



## **GARGŽDŲ MIESTO 765-OJO GIMTADIENIO ŠVENTĖ „GARGŽDAI ATVERIA HORIZONTUS VASARAI“**

**Gegužės 31 d., ketvirtadienis, TEMA – EŽERAS**

**(Klaipėdos g. 15, Gargždai, aikštėje prie Gargždų kultūros centro)**

**18.00 val. UAB „Mars Lietuva“ dovana Gargždams. Skulptūros atidengimo ceremonija** (Klaipėdos g. alėjoje, prie skulptūros „Gargždukas“).

**18.30 val. Šventinis koncertas. Gargždų kultūros centro šokių ir dainų ansamblis „Minija“.** Vytautas Šiškauskas (Klaipėdos g. 15, Gargždai, aikštėje prie Gargždų kultūros centro).

**Birželio 1 d., penktadienis, TEMA – UPE**

**(Laugalių g., Gargždai, Jaunimo vasaros estradoje)**

**9.00–12.00 val. Vaikų dienos programa. Žaisminga pasaka su Linksmojo lagamino personažais. Akcija „Taikos glėbys“, skirtas paminėti Tarptautinę vaikų gynimo dieną.**

**12.00–13.00 val. Šokanti aikštė. Masinis šėlsmas šokio ritmu.**

**14.00–19.00 val. Kūrybinės, edukacinės erdvės, linksmos sporto estafetės visai šeimai bei kitos įvairios pramogos.**

**14.00–16.00 val. Respublikinės jaunimo breiko varžybos „West cost summer war“.**

**16.00–18.00 val. Parkūro varžybos „Gargždai city open“.**

**19.00–21.00 val. Klaipėdos rajono jaunųjų talentų konkursas „Talentų šturmas“, miesto flashmobas. Fotokonkurso „Foto Gargždgrafija“ paroda ir laimėtojų apdovanojimai.**

**21.30–23.30 val. DJ RADISTŲ šou ir diskoteka**

**23.30 – Šventiniai fejerverkai**



**Birželio 2 d., šeštadienis, TEMA – JŪRA**

**Gargždų miesto parke, Gargždų Minijos slėnyje**

**8.00 val. Šventinė mugė (Miesto parke).**

**10.00 val. Vaikų pramogų zona „Batutų šalis“ (Miesto parke).**

**10.00 val. Klaipėdos rajono bendruomenių kiemeliai (Miesto parke).**

**11.00 val. Klaipėdos rajono bei svečių mėgėjų meno kolektyvų koncertas (Miesto parke)**

**18.00–19.00 val. Šokantis slėnis (Minijos slėnyje).**

**19.00–19.30 val. Smuikininkių „Electric Ladies“ pasirodymas (Minijos slėnyje).**

**19.30–19.50 val. Rajono bei miesto vadovų ir svečių sveikinimas (Minijos slėnyje).**

**19.50–20.30 val. Garbės piliečių paskelbimo ceremonija (Minijos slėnyje).**

**20.30–21.00 val. Smuikininkių „Electric Ladies“ pasirodymas (Minijos slėnyje).**

**21.00–22.20 val. Roko opera „Jūratė ir Kastytis“ (Minijos slėnyje.)**

**22.20–22.40 val. Ugnies, muzikos, šviesų ir pirotechnikos misterija (Minijos slėnyje).**

**22.40–23.00 val. Foninė vakaro muzika (Minijos slėnyje).**



**Birželio 3 d., sekmadienis, TEMA – MARIOS**

**Miesto parke, Minijos slėnyje**

**9.00 val. Ryto saulės pasveikinimas – masinis rytinis pajudėjimas su Ieva Belevičiūte** (*Miesto parke prie vaikų žaidimų aikštelės*).

**10.00 val. Pilateso treniruotės su Asta Lukauskiene** (*Miesto parke prie vaikų žaidimų aikštelės*).

**10.00 val. Diskusija su profesoriumi Albertu Skurvydu** tema „Fizinis aktyvumas geriausi „vaistai“ nuo 26 lėtinių ligų!“ (*Miesto parke scena*).

**10.00–18.00 val. Teniso varžybos teniso kortuose** (Kvietinių g. 28, prie „Kranto“ pagrindinės mokyklos).

**11.00–18.00 val. Dviračių plento varžybų „Gargždų miesto taurė-2018“ startas** prie „Minijos“ kino teatro.

13.15–15.15 val. Vaikų dviračių varžybos Kvietinių g. atkarpoje tarp Žemaitės ir Klaipėdos g.  
18.00 val. Apdovanojimai. Minijos slėnyje esančioje scenoje.

**11.30 val. Kuksando pratybos pradžiamokslis su Ligita** (*Miesto parke „Ežio scena“ Sveikatos žinių bangos zonoje*).

**11.30 val. IGNITION treniruotė su Ignu Bakėjumi** (*Minijos slėnyje*)

**12.00–17.00 val. Jojimo varžybos** (*Minijos slėnyje*).

**12.00–17.00 val. Sporto varžybos:**

Smiginio varžybų aikštelė (prie „Kranto“ stadiono),

Mini golfo aikštelė (prie „Kranto“ pagrindinės mokyklos stadiono arba stadione),

Stalo teniso aikštelė (prie teniso kortų),

Diskgolfa,

Šachmatų aikštelė (stadione prie „Kranto“ pagrindinės mokyklos),

Paplūdimio tinklinis (centriniame stadione),

Krepšinis 3x3 (centriniame stadione),

Šachmatų aikštelė (stadione prie „Kranto“ pagrindinės mokyklos).



