

EDITORIÁL / 03

PÍŠAČKY JOZEFA ROZBORU:
ZÁHORÁCKY ARMSTRONG / 04

LISTY MARIANA S.: CESTOVANIE VLAKOM / 09

ROZHOVOR: ODLIŠNOSŤ JE VZÁJOMNÁ / 12

FOTOPRÍBEH: NÓRSKO / 24

BEZPEČNÁ JESEŇ ŽIVOTA / 29

VÝLETY MICHALA MAJTÁNA: DEVÍN / 30

VYPOČUJME: STAROBA SÍCE NIE JE DIAGNÓZA,
ALE NIEKEDY K NEJ TAK PRISTUPUJEME / 31

PROGRAM

HUDBA / 32

DIVADLO / 33

VÝSTAVY / 36

PRE DETI / 39

ŠPECIÁLNE PRE SENIOROV / 40

KURZY, PRECHÁDZKY A INÉ / 42

CVIČENIA / 42

STAROMESTSKÁ KNIŽNICA / 44

KONTAKTY / 46

foto na obálke:
Blumentál a Avion, okt. 2022

Kráčala som so synom po ulici a rozprávali sme sa. Postupne som v myšlienkach zašla o pár rokov ďalej, keď mi predstaví lásku svojho života. A ja budem šťastná. Ved', čo je lepšie, než kráčať životom s niekým, koho milujete? Aké mám šťastie, že môžem ísť po tej ulici s ním.

Čo ak on to šťastie nebude mať a jeho láska bude musieť ostať schovaná za múrmi? Nebude môcť prekročiť prah domova bez strachu o vlastný život?

Môj syn je stále ešte dieťa. Má len 14 a ktovie, koho mi predstaví a s kým sa nakoniec usadí, aby spolu zdieľali svoje dni. Tak mám pred sebou ešte pár rokov, kedy mu môžem pripraviť lepší svet.

Keď sa rozhliadam okolo seba, vidím, že mnohí tých pár rokov už nemajú. Dúhová nálepka na dverách nášho centra hovorí, že sme otvorení každému. A škrabance, ktoré na nej deň za dňom pribúdajú, hovoria, že aj taký malý symbol rovnosti môže niekomu prekážať. Máme ďalšie nálepky. Keď bude treba, oblepíme sa skrz naskrz. Vezmeme do rúk zástavy s dúhou, zástavy s modrým nebom nad žltou pšenickou, obujeme si každú ponožku inú, pripneme nezábudku... Lebo to je to, čo môžeme urobiť. Nevie, ako sa bude lepší svet. Tak mi zatiaľ budú musieť stačiť nálepky a vlajky. A naše centrum bude otvorené naozaj pre každého. Či máte po svojom boku muža, ženu, alebo ste sami, či ste psíčkar alebo mačkár, či máte tykadlá alebo plešinku, ste u nás vítaní.

A možno predsa môžeme urobiť niečo viac, než len vyvesiť vlajku alebo nalepiť (či aspoň nestřhať) nálepku. Môžeme svojim blízkym dať najavo, že ich máme radi. Možno tak sa robí svet lepším.

ZÁHORÁCKY ARMSTRONG

„Záhorácku polku hrajte, polku, ktorú každý má tak rád...“ nieslo sa večerným májovým povetím v roku 1982 z Kultúrneho domu jednej obce pri Malackách. Z obce známej tým, že v nej žijú ľudia hrdí na svoje rodisko a na poctivú prácu, za ktorú sa nemusia hanbiť. Ale aj tým, že sa vedia aj po pracovnej lopote aj poriadne zabaviť. Nálada medzi účastníkmi májovej veselice po tradičnom stavaní vysokého smreku, *Májky pre šecky dzívčence v dzedzine*, bola veselá. Májka nespadla, ako vlani, pár minút po vztýčení, pričom rozbila aj fľašky priviazané na jej vrcholci naplnené miestnym vínom *samo-rodákom*. Nazývajú ho aj *turošinové* (*turošina* = kukurica), pretože, keď sa ho napijete, určite aj v tej najmenšej kukurici zablúdite. To bola najväčšia pohroma pre šetrných občanov obce. To, že padajúca Májka zvalala plot Požiarnej zbrojnice, bolo druhoradé.



Nad všetkými nástrojmi miestnej dychovky vyčnieval čistý tón nablýskanej striebornej trúbky. S prižmúrenými očami, s bielym, zapoteným *šnuptichlom* (vreckovkou) v pravej ruke, hral Štefan, prezývaný aj Armstrong, v širokom okolí vyhlásený murár. Ale poďme po poriadku.

Na trúbku hral v ich rodine mamin brat, Tomáš. Malý Štefan bol rád, keď mu ju pomáhal leštiť a nosil obal počas slávností v dedine,

kedy sa chodilo od jedného konca na druhý. Tých bolo požehnané – oslavy oficiálneho vzniku obce, cirkevné a svetské sviatky, najmä Veľká noc a oslavy 1. mája. No hlavne hody sa tu slávil viac dní v kuse (*hody, hodky, hodičky, hodulénky*). Hrať ešte nemohol, pretože mu ešte *nedorástua huba na nátrubek*.

Lenže strýko sa počas jednej súťaže dychoviek v Čechách zalúbil. Po čase mal svadbu a odsťahoval sa za nevestou. To už mal Štefan šesťnásť rokov a pusťu schopnú prijať tvrdý a studený kov trúbky. Trúbku však nemal, pretože v dome spolu s ním rástli ešte traja mladší súrodenci. Až v jeden deň sa usmialo šťastie. Otec priniesol z pošty balík od strýka Tomáša. V ňom bola, v kope papiera zabalená, trúbka s vyčáčkávaným nápisom *Kraslice* s klapkami vykladanými perleťou. K tomu list :

Nazdar Ščefan.

Fčil bydlím a dělám daleko v Čechách, ale nezapomněu sem na Tebja. Posílám Ti stríbrnú trúbku, nech je aj z Tebja dobrý muzikan, jak je to naši rodzine zvykem. Moc k temu netreba. Enem sa naučit noty a furt hrát a hrát.

Tvůj strýc Tomáš.

Odporúčania strýka dodržal a po niekoľkých rokoch sa stal jedným z členom dedinskej dychovky, ktorá práve oslavovala dvadsať rokov od svojho založenia.

