

**KAUNO RAJONO
TREČIOJO AMŽIAUS UNIVERSITETAS**

**KARMĖLAVOS FAKULTETAS
(Vilniaus g. 65A, Karmėlava)**

Prorektorė – Rima Šuliokienė

Telefonas pasiteiravimui:
8 687 58515






**2021 m.
RUDENS SESIJOS
PASKAITŲ TVARKARAŠTIS**



Kauno rajonas









www.facebook.com/Kauno-rajono-trečiojo-amžiaus-universitetas

<p>Rugsėjo 16 d. ketvirtadienis 16.30 val.</p> 	<p>*Paskaita „Fizinio aktyvumo veiklų rūšys vyresniame amžiuje“ Lektorė – sporto trenerė Inga Gliožaitienė <i>Pastaba: Apranga ir avalinė turi būti nevaržanti judesių, patogi judėti</i></p>
<p>Spalio 21 d. ketvirtadienis 16.30 val.</p> 	<p>*Paskaita „Fizinio aktyvumo svarba vyresnio amžiaus moters sveikatai“ Lektorė – Rita Gruodytė Račienė, Lietuvos sporto universitetas</p>
<p>Lapkričio 18 d. ketvirtadienis 16.30 val.</p> 	<p>*Paskaita „Saugus fizinis aktyvumas vyresniame amžiuje“ Lektorė – sporto trenerė Inga Gliožaitienė <i>Pastaba: Apranga ir avalinė turi būti nevaržanti judesių, patogi judėti</i></p>
<p>Gruodžio 9 d. ketvirtadienis 16.30 val.</p> 	<p>*Paskaita „Fizinis aktyvumas - emocinės sveikatos pagrindas“ Lektorė – Rita Gruodytė Račienė, Lietuvos sporto universitetas</p>
<p>Sausio 20 d. ketvirtadienis 16.30 val.</p> 	<p>*Paskaita „Asmeninės fizinės veiklos planas, jo poveikis sveikatos stiprinimui“ Lektorė – sporto trenerė Inga Gliožaitienė <i>Pastaba: Apranga ir avalinė turi būti nevaržanti judesių, patogi judėti</i></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 gaud apdovanojimą” (angl. "Keep going, reach goals, get an award: promoting senior volunteerism") ir išbandyti **Senjorų apdovanojimų programą.**

BENDRI RENGINIAI, KURIUOSE KVIEČIAMI DALYVAUTI VISI:	
	Rugsėjo 14 d. Karmėlavos fakulteto studentų išvyka į Pažaislio vienuolyną.
	Rugsėjo 18-19 d. Kauno rajono TAU studentų išvyka į Lenkiją „Ežeringasis Mozūrijos kraštas“
	Protų mūšis „Istorija kitaip: ko nežinai apie moteris?“ Spalio 28 d. 14 val. Kauno rajono savivaldybės viešojoje bibliotekoje
	Kauno rajono TAU sporto fiesta 2021 m. lapkričio 25 d. 13 val. Kauno rajono socialinių paslaugų centre (Ežero g. 23, Kaunas)
	Akcija „Šiltos Kalėdos“ 2021 m. spalio – gruodžio mėn. Akcijos metu numegztos šiltos dovanos bus skirtos LSMU Kauno ligoninės pacientams.
	Pėsčiųjų žygiai Babtuose, Neveronyse/Karmėlavoje ir Vilkijoje. 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 laikotarpiu.