

A photograph of a business meeting. In the foreground, a person's hands are visible, one pointing at a laptop screen and the other holding a coffee cup. In the background, a woman in a dark blazer is talking on a mobile phone. The scene is dimly lit, with the primary light source coming from the laptop screen and the coffee cups.

SENIORS AND TECHNOLOGIES

IRENA

- AGE 65 +
- Kaunas TAU student
- Retired
- Ex-Engineer



NEGATIVE TRENDS

- No big practice to travel
- Poor English level
- Not smart in ICT (to buy ticket to public transport, museums, theatres, Bolt/Taxi; no knowledge in Google maps, no useful mobile programs)
- Health problems /ageing problems (low vision, low hearing, heart problems, joint problems)
- Meal problems (too hard to chew, allergy, intolerance)
- Scare to travel



FEARS

- Limited finances
- Nervious about health
- Get lost / loose something (especially phone)
- Fear of making mistake (not to understand information)
- Lack of information about country
(laws, procedures, habits, rules)



POSITIVE TRENDS

- Want to travel
- To learn something new
- To get to know new cultures
- Openness to new experience
- Overcome fear to leaving the comfort zone / except challenges



OPPORTUNITIES

- Plenty of time, because free of work time and family lives alone
- Health still more or less allows to travel
- Small, limited but stable finances/income



HOPES

- To find out about the world by myself as much as possible
- Be self-confident and believe anything is possible if you want
- To reach a new level in personal life
- To find inner peace
- Become more interesting and attractive to other people
- To find new friends (or even a husband...)
- To get help from the person you know more (ICT, language...)



NEEDS

To enjoy and
experience life
to the fullest
while we still
can !

ERASMUS+ PROJECTS

The main tool – separate page in Kaunas TAU website kaunastau.lt



FAKULTETAI ▾ KAUNO TREČIOJO AMŽIAUS UNIVERSITETAS ▾ PROJEKTAI **NAUJIENOS** KAUNO TAU FB Rėmėjams ir partneriams 🔍

Kauno TAU yra nevyriausybinė neformalaus vyresnių suaugusiųjų švietimo organizacija, siekianti gerinti vyresnio amžiaus žmonių socialinę integraciją, palaikanti jų fizinį ir psichosocialinį aktyvumą, įgalinanti mokytis visą gyvenimą, skatinanti produktyvią ir turiningą veiklą, praturtinanti nauja patirtimi, veikianti švietimo, socialinėje, kultūros bei kitose srityse.



NAUJIENOS

2025-10-06

ERASMUS+ projekto T.R.A.I.L (Transition to Accessible and Inclusive Learning) kūrybinės dirbtuvės spalio 14- 16 dienomis ir baigiamoji konferencija Kaune BLC konferencijų centre (K.Donelaičio g. 62, A korpusas), kurioje dalyvaus partneriai iš Vokietijos, Portugalijos, Prancūzijos, Italijos ir Lietuvos. Darbas vyks anglų kalba.

Kūrybinių dirbtuvių Lietuvos komanda suformuota ir pasiruošusi darbui, bet labai kviečiame daugiau dalyvių ir svečių į baigiamąją konferenciją spalio 17d. nuo 9:00 val.

INVITATION – REGISTRATION FORM

Announce information about future journeys (date, country, duration)

Criteria of participants selection (at least minimal English, sufficient physical capacity to travel with group)

Travel conditions (group journey with leaders, fully financed, all arranged (flights, accommodation, food, excursions and even activities during free time if you want)

INVITATION – REGISTRATION FORM

ERASMUS+ Grupinių mobilumų 2025-2026 dalyvių apklausa atrankai

B I U ↻ ✕

Gerb. Dekanai, prašau atsakyti į žemiau pateiktus klausimus, kad galėtume tinkamai suplanuoti keliones 2025-2026 metais. Dekanams skiriama pirmenybė į visas keliones, o klausytojams-dekanų padėjėjams ir lektoriams - pirmenybė dar nebuvusiems mobilumuose ir turintiems bent bazines anglų kalbos žinias. Erasmus+ Grupinis suaugusiųjų mobilumas - tai galimybė suaugusiųjų grupėms vykti į kitą Europos šalį mokytis, dalintis patirtimi ir pasisemti idėjų, o kelionės išlaidas finansuoja ES. 2025-2026 m. esame suplanavę į tokio tipo mobilumus išsiųsti 4-5 grupes po 15-16 dalyvių taip bent iš dalies atsilygindami mūsų Kauno TAU savanoriams už jų indėlį į suaugusiųjų švietimo veiklas.