Okrem osvedčených kusov začal experimentovať napodobňovaním hry svetoznámeho trubkára Luisa Armstronga, čo ako vítanú zmenu ocenili všetci poslucháči. Nehrával iba na koncertoch. Tóny jeho trúbky mohli ľudia počuť priamo od postavenej glajchy domu alebo garáže, ktorú staval. Vtedy v jeho podaní znelo *Il Silenzio* (ktoré často počúval na futbalovom štadióne v Trnave, kde bol na vojenskej prezenčnej službe) skutočne radostne a slávnostne. „*Čujete ludé, Ščefan zas postavil něco pjekné a užitečné,*“ hovorili si poslucháči z okolia počas oslavného hrania.

Okrem hrania na trúbke mal ešte jednu záľubu. Rád si zahral mariáš, čo sa nepáčilo jeho žene Jožine. Vždy mu poriadne ponadávala, keď prišiel neskoro domov: „*Kukni sa, ty starý kozel! Máš ešte maué dzeci, keré potrebujú nové boty. A treba kúpit uhlá na zimu. A ty enem práškaš týma čertovýma obrázkama bez chosnu pre rodzinu. Dobre mi tá moja maminka ríkali, neber si ho, šak ten ví enem cihly a karty pokládat.*“ Susedy jej vždy referovali, že Štefan hrá v krčme karty so

studniarom Slávom, hasičom Gustom a Lojzom, vedúcim kulturáku. Aby predišiel rečníckym cvičeniam domácej jazyčnice, urobil si so spoluhráčmi kartársky brloh v malom sklade liehovín, priamo v kultúrnom dome. Tu mali okrúhly stolík, okolo ktorého sedeli na debničkách od piva potiahnutých kožami z diviakov. Okno nebolo, iba pevné oplechované dvere, ktoré počas kartárskych manévrov z vnútra pevne zahasprovali. Lojzo, Gusto aj Štefan boli počas zábav v službe. Slávo sa, po dobrom zárobku za vykopanú studňu, tiež rád zabavil. Popritom rozmnožil ťažko zarobené peniaze alebo, čo bývalo častejšie, prenechal ich šťastnejším spoluhráčom.

Po pokyne krčmára, ktorý mal kľúč od skladu, sa Štefan pohľadom vypýtal od kapelníka na potrebu. Ten poznal dôvod jeho častých odbehnutí a nebránil mu v nich. Ved' bol v kapele vedúca osobnosť a vhodnú náhradu nemal. A hneď zneli mohutné kartárske pokriky bez kibicov (*kontra, re, dvadsať, štyridsať, sedem gulí jak v Sarajevu, flek...*). Po príchode späť na javisko bolo poznať, ako sa mu darilo pri búchaní kartami do stola podľa trilkovania trúbky.



Na jednu augustovú sobotu dostala kapela pozvanie od bohatého mäsiara z Levár, hrať na svadbe jeho jedinej dcéry Terky. Pláca dohodnutá za účinkovanie bola taká vysoká, že niekoľkonásobne prevýšila honorár za domáce veselice. Mäsiar mal však jednu podmienku: „*V každom prípade scem, aby prišeu aj ten záhorácky Armstrong. Ja si rád púšcam hudbu teho pravého na gramafóne, najradči keď porážam svine a tak neočujem ich kvíkaní. Šak aj my, masári, sme enem ľudé a môžeme mat vztah ke kultúre, né?*“

V piatok pred svadbou hrala kapela do tanca miestnym dôchodcom. Zábava skončila skôr, ako zvyčajne, pre únavu starších spoluobčanov spôsobenú najmä konzumáciou cukrom dosladeného *kyseuého*, ale *veseuého* domáceho vína. Štefan sa vypýtal od kapelníka na kartársku potrebu a tak kartárska štvročlenka hrala mariáš až do neskorých večerných hodín. Predtým položil trúbku do kúta javiska. Tam, kde sa zatahovala opona. Čierny futrál, v ktorom ju nosil, zobral so sebou, pretože do neho pred manželkou ukrýval vyhrané peniaze. Darilo sa. A tak nad ráno odišiel domov spokojný. S futrálom s peniazmi, bez trúbky. Jednoducho na ňu zabudol.

Ráno, keď sa už chlapi z dychovky trúsili k autám, ktoré ich mali odviezť na svadbu, budí ho jeho živý budík: „*Stávaj ty hebedo. Šeci sú už venku, enem ty si lehníš v posteli jak kebys voly prodau. Košelu a kravatu s tým jelenem v skoku máš vyžehlené. Né abys tú vázanku zasviniu jak na jágerskom plese, keď si mi ríkau, že ti ju pošuapali lebo boli šeci opití enem tys byu trízvy!*“



Rýchlo sa obriadil a s obalom od trúbky pod pazuchou utekal k autám. Až po príchode do Levár zistil, že mu trúbka chýba. Chytré nasadnúť s kolegom do auta a švihnúť pre ňu späť do kultúrneho domu! Svadobný otec, mäsiar Urban, sa parádne rozčertil po zistení, že trubkár chýba: „*To sem si moheu myslet, že už není spolehnutí ani na Záhorákú od Moravy. Gážu dostanete enem pouovičnú a žádnú výslužku! Šak sa pod černú zem prepadnem od haňby pred novými svatovcami, kerým sem svúbyu že im bude do tanca vyhrávat záhorácky Armstrong.*“

Po príchode s trúbkou späť si to Štefan namieril do kostola, kde ho za úplatok kostolník pustil na vežu k zvonu. Odtiaľ mal dobrý

výhľad na svadobný sprievod vedený smutnými kolegami hudobníkmi. Pred príchodom k domu nevesty krásnym tónom trúbky spustil tunajšiu odobierku: „*Kebych ja vjedzeuá, kde budem nevjestú, zametaua by som pred tým domem cestu...*“ K tomu sa pridali ostatní kolegovia. To už nálada začala byť veselšia. Urbanovi žiarili očká, keď budúceму svatkovi vysvetľoval, že to on zariadil nebeskú hudbu. Pred vstupom do kostola rezko spustil tóny *Bartholdyho Svadobného pochodu*, k čomu sa pridali aj organista. Všetky tetky prizerajúce sa obradu až slzili nad tou krásou: „*To tu ešte nebyuo. Žeby si ten Urban zapuvacil až tam na nebeskej húre? Určite tú pěknú muziku čujú až v Gajarých a Kiripolci.*“

