

PATVIRTINTA

Kvalifikacijų ir profesinio mokymo plėtros centro direktoriaus 2026

m. sausio 15 d. įsakymu Nr. V1-2026-8

TREČIOJO AMŽIAUS UNIVERSITETŲ IR KITŲ NEFORMALIOJO SUAUGUSIŲJŲ ŠVIETIMO IR TĘSTINIO MOKYMO SI TEIKĖJŲ, VYK DANČIŲ ASMENŲ, SUKAKUSIŲ SENATVĒS PENSIJOS AMŖIŲ, NEFORMALŲJŲ ŠVIETIMĄ PROGRAMŲ

SARAŠAS

Eilės nr.	Programos pavadinimas	Tobulinama kompetencija	Trukmė valandomis	Programos anotacija	Programą pasirinkusių TAU ir kitų NSŠ teikėjų skaičius*
1.	Sveikos gyvensenos mokymai <i>Pasirenkamieji moduliai: Sveika mityba, Atsakingas vaistų vartojimas, Fizinis aktyvumas</i>	Sveikatos vyresniame amžiuje stiprinimo kompetencija	8 akad. val.	Mokymų programa skirta suteikti vyresnio amžiaus asmenims žinių ir praktinių įgūdžių, padedančių stiprinti fizinę ir emocinę sveikatą bei palaikyti gerą savijautą kasdieniame gyvenime. Programoje nagrinėjami sveikos mitybos, atsakingo vaistų vartojimo ir fizinio aktyvumo klausimai, atsižvelgiant į individualius poreikius, gyvenimo būdą ir sveikatos ypatumus. Mokymų metu dalyviai susipažins su subalansuotos mitybos principais, dažniausiai pasitaikančiomis mitybos klaidomis, vaistų suderinamumo ir saugaus vartojimo aspektais, taip pat su fizinio aktyvumo svarba emocinei sveikatai ir kasdieniui savijautai. Bus aptariami praktiniai pavyzdžiai, pateikiamos rekomendacijos, kaip sveikus įpročius pritaikyti kasdienėje veikloje, siekiant didesnio savarankiškumo ir gyvenimo kokybės. Mokymai vyks kontaktiniu būdu, taikant diskusijas, praktines užduotis ir realių situacijų aptarimą.	29

2.	Floristikos ir apželdinimo mokymai <i>Pasirenkamieji moduliai: Floristika, Apželdinimas</i>	Floristikos ir apželdinimo kompetencija	8 akad. val.	<p>Mokymų programa skirta suteikti vyresnio amžiaus asmenims žinių ir praktinių įgūdžių floristikos ir apželdinimo srityse, skatinant kūrybiškumą, ryšį su gamta ir prasmingą laisvalaikio leidimą. Programa orientuota į praktinę veiklą, leidžiančią dalyviams išbandyti įvairias kūrybines ir aplinkos puoselėjimo formas.</p> <p>Mokymų metu dalyviai susipažins su floristikos pagrindais, gėlių komponavimo principais, spalvų derinimu, kambarinių augalų priežiūra bei sezoninių kompozicijų kūrimu. Apželdinimo dalyje bus aptariami augalų parinkimo, sodinimo, sklypo ir aplinkos priežiūros pagrindai, vaistažolių ir prieskonių auginimo galimybės.</p> <p>Taip pat programa padės stiprinti praktinius gebėjimus, skatins kūrybinę saviraišką ir prisidės prie emocinės gerovės. Mokymai vyks kontaktiniu būdu, didelę dalį skiriant praktiniams užsiėmimams.</p>	16
3.	Meninio ir kultūrinio pažinimo mokymai	Meninio ir kultūrinio pažinimo kompetencija	16 akad. val.	<p>Meninio ir kultūrinio pažinimo mokymų programa skirta vyresnio amžiaus asmenims, norintiems geriau pažinti kultūros paveldą, meną ir kūrybines raiškos formas per tiesioginę patirtį ir asmeninį įsitraukimą. Programa orientuota į pažinimą per gyvą kontaktą su kultūrine aplinka, istorija ir kūrybos procesu.</p> <p>Mokymų metu dalyviai lankysis dvaruose ar kituose istoriniuose ir kultūriniuose objektuose, susipažins su jų istorija, architektūra, kasdieniu gyvenimu ir kultūrine reikšme. Taip pat bus nagrinėjama muzikos ir literatūros raiška – nuo žymių kūrėjų ir jų darbų pristatymo iki gyvo muzikavimo, kūrinių skaitymo, aptarimo ir dalyvių kūrybinių užduočių pristatymo.</p> <p>Programa sudaro galimybes ne tik įgyti naujų žinių, bet ir patirti meną kaip bendravimo, saviraiškos ir emocinio ryšio šaltinį. Mokymai vykdomi kontaktiniu būdu, derinant pažintinę informaciją su diskusijomis, praktinėmis veiklomis ir edukaciniais užsiėmimais autentiškoje aplinkoje.</p>	30
4.	Informacinių technologijų naudojimo mokymai valdant savo finansus	Informacinių technologijų naudojimo valdant savo finansus kompetencija	8 akad. val.	<p>Sparčiai kintant technologijoms ir vis daugiau kasdienių paslaugų persikeliant į skaitmeninę erdvę, vyresnio amžiaus asmenims tampa ypač aktualu gebėti saugiai ir užtikrintai naudotis informacinėmis technologijomis. Finansinės apgaulės, sukčiavimo schemos ir klaidinanti informacija internete kelia realias rizikas, todėl svarbu stiprinti gebėjimus atpažinti galimus pavojus ir priimti pagrįstus sprendimus.</p> <p>Mokymų programos tikslas yra suteikti vyresnio amžiaus asmenims pagrindinių skaitmeninių gebėjimų, reikalingų kasdieniam finansų tvarkymui ir saugiam naudojimuisi šiuolaikinėmis paslaugomis. Šių mokymų metu dalyviai turės galimybę susipažinti su saugiu naudojimusi banko</p>	13

				<p>paslaugomis internetu ir telefonu, finansinių sukčiavimo atvejų atpažinimu bei asmens duomenų apsaugos principais.</p> <p>Taip pat bus pristatomi finansų valdymo skaitmeniniai įrankiai – biudžeto planavimas, taupymo galimybės, informacija apie investavimą, draudimą, valstybines išmokas ir mokesčių lengvatas.</p> <p>Dalis mokymų bus skirta bendravimui internetu per pagrindines programas bei mokymosi ir finansinio raštingumo galimybės skaitmeninėje erdvėje.</p> <p>Programa orientuota į praktinį mokymąsi, realių situacijų aptarimą ir dalyvių savarankiškumo stiprinimą. Mokymai vyks kontaktiniu būdu, taikant praktines užduotis ir diskusijas.</p>	
<p>*Pagal pateiktas e.paraiškas TAU programoms užsakyti.</p>					