**13.00 val. Diskusija ir maisto gaminimo pamokėlė su Alfu Ivanausku** (*Miesto parke*).

**13.00–15.00 val. Baidarių varžybos** (startas prie Utrių kalno, finišas Minijos slėnyje Gargžduose ties laipteliais nuo „Kranto“ pagrindinės mokyklos).

**13.30 val. Zumba su Daiva Mikalauskiene** (*Miesto parke prie vaikų žaidimų aikštelės*).

**14.30 val. – Prof. Gedimino Navaičio paskaita „Streso valdymas“** (*Miesto parke „Ežio scena“ Sveikatos žinių bangos zonoje*).

**14.30 val. – Gatvės šokis su Andželina** (*Miesto parke prie vaikų žaidimų aikštelės Fizinio aktyvumo zonoje*).

**15.30 val. – Zumba su Gabriele Gegieckaite** (*Miesto parke prie vaikų žaidimų aikštelės*).

**16.00 val. – Diskusija „Vasaros vaistažolės – maistas ir vaistas“ su Mariumi Lasinsku vaistininku-žolininku** (*Miesto parke „Ežio scena“. Sveikatos žinių bangos zona*).

**16.30 val. – Arbatos ir vandens šėlsmas. Arbatos ir vandens gėrimo pusvalandis** (*Miesto parke „Ežio scena“ Sveikatos žinių bangos zonoje*).

**16.30 val. – Aerobika su Danguole Jociuviene** (*Miesto parke prie vaikų žaidimų aikštelės. Fizinio aktyvumo zonoje*).

**17.30 val. – Pilatesas su kamuoliais su Asta Lukauskiene** (*Miesto parke prie vaikų žaidimų aikštelės Fizinio aktyvumo zonoje*).

**18.00 val. – Masinė zumbos treniruotė su Sigita Laurinaitiene (Klaipėda)** (*Minijos slėnis*).

**18.30 val. – Sporto varžybų nugalėtojų apdovanojimai.** (*Minijos slėnis*).

**19.00 val. – Grupė „Lotus“** (Programa slėnyje)

**20.00 val. – Uždarymo koncertas su Sauliumi Prūsaičiu** (Programa slėnyje)

**21.10–22.00 val. Foninė muzika.** (Programa slėnyje)

### **Dienos pojūčio zona**

#### **Dalyviams siūlomi šie sveikatingumo vizitai pas specialistus**

**1 vizitas** – Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro pristatoma Darnios raidos akademija mokiniams.

**2 vizitas** – Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro akcija – Sužinok Gargždų miesto gimtadienio dalyvių KMI indekso, streso lygio, juosmens apimties vidurkį ir SAV žinių lygį (bus vizualiai sugalvota, kaip pademonstruoti dalyvių KMI indekso vidurkį, streso lygio pasiskirstymą). Bus demonstruojamos sveikatos mokomosios priemonės ir vykdoma sveikatos žinių viktorina.

**3 vizitas** – Snoeselen multisensorinė palapinė su Slaugivita.

*„Kviečiame jus apsilankyti multisensorinės aplinkos palapinėje ir pasinerti į pasakišką Snoezelen pasaulį! Snoezelen yra multisensorinė aplinka, skirta skatinti pirminius lytėjimo, skonio, regos, garso, kvapo ir judėjimo pojūčius. Tai ŠVIESOS, SPALVŲ, MUZIKOS, KVAPŲ TERAPIJOS VIENU METU. Burbuliuojantys spalvingi vandens stulpai; šviečiantys gyslelių pluoštai,*



*nusileidžiantys kaip kriokliai; projektoriai, sukuriantys specialiuosius apšvietimo efektus ir spalvas, vibruojantys minkšti baldai, atpalaiduojanti muzika, malonūs aromatai – visa tai jūs rasite, o svarbiausia pajusite, apsilankę sensorinėje Snoezelen palapinėje. Žmonės, patekę į šią aplinką, tarsi patenka į magišką pasaulį, pripildytą įvairių spalvų, šviesos, švelnių garsų ir aromatų. Buvimas multisensorinėje aplinkoje padeda atsipalaiduoti, pamiršti blogas mintis, mažina nerimo jausmą. Vaikus ši aplinka skatina tyrinėti, sudomina ir nuramina, padeda sukonzentruoti dėmesį. Iš pradžių Snoezelen multisensoriniai kambariai ir produktai neturėjo kito tikslo, išskyrus suteikti malonumą, tačiau per pastaruosius 40 metų jų naudojimas buvo išplėstas. Šiuo metu sensoriniai kambariai ir jų elementai yra daugelyje įstaigų, pavyzdžiui, vaikų darželiuose, naujagimių skyriuose, ligoninėse, vaiko raidos centruose, bendrojo lavinimo mokyklose, slaugos ir globos įstaigose, sanatorijose ir SPA, bibliotekose ir viešosiose erdvėse, kontorose ir perkybos centruose. “*

**4 vizitas** – Streso malšinimas su [Klaipėdos Ernesto Galvanausko profesinio mokymo centro](#) mokiniais masažų zonoje.

**5 vizitas** proto mankštai – šachmatų kampelis po medžiu – Sporto centras.

**6 vizitas** – nuolat aptvertoje Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro zonoje: Muzikos terapijos klausymosi erdvė ir aromaterapija atsigulus ir žvilgsniu į dangų medžių lajoje ant hamakų.

**7 vizitas** – pirmosios pagalbos mokykla su Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuru – išmok naudotis defibriliatoriumi.