Pochod z kostola na obrad na MNV a svadobnú hostinu bol oveľa radostnejší, keď v čele pochodoval Štefan s nablýskanou trúbkou a bielou nažehlenou vreckovkou prichytenou iba malíčkom pravej ruky. Lenže to ešte nebolo všetko. Jeho skutočná muzikantská lopota začala v čase, kedy ostatní kolegovia mali prestávku. On musel do nekonečna do uška vyhrávať Urbanovi najmä pesničku *Mackie Messer*. A ten sa ju so slzami v očiach snažil spievať. Zrejme sa mu páčili slová: „*Žralok zuby má jak nože...*“ (tým on, ako poriadny mäsiar, dobre rozumel.) Keď už mäsiar videl, že Štefan má toho dosť prehlásil: „*Prissámvačku, ked sa mi narodí vnúček, pomenujem ho podla Armstronga, Luis. Teda po našem, Ludva.*“

„*Byua to pjekná suatba. A ten trubkár neměu chybu jak pjekně hrau z kostelnej vježe,*“ zhodli sa Levárčania. „*Kostelník ríkau, že aj zvon pukéu. Ale to si enem namýšua, aby ludé dávali vác peněz do zvončeku. Asi potrebuje omšového pre ten svoj věčne smadný gágor.*“

Spokojná bola aj Štefanova manželka. Štedrá odmena za hudobnú lopotu postačila na nákup ošatenia pre deti, aj paliva na zimu. A, aby sa o nej nehovorilo, že je veľmi šetrná, kúpila Štefanovi balíček nových dvojhľavých mariášových kariet.

CESTOVANIE VLAKOM

Milí moji čitatelia,

v poslednej dobe sa mi podarilo viackrát cestovať vlakom i na dlhšie trate, hlavne do Prahy.

Posledná cesta do Prahy bola smutná, pretože som bol na pohrebe môjho spolužiaka.

Hlavný dôvod, prečo píšem tento príbeh, je cestovanie vlakom v dnešnej dobe. Rýchlik, ktorým som šiel tam i späť, je označený ako Metropolitan Slovenská strela.

Aký mám dojem z cestovania v dnešných vlakoch? Som veľmi prekvapený, akú úroveň majú v technickom vybavení.

Cestoval som v piatok a väčšina cestujúcich boli mladí a ľudia v strednom veku. Hneď pri nástupe a usadení sa na svojom miestenkou zabezpečenom mieste, každý ihneď vytáhuje mobil a prenosný počítač, na ktorom v priebehu cesty pracuje. Vo vybavení vlaku je možnosť pripojiť sa na elektrickú sieť, ktorú mnohí využívajú. Celkový dojem výbavy vozňov je na vysokej úrovni, veď sedadlá sú potiahnuté krásnymi látkami a pripomínajú cestu prvou triedou. Čistota je na veľmi dobrej úrovni, dokonca i toalety sú čisté a funkčné. Obdivoval som informácie na televíznej obrazovke, uvedený čas príchodu do najbližšej stanice a tiež rýchlosť, v akej sa vlaková súprava práve pohybuje. Hlučnosť je minimálna, počuť iba šum klimatizácie. Žiadny rozdiel v hluku pri rýchlosti 40 alebo 160 km/h. Elektrifikovaná trať, ktorú sme si pred sedemdesiatimi rokmi nevedeli ani predstaviť!

A ako cestovala naša generácia pred tými sedemdesiatimi rokmi? V rokoch 1954 až 1958 som cestoval vlakom do južných Čiech ako študent. Cesta mi trvala 18 hodín. V tom čase sa využívali iba parné lokomotívy. Spôsobovali veľkú nečistotu dymom z komína v priebehu celej cesty. Zameriam sa iba na úsek Bratislava – Praha, ktorý trval 8 hodín. Nepamätám si na možnosť zakúpenia miestenkového lístka, vždy sme sa snažili do vlaku dostať čo najskôr. Na hlavnom nádraží v Bratislave sa stretávali študenti z celého západo-

slovenského kraja. Prváci a druháci varovali batožinu na nástupišti, starší tretiaci a štvrtáci sa snažili získať kúpe v pristavenom vlaku, v ktorom sme potom sedeli až do Prahy. Kufre sme oknom podávali do vlaku a snažili sme sa dostať na naše obsadené miesta. Vlak býval preplnený a veľa ľudí muselo stáť alebo, v lepšom prípade, sedieť na kufroch v malej chodbe.

V tom čase neboli vo vlaku žiadne technické vymoženosti. Boli sme radi, že sme sa dopravili, i keď za ťažkých podmienok, na určené miesto.

Zo školy sme sa domov dostali iba na vianočné a veľkonočné prázdniny a na konci školského roka. Z dlhej cesty sme prichádzali domov čierni, úplne špinaví od dymu z lokomotívy, lebo často sme mávali otvorené okná. Keď som prišiel domov, mamka so mnou spravila cirkus a začala povinná hygienická očista. Viete si predstaviť, ako sme to, ako 15 – 16 roční chlapci, mali radi!?

Pamätám si aj vlakové súpravy na kratších tratiach, v ktorých sme sedeli na drevených laviciach. Dnes by sme to považovali za romantiku. Dokonca o tom radi rozprávame našim vnúčatám i pravnúčatám. Na záver by som chcel pripomenúť, že porovnávam neporovnateľné – ako pokročila technika a kultúra v cestovaní oproti tomu, ktoré zažívala dnešná najstaršia generácia v prvej polovici 20. storočia. Doprajem našej mládeži luxus, nech si vážia vymoženosti tejto doby.

Pozdravuje vás všetkých Marian S.



Pre seniorov

WORKSHOP: TVORIVÉ PÍSANIE

začínáme 3. 5. 2023 o 15:00

2 - hodinový kurz: 3.5. | 17.5. | 31.5. | 14.5. | 28.5.

Prídte a skúste sa vyjadriť písaním.

Poetka a prekladateľka: Mila Haugová

VSTUP 35 € (celý kurz)



Staromestské centrum kultúry a vzdelávania,
Školská 14, Bratislava

STÁLE DOBRÍ

www.staledobri.sk

ODLIŠNOSŤ JE VZÁJOMNÁ

Predstavu človeka s mentálnym znevýhodnením máme spojenú s bezmocnosťou: nemôže mať vlastný život, nemôže pracovať, treba sa o neho postarať, je na príťaž. Túto stereotypnú predstavu vyvracia divadlo Stopy snov. V rámci výstavnej série BEZ CITLIVOSTI SME BEZOHLADNÍ, BEZ VNÍMAVOSTI LAHOSTAJNÍ vám prinášame rozhovor s Martinou Lukáč Jakubcovou o jej spolupráci s ľuďmi s mentálnym znevýhodnením a o divadle, v ktorom sú hercami.

Čo sú Stopy snov?

