

**Kauno rajono  
Trečiojo amžiaus universiteto paskaitos vyksta:  
Babtų kultūros centre (Sodų g. 1, Babtai)**

**PASKAITOS VYKSTA TREČIADIENIAIS  
PASKAITŲ PRADŽIA – 15 VAL.  
(JEIGU NENURODYTA KITAIP)**

**Babtų fakulteto prorektorė – Daiva Garbaliuskienė**

Telefonas pasiteiravimui:  
8 675 42156  
el. paštas: [daiva.sveikauskiene@gmail.com](mailto:daiva.sveikauskiene@gmail.com)

Kauno rajono trečiojo amžiaus universiteto steigėjas ir veiklos  
koordinadorius - Kauno rajono švietimo centras  
Saulės g. 12, LT- 50239 Kaunas  
<http://www.centras.krs.lt>

**TAU rektorė – Edita Žaromskienė**  
Telefonas pasiteiravimui:  
(8 37) 38 00 57;  
El. paštas: [edita.zaromskiene@gmail.com](mailto:edita.zaromskiene@gmail.com)

**KAUNO RAJONO  
TREČIOJO AMŽIAUS UNIVERSITETAS**

**2021 m.  
RUDENS SESIJOS  
PASKAITŲ TVARKARAŠTIS**





**Kauno rajonas**

**BABTŲ SENIŪNIJA**

2021 – 2022 m. m.









[www.facebook.com/Kauno-rajono-trečiojo-amžiaus-universitetas](http://www.facebook.com/Kauno-rajono-trečiojo-amžiaus-universitetas)

<p><b>Rugsėjo 21 d. antradienis 11 val.</b></p> 	<p><b>*Paskaita „Fizinio aktyvumo veiklų rūšys vyresniame amžiuje“</b> Lektorė – sporto trenerė Inga Gliožaitienė <i>Pastaba: Apranga ir avalinė turi būti nevaržanti judesių, patogiai judėti</i></p>
<p><b>Spalio 12 d. antradienis 11 val.</b></p> 	<p><b>*Paskaita „Saugus fizinis aktyvumas vyresniame amžiuje“</b> Lektorė – sporto trenerė Inga Gliožaitienė <i>Pastaba: Apranga ir avalinė turi būti nevaržanti judesių, patogiai judėti</i></p>
<p><b>Lapkričio 9 d. antradienis 11 val.</b></p> 	<p><b>*Paskaita „Fizinio aktyvumo svarba vyresnio amžiaus moters sveikatai“</b> Lektorė – Rita Gruodytė Račienė, Lietuvos sporto universitetas</p>
<p><b>Gruodžio 14 d. antradienis 11 val.</b></p> 	<p><b>*Paskaita „Asmeninės fizinės veiklos planas, jo poveikis sveikatos stiprinimui“</b> Lektorė – sporto trenerė Inga Gliožaitienė <i>Pastaba: Apranga ir avalinė turi būti nevaržanti judesių, patogiai judėti</i></p>
<p><b>Sausio 11 d. antradienis 11 val.</b></p> 	<p><b>*Paskaita „Fizinis aktyvumas - emocinės sveikatos pagrindas“</b> Lektorė – Rita Gruodytė Račienė, Lietuvos sporto universitetas</p>

\*Paskaitos ir praktiniai užsiėmimai organizuojami įgyvendinant projektą, finansuojamą Sporto rėmimo fondo lėšomis. „Kauno rajono moterų fizinio aktyvumo skatinimo modelis - moterų sporto plėtrai Lietuvoje“

Kviečiame dalyvauti tarptautiniame Erasmus+ projekte “Nesustok, siek savo tikslų ir gauk apdovanojimą” (angl. "Keep going, reach goals, get an award: promoting senior volunteerism") ir išbandyti **Senjorų apdovanojimų programą**

BENDRI RENGINIAI, KURIUOSE KVIETIAMI DALYVAUTI VISI:	
	<b>Rugsėjo 16 d. Babtų fakulteto studentų išvyka į Juozo Tumo - Vaižganto memorialinį butą ir Lietuvos medicinos ir farmacijos istorijos muziejų Kaune.</b>
	<b>Rugsėjo 18-19 d. Kauno rajono TAU studentų išvyka į Lenkiją „Ežeringasis Mozūrijos kraštas“</b>
	<b>Protų mūšis „Istorija kitaip: ko nežinai apie moteris?“</b> Spalio 28 d. 14 val. Kauno rajono savivaldybės viešojoje bibliotekoje
	<b>Kauno rajono TAU sporto fiesta</b> 2021 m. lapkričio 25 d. 13 val. Kauno rajono socialinių paslaugų centre (Ežero g. 23, Kaunas)
	<b>Akcija „Šiltos Kalėdos“ 2021 m. spalio – gruodžio mėn. Akcijos metu numegztos šiltos dovanos bus skirtos LSMU Kauno ligoninės pacientams.</b>
	<b>Pėsčiųjų žygiai Babbuose, Neveronyse/Karmėlavoje ir Vilkijoje.</b> Laikas derinamas

#### LR SAM rekomendacijos dėl paskaitų ir renginių organizavimo:

- paskaitų ir praktinių užsiėmimų metu užtikrinti, kad būtų laikomasi ne mažesnio nei 1 m atstumo;
- renginių metu asmenys turi dėvėti nosį ir burną dengiančias apsaugos priemones (veido kaukes, respiratorius);
- turėtų laikytis kosėjimo, čiaudėjimo etiketo

#### Kontaktinėse veiklose negali dalyvauti:

- asmenys, turintys ūmių viršutinių kvėpavimo takų infekcijų požymių
- asmenys, kuriems privaloma izoliacija, izoliacijos laikotarpį.