamos pagrindinės M. K. Čiurlionio kūrybos temos – muzika, gamta, kosmosas ir žmogaus dvasinis pasaulis. Tai proga pažinti menininko pasaulėžiūrą, simboliką ir unikalų stilių. Ekskursija skirta tiek pirmą kartą susipažįstantiems su M. K. Čiurlionio kūryba, tiek norintiems ją atrasti iš naujo.
Pažintinė ekskursija Galaunių namuose- muziejuje	Galaunių namai-muziejus, Vydūno al. 2, Kaunas,	Spalio 1 d., 13 val.	Papildoma informacija: maksimalus dalyvių skaičius 15 asmenų vienam vizitui. Tel. registracijai: (0-672) 80767	Ekskursijos metu susipažinsite su daug Lietuvos kultūrai nusipelnusiomis Galaunių šeimos asmenybėmis – Pauliumi Galaune, Adele Galauniene ir Kazimiera Galauniene. Taip pat galėsite pasigrožėti autentiškais modernizmo architektūros detalėmis bei Art deco interjero sprendimais.
Edukacija Barbaros Kasten parodoje: „Šviesa, atmintis ir sugrįžimas“	Nacionalinis M. K. Čiurlionio dailės muziejus, V. Putvinskio g. 55, Kaunas	Spalio 2 d. 11.00 val.	Registracija telefonu Nr. +370 671 51343, registracija vykdoma darbo dienomis 9-12 val.	Kviečiame senjorus į jaukią ir kūrybišką edukaciją, įkvėptą Barbaros Kasten parodos „Postabstrakcija“. Kartu tyrinėsime šviesos, spalvų, formų ir atspindžių pasaulį, susipažinsime su menininkės lietuviškomis šaknimis ir jos sugrįžimo į Lietuvą istoriją. Kalbėsime apie vietas, žmones ir prisiminimus, kurie mums yra svarbūs. Apžiūrėdami parodos kūrinius, ieškosime asmeninių asociacijų, o kūrybinėje dalyje kiekvienas dalyvis galės spalvomis, formomis ir atspindžiais sukurti savo prisiminimo kompoziciją. Tai ramus ir prasmingas susitikimas, kviečiantis prisiminti, pasidalinti ir pažvelgti į savo gyvenimo istoriją per meno prizmę
Renatos Širvinskienės kūrybos vakaras „Eilėmis prakalbintos nuotraukos“	V. K. Jonyno galerija Turistų g. 9, Druskininkai	Spalio 2 d. 16 val.	Telefonas pasiteiravimui: +370 313 55 553	Renginyje poetė pristatys savo kūrybą, sugulusią į knygas „Smėlio laiptais“ (2023 m.) ir „Jausmų veidrodžiai“ (2026 m.).

"Velnio nešta ir nebaigta pasaka..."	Antano Žmuidzinavičiaus kūrinių ir rinkinių muziejus V. Putvinskio g. 64, Kaunas	Spalio 7 d., 11 val.	Papildoma informacija: maksimalus dalyvių skaičius 15 asmenų vienam vizitui. V. Putvinskio g. 64, Kaunas Tel: +370 675 13372. Būtina registruotis!	Paslapčių pilnos lietuvių liaudies pasakos. O kiek daug jose netikėčiausių istorijų, kurių pagrindinis veikėjas - velnias. Ar žinote kas jis toks, šis nenuorama ponaitis? Kiek vardų jis turi, kur jam patinka gyventi, ką labiausiai jis mėgsta veikti? Atvykę į muziejų susipažinsite su Lietuvos ir pasaulio mitologine tautosaka. Taip pat aplankysite dailininko Antano Žmuidzinavičiaus namus ir išgirsite kodėl velnių kolekcija tokia populiari ir kaip šis pomėgis prasidėjo.