Stopy snov je divadelný súbor, v ktorom sú hercami ľudia s mentálnym znevýhodnením. Naša práca nie je len o hraní divadla, ale o celej tvorbe, ktorej súčasťou sú aj herci so znevýhodnením – pravidelne sa stretávame, tvoríme so skupinou viac či menej profesionálnych divadelníkov a vytvárame divadelné predstavenia. Tie potom naši herci hrajú pre verejnosť.

Ako sa vaši herci dostali k vám do divadla?

Nedostali sa oni do divadla, divadlo prišlo k nim. Projekt nášho divadla nevznikol z ich podnetu. Začiatok bol zorganizovaný ľuďmi zvonka. Paťa Jarjabková Garajová oslovila konkrétnu skupinu ľudí, ktorých spájalo to, že spolu chodili do Primy (Domov sociálnych služieb Prima n.o., pozn. red.), kde trávili svoje dni. A s touto stálou skupinou začala divadelne pracovať spolu s dramaturgičkou Viki Janouškovou.

Čo im, alebo vám všetkým, dáva divadlo?

Čo dáva divadlo našim hercom, to sa treba spýtať ich. Ja si myslím, že robia divadlo, lebo sa im to páči. Je príjemné a naplňajúce tvoriť, stretávať zaujímavých ľudí, mať priateľov, niečo sa pri tom dozvedieť. To je motivácia, ktorú máme všetci.

Práca v divadle, aj keď amatérska, ochotnícka, je stále práca. Je náročná, lebo je systematická, vyžaduje čas, sústredenie aj výkon. Sú to povinnosti ako prísť, pripraviť sa, mentálne pracovať, pamätať si... Myslím si, že s takýmto tlakom zvonka sa niektorí naši herci inde nestretnú. A práve to sa im môže páčiť. V divadle Stopy snov zažívajú zodpovednosť a s tým súvisiace príjemné aj nepríjemné pocity. Prináša to istú normálnosť.

Výzvou pre nás všetkých je aj to, že musíme spolupracovať. Na vzniku inscenácie sa podieľa každý, ľudia od seba závisia.

S kým z profesionálnych divadelných tvorcov spolupracujete?

Aktuálne spolupracujeme so študentkami Vysoké školy múzických umení, ktoré študujú réžiu a dramaturgiu. Zaujíma ich práca v špecifických skupinách. Majú za sebou divadelnú skúsenosť s rómskymi

deťmi a je pre nich atraktívne prinášať verejnosti práve divadelnosť neprofesionálnych hercov.

Podľa mňa je pre divadelných profesionálov zaujímavé pracovať s neškoleným hercom, ktorý prináša do procesu tvorby aj do výslednej inscenácie niečo iné. Naši herci idú do každého predstavenia veľmi odhodlane a slobodne. Nie sú zviazaní návykmi ani skúsenosťami, v tomto zmysle ich tvorba začína vždy nanovo a je akoby bez limitov.

Režisérka, ktorá s nami aktuálne spolupracuje, Ema Benčíková, získala štipendium na výskum performativity zdravotného znevýhodnenia. Vďaka takýmto projektom sa téma divadla ľudí so špecifickými potrebami dostáva aj do škôl, čím sa zvyšuje povedomie o celej problematike.

Čo je tvoja úloha v OZ Stopy snov?

Som predsedníčka občianskeho združenia Stopy snov, čo znamená, že robím všetko (smiech). Z formálneho

Predstavenie KUKÁTKOM, ktorého spolautorkou je M. L. Jakubcová a zahrála si v ňom postavu Hlasu; na fotografii: J. Frištacký a B. Dragúňová, 2019;



hľadiska mám právnu zodpovednosť, koordinujem chod združenia, celé administratívne zázemie, projekty, účty, dane, finančné zdroje, zmluvy... Venujem sa najmä organizačnej práci, ako je manažovanie skúšok a produkcia predstavení. V minulosti som v predstaveniach aj hrala, no odkedy som mamou, tak som sa tejto tvorivej časti vzdala. Dúfam, že len dočasne.

Kto sú vaši diváci?

Pre koho to vlastne robíme? To je naša večná otázka. Časť našich divákov je komunita, ktorá nás pozná. Aj našu tvorbu, aj nás osobne.

Zaujímavou skupinou sú rodičia našich hercov. Tvorí významnú časť publika a to veľmi špecifickú, pretože sa prichádzajú pozrieť nielen na predstavenie, ale aj na svoje dieťa na javisku. Vidia, že dokázalo niečo, čo sa nie každému podarí – stáť na doskách, ktoré znamenajú svet a zožať potlesk.

Vo všeobecnosti sú naši diváci odvážni, pretože prichádzajú na neznáme predstavenie a nevedia, čo majú očakávať. Máme radi divákov, ktorí premýšľajú mimo konvenčných hraníc a predstavenie sa vždy snažíme tvoriť pre tých, ktorí majú radi divadlo aj v jeho alternatívnejšej forme.

Ako staršia generácia vníma vašich hercov?

Moja skúsenosť je taká, že ľudia, ktorí majú teraz 65 a viac rokov, sa na našich hercov pozerajú s lútosťou. V ich vnímaní zdravotného znevýhodnenia (nielen mentálneho) prevláda lútosť a možno aj strach. Ani nie z človeka so znevýhodnením, ale skôr o neho.

M. L. Jakubcová (v čiernom)
s D. Pomichalovou
v predstavení KUKÁTKOM, 2019;



Z čoho, podľa teba, vychádza tento postoj?

Možno z chýbajúcej osobnej skúsenosti. U staršej generácie je to dané práve tým, že veľkú časť života prežili v komunizme. Vtedy boli ľudia so znevýhodnením zatváraní do ústavov na konci dediny a mesta, v chátrajúcom kaštieli. Izolovali ich od zbytku komunity. Boli to „chorí mrzáčikovia, chudáčikovia.“ Aj vtedajší jazyk ich takto nazýval. Samotný fakt, že žili oddelene od ostatných, sa podvedome dostával do myslenia: „Prečo sú tam zatvorení? Ohrozujú nás?“ Tam niekde sa začala zlievať ľútosť so strachom z nepoznaného.

Generácia dnešných 65+ bola ochudobnená o skúsenosť s akoukoľvek rozmanitosťou. Alternatíva v socialistických časoch nebola prípustná. Bola jedna rovnaká sivosť a ten, kto bol alternatívny, bol podozrivý.