Email *

Valid email

This form is collecting emails. [Change settings](#)

Ką siūlytumėte išsiųsti į Grupinį mobilumą Lenkijoje, Jelenia Gora mieste š.m. lapkričio 17-21 dienomis +2 dienos kelionei. Tema "Išmaniųjų telefonų naudojimas kasdieninėse veiklose". Kelionė autobusu. Grupėje 12 vyresniojo amžiaus senjorų (dekanų, lektorių ir dekanų padėjėjų) ir 3-4 jaunesni lydintys asmenys iš dekanų ar lektorių tarpo.

- Važiuočiau aš asmeniškai kaip lydintis asmuo, galintis pasirūpinti kitais vyresnio amžiaus dalyviais
- Kartu važiuotų mano fakulteto seniūnas, fakulteto lyderis arba lektorius
- Norėčiau į kelionę įtraukti ir trečią fakulteto dalyvį kaip atsarginį

EXPERIENCE AND FEEDBACK

- Photos, videos, reels from journeys
- Participants stories (text, video) on a web
- Meeting with participants and future travelers (personal experience and questions)

ADVISES

Videos with specialist information:

- Bank (credit card, limits, currency, specificities in countries and etc...)
- Insurance companies
- Communication companies
- Travel agents
- ICT specialists

Easy to understand for seniors!



Kauno trečiojo amžiaus universitetas
4 tūkst. stebėtojai • 6 stebima
Kauno trečiojo amžiaus universiteto misija - užtikrinti geresnę vyresnio amžiaus žmonių integraciją į visuomenę. Kauno Trečiojo amžiaus universitetas yra savanoriška visuomeninė organizacija.

[Stebėti](#)
[Siųsti el. laišką](#)

Kauno trečiojo amžiaus universitetas
4 tūkst. stebėtojai • 6 stebima
Kauno trečiojo amžiaus universiteto misija - užtikrinti geresnę vyresnio amžiaus žmonių integraciją į visuomenę. Kauno Trečiojo amžiaus universitetas yra savanoriška visuomeninė organizacija.

Kauno trečiojo amžiaus universitetas
4 tūkst. stebėtojai • 6 stebima
Kauno trečiojo amžiaus universiteto misija - užtikrinti geresnę vyresnio amžiaus žmonių integraciją į visuomenę. Kauno Trečiojo amžiaus universitetas yra savanoriška visuomeninė organizacija.

[Stebėti](#) [Siųsti el. laišką](#)

[Įrašai](#) [Apie](#) [Naujienos](#) [Daugiau](#)

Užsienio informacija

DREAM JOURNEY TO PUGLIA – ecological journey – MEDITERRANEAN DIET

- 2026 April, 5 days of mobility training (+ 2 for arrival/departure)
- Criterias: at least minimal English, sufficient physical capacity to travel with group (a lot of walking)
- Travel conditions (group journey with leaders, fully financed, daily allowance)
- All arranged (direct flight from Kaunas airport, rented transport in Italy, accommodation in cozy hotel in double rooms, excursions for no extra fee)
- And even activities during free time if you want (for extra pay)
- Training information: get to know with mediterranean diet (visiting eco farms, olive gardens, making food, tasting food and lectures about health benefits from this way of life)
- Using WhatsApp for communication during the journey





I hope to see you
soon and meet you

somewhere in
Europe!!!

The presentation was produced during the
ERASMUS+ T.R.A.I.L. project
on 13-17-2025 in Kaunas.

The team consisted of women from Kaunas TAU "FEEL FREE" social club, founded by Jolanta Velykienė, who were assisted by Skaidra Grabauskiene at the event.

You can provide support via the account number indicated on the kaunastau.lt page and by e-mail: jolanta.velykiene@gmail.com