Apžvalginė ekskursija po IPMA festivalio parodą „Ryšys“	Kauno paveikslų galerija K. Donelaičio g. 16, Kaunas	Spalio 7 d. 11.00 val.	Registracija telefonu Nr. +370 675 13161.	Kviečiame senjorus į apžvalginę ekskursiją Kauno paveikslų galerijoje po tarptautinį fotografijos ir medijų meno festivalį IPMA. Šių metų festivalio tema – „Ryšys“. Ekskursijos metu susipažinsime su Lietuvos ir užsienio menininkų kūrinių, kalbančių apie žmogaus santykį su kitu žmogumi, aplinka, atmintimi, kūnu, gamta ir technologijomis. Kartu ieškosime atsakymo į klausimą, kas mus sieja ir kaip ryšį galime išreikšti vaizdu. Žvelgsime į fotografiją ir šiuolaikinį medijų meną per asmeninę patirtį, prisiminimus ir asociacijas, aptarsime kūrinius bei jų keliamas mintis. Tai kvietimas ne tik pamatyti šiuolaikinį meną, bet ir užmegzti savo ryšį su kūriniu, prisiminimu ir šalia esančiu žmogumi.
Ekskursija parodoje „Kolekcininkai. Atviros kortos“	Galaunių namai-muziejus, Vydūno al. 2, Kaunas	Spalio 7 d., 13 val.	Papildoma informacija: maksimalus dalyvių skaičius 15 asmenų vienam vizitui. Galaunių namai-muziejus, Vydūno al. 2, Kaunas. Tel. registracijai: (0-672) 80767	Ekskursijos metu susipažinsite su Giedriaus Steponavičiaus žaidimo kortų kaladžių kolekcija, pradėta nuo vieno sendaikčių turguje įsigyto radinio, ir jos temine bei vizualine įvairove. Parodoje kortų istoriją ir kultūrinį vaidmenį papildė Nacionalinio M. K. Čiurlionio dailės muziejaus rinkiniuose saugomi meno kūriniai, fotografijos ir kiti vaizdiniai liudijimai. Tarp jų – Sofijos Smetonienės ir Galaunių šeimos fotografijos, atskleidžiančios kortų vietą to meto kasdienybėje, laisvalaikyje ir bendravimo ritualuose.
Ekskursija lauko parodoje „Pasauliui apie Lietuvą“	Istorinės Lietuvos Respublikos	Spalio 7 d. 15 val.	Išankstinė registracija nebūtina. Susitinkame prie pagrindinio muziejaus	Mūsų sėkmių ir nesėkmių istorijos – pasivaikščiojimas po sodelyje veikiančią parodą „Pasauliui apie Lietuvą“ su jos kuratoriumi Laurynu Blažiu. Trukmė 45 min.

	Prezidentūros Kaune sodelis (Vilniaus g. 33)		Įėjimo. Ekskursijos su ekskursijų vadovu spalį senjorams – nemokamos! Telefonas pasiteirauti 0 37 201778.	
"Tylūs horizontai. A. Žmuidzinavičiui-150"	Antano Žmuidzinavičiaus kūrinių ir rinkinių muziejus V. Putvinskio g. 64, Kaunas	Spalio 8 d., 11 val.	Papildoma informacija: maksimalus dalyvių skaičius 15 asmenų vienam vizitui. V. Putvinskio g. 64, Kaunas Tel: +370 675 13372. Būtina registruotis!	Susipažinsime su viena ryškiausių Lietuvos kultūros asmenybių, visuomenininku, pedagogu, dailininku Antanu Žmuidzinavičiumi, kalbėsime apie jo gyvenimą, kūrybą, o taip pat pajusime autentišką Antano ir Marijos Žmuidzinavičių namų atmosferą.
Apžvalginė ekskursija po parodą „Postabstrakcija“	Nacionalinis M. K. Čiurlionio dailės muziejus, V. Putvinskio g. 55, Kaunas	Spalio 8 d. 11.00 val.	Registracija telefonu Nr. +370 671 51343, registracija vykdoma darbo dienomis 9-12 val.	Kviečiame senjorus į apžvalginę ekskursiją po Nacionaliniame M. K. Čiurlionio dailės muziejuje eksponuojamą parodą „Postabstrakcija“, pristatančią lietuvių kilmės amerikiečių menininkės Barbaros Kasten kūrybą. Ekskursijos metu susipažinsime su išskirtine menininkės kūryba, jos lietuviškomis šaknimis bei pasauliu, kuriame susilieja šviesa, spalva, geometrija, fotografija ir architektūra. Apžiūrėsime fotografijas, skulptūras ir instaliacijas bei sužinosime, kaip menininkė kuria netikėtas optines iliuzijas ir žaidžia mūsų suvokimu.