Ľudí s mentálnym znevýhodnením je aj dnes vo verejnom priestore veľmi málo. A keď už tam sú, tak často budia akýsi nepatričný dojem, pretože sa naozaj správajú inak. To býva okoliu nepríjemné. Okolie, historicky neskúsené a nepripravené na komunikáciu, nevie, ako sa má správať. Od takých jednoduchých interakcií, ako je pomoc nevidiacemu človeku alebo človeku na vozíku, až po komunikáciu s ľuďmi s mentálnym znevýhodnením. A pokiaľ ide o Stopy snov, ľudia nie sú zvyknutí bežne vidieť človeka s mentálnym znevýhodnením v divadle – ani v roly diváka, nieto ešte ako účinkujúceho.

Keď si predstavíš, že na predstavenie OZ Stopy snov príde divák, ktorý je takýto „neskúsený“, čo to pre neho môže znamenať?

Zrazu uvidí „postihnutého“ v aktívnej úlohe. A zo skúsenosti viem, že je to pre diváka veľká zmena. Poviem to na príklade, ktorý sa mi stal asi pred niekoľkými rokmi. Pozvali sme na predstavenie jedného vtedajšieho starostu, ktorý nás finančne podporil. Prišiel. Po predstavení ma vyhládal, aby poďakoval za pozvanie. Hovoril, že prišiel iba z formálnej zdvorilosti, v rámci svojej funkcie. Jeho očakávanie bolo, že uvidí hrať nejakých ľudí rozprávku, besiedku. A to sa nestalo. Sám povedal, že to bol preňho šok a odchádzal s hlbokým zážitkom. Toto môže byť zážitok niekoho, kto prichádza na naše predstavenie a ani nevie, do čoho presne ide. Zrazu vidí profesionálne predstavenie. Profesionálne v tom zmysle, že je dramaturgicky vystavané, režírované, má svetlá, kostýmy... Aktérmi sú ľudia so znevýhodnením v úlohe hercov a spávajú sa naozaj ako herci. Prídu, kedy majú a urobia, čo treba. Plne rešpektujú a zvládajú formu, ktorú inscenácia má. Ak od ľudí s mentálnym znevýhodnením neočakávate veľa, lebo ich poznáte len cez ten ľútosťstvo bezmoc-

ný stereotyp, tak tu zrazu veľa dostanete. Ak aj nie profesionalitu v umeleckom zmysle, v tom pracovnom určite áno.

Každý náš divák bez skúsenosti s ľuďmi s mentálnym znevýhodnením môže mať takýto zážitok, ktorý už skúsenosťou je. Na jej základe môže neskôr inak reagovať a inak sa cítiť pri stretnutí s človekom so znevýhodnením – menej ho ľutovať a mať menšie obavy.

Vráťme sa k tomu, čo je mentálne znevýhodnenie. Na predstaveniach OZ Stopysnov som vyzozorovala, že ľudia sa správajú inak k tebe a inak k hercom so znevýhodnením. A nie je to rozdiel, ktorý by vyplýval z vašich rozdielnych úloh, veku alebo situácií, v ktorých sa nachádzate. Je to v zásade preto, že herec má znevýhodnenie a ty nie. Akí sú ľudia s mentálnym znevýhodnením a prečo sa k nim správame inak?

Mentálne znevýhodnenie je stav, pri ktorom nie je intelekt vyvinutý tak, ako by mohol byť. To môže znamenať, že sa zastavil veľmi skoro alebo sa zastavil „takmer pred cieľom“. Hranica tu nie je, je to plynulý prechod. A nie je to choroba, ale stav, preto sa nedá liečiť. No dá sa zlepšovať, napríklad učením a hľadaním individuálnych pomôcok, ktoré človeku umožnia dobre fungovať.

Ľudia s mentálnym znevýhodnením majú veľmi širokú škálu prejavov, od nepatrných až po veľmi vážne. Okrem týchto prejavov je dôležité brať do úvahy aj to, že ľudia s mentálnym znevýhodnením majú aj svoju povahu a výchovu – ako každý – a tie významne vstupujú do ich správania. Máme hercov, ktorí po predstavení vyjdú do foajé divadla, rozprávajú sa a venujú sa divákovi. Aj takých, ktorí idú rovno do šatne, prezlečú sa a idú domov. Je to preto, že prví sú spoločenskejší a druhí plachejší. A môže to byť aj situačné, tým, že sú aktuálne viac unavení.

Raz sa ku mne dostal článok o manažérovi zo Slovenska, ktorý odišiel na dlhší čas do Číny. A keď som čítala, s čím tam prichádzal do kontaktu v rámci svojej pracovnej pozície, veľmi mi to pripomínalo moju prácu. Pracujem s ľuďmi s mentálnym znevýhodnením, ktorí veci vnímajú úplne inak než ja a pre nich mám ja iné vnímanie než oni. Odlišnosť je vzájomná. Preto sa k sebe navzájom správame inak. Na tom nie je nič zlé.

Možno je dôležité povedať, ako sa k nim správame. S ľútosťou, strachom a hlavne – ako k deťom. Mentálne znevýhodnenie je stav, v kto-



M. L. Jakubcová
(v čiernom)
s D. Pomichalovou v predstavení KUKÁTKOM,
2019;

rom sa vývin zastavil a pri diagnostike sa jeho úroveň zvykla definovať vekom – je na úrovni „desaťročného dieťaťa“ a pod. Z toho vzniklo aj pomenovanie „večné deti“ a preto sa k nim často správame ako k deťom. Aj keď intelekt a poznávacie schopnosti môžu byť na úrovni dieťaťa, ostatné zložky osobnosti sú na úrovni dospelého.

V úvode sme spomenuli, že *Stopy snov* sa snažia vyvracať stereotypnú predstavu o ľuďoch s mentálnym znevýhodnením. To je presne táto predstava o „večných deťoch.“ Ako to robíte?

Diváci zažívajú ľudí s mentálnym znevýhodnením v našich predstaveniach v úplne inej polohe, než očakávali. Určite na javisku nevzbudzujú ľútosť. Iba vtedy, keď pokazia výstup, ale to by divák ľutoval akéhokoľvek herca. A možno, keď divák vidí kužeľ svetla upriamený na herca, na chvíľu mu aj závidí. Je to taký moment „aha, môže to byť aj inak.“ Predsudky chceme búrať tým, že upriamujeme pozornosť na to, čo dokážu.

Je zaujímavé, že mnohé odlišnosti sú definované cez obmedzenia, ktoré človeku prinášajú. Pri mentálnom znevýhodnení som sa viackrát stretla s prístupom, v ktorom existovala hranica deliaca zdravých ľudí od tých ostatných. Pred touto líniou je človek v poriadku. Za ňou je bezmocný a treba sa oňho postarať. Ako to je?

Mentálne znevýhodnenie je, ako som vravela, stav s plynulým prechodom od ľahkých prejavov po tie najťažšie. Preto je vždy ťažké povedať, kedy človek potrebuje len jednoduchú podporu a kedy komplexnú starostlivosť.



M. L. Jakubcová
(dole uprostred)
v predstavení
PRINC, KDE SI?,
2015;

Platí, že človek so znevýhodnením sa pozerá na svet cez svoju vlastnú optiku. Ale nerobíme to tak všetci? Ja mám tiež svoj stav, svoju povahu a tie ovplyvňujú, ako vidím svet okolo seba, ako tvorím a prežívam svoje vzťahy. Rovnako to má aj človek s mentálnym znevýhodnením. Lhké až stredné znevýhodnenie spočíva najmä v tom, že sa o mnohých veciach nevie rozhodovať sám. A často sa z toho, že niečo nevie sám, stáva nemožnosť rozhodovať sa. Aj o veciach, o ktorých je človek úplne kompetentný rozhodovať sám za seba, zaňho rozhodujú iní. Človek je zneschopnený nie vlastným intelektom, ale zvonku. To, že z neho nebude hypotekárny špecialista, neznamená, že si nedokáže vybrať čaj alebo samostatne cestovať MHD. A to, že si jeden konkrétny človek nedokáže vybrať čaj neznamená, že všetci s mentálnym znevýhodnením si nedokážu vybrať čaj. Áno, sú ľudia, ktorí sú veľmi ťažko postihnutí, netvrdím, že všetci môžeme chodiť po svete, cestovať MHD, samostatne bývať a mať vlastné hypotéky. Veľa ľudí to ale dokáže a veľa ďalších zvládne aspoň niečo z toho.

Významnú časť znevýhodnenia tvoria bariéry, ktoré vytvára spoločnosť (teda my), nie reálne limity intelektu. Ľudia so znevýhodnením často dostávajú viac starostlivosti než podpory. To znamená, že dostávajú takú veľkú pomoc, že veľa vecí nemôžu urobiť, aj keď by možno mohli a chceli. Pri tejto logike by som sa s alergiou musela izolovať od všetkých alergénov. S mojou alergiou na arašidy by to znamenalo, že už nikdy nebudem nič jesť. To je už ohrozujúci extrém.



M. L. Jakubcová
(dole) v predstavení RaJ, 2016;

Každý človek má nejaké vzťahy, potreby, osobnosť, výchovu, na základe ktorých žije. Ak má mentálne znevýhodnenie, tak je to len jedna z množstva vecí, ktoré definujú jeho život. Áno, môže byť významná a určovať toho veľa, ale aj tak je len jednou z mnohých. A nie je fér, keď kvôli nej prehliadame tie ostatné.

Odkiaľ pramení tento ochranársky prístup k ľuďom so znevýhodnením? Vychádza len z toho, že ich považujeme za „večné deti“?

Myslím si, že pramení zo strachu. Okolie ľudí so znevýhodnením sa bojí, že sa im niečo stane. Prelína sa u nich zodpovednosť „za“ so zodpovednosťou „voči“. Niekomu stačí menšia podpora a niekto potrebuje veľkú, dokonca potrebuje, aby isté veci zaňho urobili iní. Ale stále máme len zodpovednosť voči nemu a nemôžeme prebrať zodpovednosť za neho. Musíme mu ju nechať. Čo môžeme urobiť, je stáť pri ňom a pomáhať mu, aby ju niesol najlepšie ako vie.

Ako to vyzerá, keď okolie preberá zodpovednosť za ľudí so znevýhodnením?

Obmedzuje sa tým aj to málo, čo sú schopní a chcú urobiť sami. Ak chceme pri všetkých stáť a napríklad za nich umývať riad, oni zatiaľ sedia a nudia sa.

Aký vplyv to má na ich prežívanie?

Teraz, s čerstvou spomienkou na pandemické lockdowny, si frustráciu z obmedzení a izolácie vieme celkom živo predstaviť všetci. Niektorí ľudia s mentálnym znevýhodnením takto izolovane prežijú celý život aj s tým, že často nevedia prečo.

Kto je to okolie? Aj tí najbliží sa správajú obmedzujúco?

Spôsob života rodín, v ktorých žijú dnešní štyridsiatnici a starší s mentálnym znevýhodnením, je výrazne ovplyvnený historicko-spoločenskými udalosťami. Deti so znevýhodnením, ktoré sa narodili v 60. až 80. rokoch a vyrastali doma, mali obrovské šťastie. Vtedajší systém tieto deti umiestňoval do ústavov. A je úplne jasné, prečo sa tam nemohli rozvíjať a naplniť potenciál, ktorý mali. Veľa rodičov si však svoje deti nechalo doma. Nemali takmer žiadnu podporu zo strany systému, častokrát nemali ani podporu alebo pochopenie od najbližšej komunity. Snažili sa hľadať pre svoje dieťa individuálne to najlepšie a boli v tom veľmi osamelí. Poznám rodičov, ktorí v produktívnom veku naplno pracovali a zároveň sa snažili vytvoriť pre svoje dieťa so znevýhodnením prostredie, v ktorom by mu otvorili čo najviac možností. To ale nie je úloha iba rodiča. Moja mama nechodila a nezháňala mi prácu. Nesmerujem k tomu, aby sa o nás staral štát, ale celú túto ťarchu nemôže niesť len rodič.

Potom, v 1989, nastali spoločenské zmeny, ktoré mohli pre rodičov znamenať druhý nádech: „a teraz sa to už bude dať!“ Moja skúsenosť je však taká, že stále sa to veľmi nedá. Možno deti, ktoré sa dnes narodia so znevýhodnením, budú mať v spoločnosti iné postavenie. Už existuje Centrum včasnej intervencie, informácie aj pomoc sú dostupnejšie.

No priestor na uplatnenie pre starších ľudí s mentálnym znevýhodnením je veľmi malý aj 34 rokov po revolúcii. Ani dnes ich nevidíme často cestovať v MHD, nestretávame ich ako kolegov v práci. Ich rodičov to neopísateľne vyčerpalo. Keď si predstavíme domácnosť, kde sú rodičia 65+ a dieťa 40+, zodpovednosť sa dávno presunula na dieťa. No v týchto rodinách sa misky váh nikdy neprevážili. Je úplne pochopiteľné, že rodič je stále v úlohe rodiča – ochraňuje a vychováva. Večné dieťa a večný rodič.

Smutné na tom je, že títo rodičia sú, bez zveličovania, hrdinovia, ktorí bojujú za normálny život svojich detí už 40, 50 rokov. Myslím, že si tiež zaslúžia potlesk.

Generácia dnešných štyridsiatnikov s mentálnym znevýhodnením nemala veľa príležitostí vzdelávať sa ani pracovať. Sú pre svoje rodiny ekonomickou záťažou?

Ekonomická stránka, prinášanie finančného benefitu, to nie je jediný atribút užitočnosti.

Ako môžu byť užitoční?

Otázka všeobecnej užitočnosti je ťažká. V čom som ja užitočná pre spoločnosť? Keď to zúžim na divadlo Stopy snov, tu majú možnosť byť hercami. A nielen to. Predstavenie tvoríme vždy autorským procesom, čo znamená, že nejde o adaptáciu, ale vytvárame celé nové dielo. Zároveň má každá z našich inscenácií nejakú tému, ktorá je hlboko spojená s našimi osobný-

Fotografie z výstavy NEHRÁME SA, HRÁME! zobrazujú hercov divadelného zoskupenia Stopy snov bez ohľadu na pôvod, vzdelanie, či obmedzenia, ktorým, v rôznej miere, čelí každý z nás; M. L. Jakubcová (vpravo hore), T. Blažeková (vpravo dole), E. Andruška (vľavo)



mi životmi. Niekedy má aj univerzálnejší rozmer, ako láska alebo strach. A to, čo herec predvedie na javisku nie je len aktuálny divadelný výkon. Je to aj jeho príspevok k tomu, aby sa o danej téme hovorilo, aby niekoho chytila za srdce. Aby kúsok po kúsku robili svet prívetivejším miestom, ak už nie pre seba, tak pre ľudí, ktorí prídu po nich. Takže sú užitoční, pretože niečo tvoria a to nielen divadelne, ale tvoria hodnoty, ktoré sa snažia komunikovať svetu.

Oproti spoločenskému stereotypu o neužitočnosti a bezmocnosti existuje aj opačný. Stretala som sa s tendenciou akéhosi maskotizovania ľudí s mentálnym znevýhodnením. Pripisujú sa im až mýtické zásluhy: „on je naše slniečko, vďaka nemu som pochopil, o čom je život“ alebo „oni nám pomáhajú lepšie žiť, robia nám zrkadlo...“ Určite existujú ľudia, ktorí prežili závažné veci a ich príbeh je inšpiratívny. Ale pohľad na človeka so znevýhodnením ako na úžasnú bytosť, ktorá svojím znevýhodnením ukazuje okoliu, ako má žiť je extrém. Je to istá kompenzácia toho, že nevidíme, ako by reálne mohli byť užitoční. A možno niekomu tento postoj pomáha zvládnuť prirodzený pocit „som rada, že sa to nestalo mne.“

Prispieva k tomu aj spoločenský tlak na pozitívne postoje voči tým, ktorí majú nejaké znevýhodnenie?

Zrejme áno. Aj tu sa objavuje to prekrytie, keď znevýhodnenie zakryje celú osobnosť a potenciál človeka. Máme tendenciu vnímať ho ako „znevýhodneného“ a nepozerala sa na to, kým by mohol byť a čo môže naozaj dokázať.

To však platí aj naopak – nielen v prehliadaní reálneho potenciálu, ale aj v prehliadaní nepríjemného alebo neprijateľného správania. Ak je to pre mňa nepríjemný človek, ktorý má iné hodnoty než ja, zrejme si s ním zrejme nebudem rozumieť. A je jedno či a aké znevýhodnenie má. Áno, môžu mi byť nesympatickí aj ľudia so znevýhodnením. Stáva sa mi, že naši herci majú nejaký prejav, ktorý mi je nepríjemný. Rovnako, ako sa mi to stáva aj s inými ľuďmi. Nepríjemný prejav nie je exkluzívna výsada ľudí s mentálnym znevýhodnením. Ani tých bez znevýhodnenia.

Vhodne reagovať na to, čo je nepríjemné, je náročné. Ako to robíš v kontakte s ľuďmi so znevýhodnením?

Snažím sa vnímať ich v kontexte ich vlastného príbehu. Tým, že sa veľmi dlho poznáme, to nie je až také ťažké. Vo všeobecnosti je dob-

ré vnímať ľudí okolo seba v ich kontexte, vedieť o nich viac, zaujímať sa. Bez ohľadu na to, aké majú znevýhodnenie, majú aj veľa iných stránok, ktoré zavážia. Znevýhodnenie je len malá časť toho balíčka, akí sú.

Niekoľko je možno nepríjemný človek a tak sa s ním nebudem stretávať, lebo beriem ohľad aj na svoje hranice a svoje preferencie. A s niekým príjemným sa budem stretávať, budem s ním chcieť niečo zdieľať a vytvoriť. A iná hranica tam nie je.



Martina Lukáč Jakubcová (1978) pracovala v sociálnych službách od roku 1998. Od sanitárky prešla všetkými úrovňami starostlivosti a podpory dospelých ľudí s mentálnym znevýhodnením. V rokoch 2004 až 2017 pracovala v DSS Prima, n. o. ako inštruktorka sociálnej rehabilitácie. V divadelnom súbore Stopy snov pracuje od jeho vzniku v roku 2010. Začal ako dramaterapeutický projekt, no po 2 rokoch sa ťažisko práce presunulo na autorské inscenácie – od dramaterapie ku skutočnému amatérskemu divadlu so zapojením profesionálnych divadelníkov (hercov, režiséra, dramaturga) a plnohodnotných divadelných výrazových prostriedkov (svetlá, kostýmy, scéna). Aktuálne má divadlo na konte 8 inscenácií a účasť na niekoľkých divadelných festivaloch so zameraním na alternatívne divadlo znevýhodnených skupín.

Okrem divadelnej tvorby sa Stopy snov venujú vzdelávaniu a organizácii podujatí s cieľom destigmatizácie zdravotného znevýhodnenia. Najmä prostredníctvom výstav otvárajú možnosti plnohodnotného začlenenia ľudí so znevýhodnením do spoločnosti.

Viac info: stopysnov.wixsite.com/stopy-snov

Najbližšie podujatia:

5. 5. ● 19:00 | Stopy snov v TICHŤO a spol.

Autorská inscenácia ČAKANIE, o pocite nedosiahnuteľnosti a túžby. Čo sa stane s našou túžbou, keď ju nemôžeme uskutočniť v reálnom svete? Aká je izolovaná láska? Aké je izolované šťastie?

29. 5. ● 18:00 | KC Školská

Vernisáž výstavy fotografií M. ZAJACA, P. BÖHMA: CESTA K NEZÁVISLÉMU ŽIVOTU s dramatickou ukážkou z tvorby divadla Stopy snov.

NÓRSKO

Obrazovú reportáž z Nórska urobil, pre moju chorobu, kamarát Milan. Ak vás zaujme, budem rád.

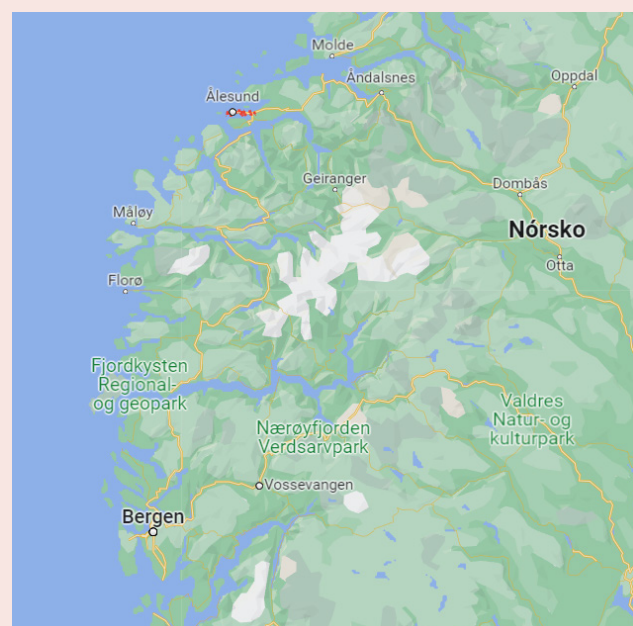
Jozef Rozbora



ÅLESUND leží na západnom pobreží Nórska. Je historickým prístavom, ktorý sa po stáročia zaoberá rybolovom a obchodnou lodnou dopravou. Jednej januárovej noci v roku 1904 bolo mesto dejiskom jedného z najstrašnejších požiarov, akým boli nórske mestá, keďysi postavené prevažne z dreva, vystavené. Plameňom pomáhala víchrica a obyvateľstvo z mesta utieklo uprostred noci. Pri požari zomrela jedna žena a viac ako 10 000 ľudí zostalo bez prístrešia, pretože požiar zničil prakticky všetky budovy.



Na móle v prístave ÅLESUND je biely sklad. V tejto budove z roku 1861, ktorá unikla ničivému požiaru, sa nachádza Rybárske múzeum (väčšiu časť 20. storočia tu sídlila spoločnosť Oluf Holm A/S). Sú v ňom expozície o výrobe oleja z tresčej pečene na liečebné účely a spracovaní tresky tradičným spôsobom krájania, solenia a sušenia.





Severosámsky sa volá Álaheadju či Áltá. Fínsky Alattio. Meno ALTA pravdepodobne získala podľa Altafjordu, na ktorého brehoch leží. Napriek tomu, že leží až za severným polárnym kruhom, podnebie je tu príjemné vďaka otepľujúcemu vplyvu Gofského prúdu a chránenej polohe Altafjordu. Jasná obloha robí z Alty ideálne miesto na pozorovanie severnej polárnej žiary.



ALTA



20. február až 4. marec 2023;
Zima v severnom Nórsku;
loď AIDAmara



DOMÁCE NÁSILIE NA SENIOROCH

Problematika domáceho násilia sa nedotýka iba žien a detí. V spoločnosti sa čoraz častejšie objavujú prípady násilia páchaného na senioroch. Téma sa dostáva do popredia aj kvôli starnutiu populácie vo vyspelých krajinách. Týranie v akejkol'vek podobe sa nesmie zahmlievať ani zľahčovať. Môže totiž vyústiť do fatálnych následkov.

Prejavy domáceho násilia páchaného na senioroch sa častokrát spájajú s ich odkázanosťou na blízke osoby. Práve odkázanosť navodzuje pocit bezradnosti a izolácie od okolitého sveta, čím sa darí domáce násilie dlhodobo a úspešne skrývať. Obete sa navyše hanbia za to, čo sa im deje a prejavy násilia taja. Nepomáha im ani fakt, že s útočníkmi zdieľajú spoločnú domácnosť.

Násilie môže mať podobu psychického aj fyzického ubližovania, sociálnej izolácie, ekonomického vydierania (zamedzovanie prístupu k financiám, odoberanie dôchodku, vynútené a nátlakové prepisy majetkov), sexuálneho násilia či zanedbávania starostlivosti (neposkytnutie jedla, pitia, liekov, obmedzovanie hygieny).

Z pohľadu objasňovania trestnej činnosti je pomerne náročné práve psychické týranie, ktoré okolím nie je vždy hneď rozpoznateľné a môže byť zľahčované vzhľadom na subjektívny rozmer vnímania obete. Prejavy psychického násilia sú rôznorodé. Môže ísť o urážanie, ponížovanie, osočovanie, výbuchy zlosti a emocionálne vypäté situácie, zastráňovanie či vyhrážanie. Alebo sa jedná o úmyselné ničenie a vyhadzovanie osobných vecí alebo vecí, ktoré majú pre seniora sentimentálnu hodnotu (spomienkové predmety ako fotografie, albumy, ocenenia alebo výsledky ich práce). Taktiež môže ísť o stratu bezpečia a istoty, časté sú pretrhnuté sociálne väzby s ich okolím.

Pre seniorov je kľúčové udržiavať sociálny kontakt a nespadať do úplnej izolácie – zapájať sa do kultúrneho života a podujatí vo svojom okolí, stretávať sa so starými priateľmi či susedmi, prípadne si rozširovať sieť priateľov navštevovaním klubov dôchodcov. Osamotenosť zvyšuje pravdepodobnosť, že sa stanete obeťou a tiež vyvoláva strach postaviť sa agresorovi.

Dlhodobé prehliadanie týrania resp. domáceho násilia môže mať fatálne následky. Ak sa senior nachádza v krízovej alebo životu nebezpečnej situácii, je dôležité nebáť sa a ihneď vyhľadať pomoc:

- Policajný zbor linka 158
- Tiesňová linka 112
- Senior linka 0800 172 500
- Organizácie na pomoc obetiam domáceho násilia



VÝLETY
MICHALA
MAJTÁNA

DEVÍN



Mnohých môže veľmi milo prekvapiť výsledok prác na úpravách hradu Devín. Upravené sú aj prístupové chodníky a expozície. Dokonca aj perfektné WC, ktoré je zdarma.



Po kovových schodoch sa dá vystúpať až na vrchol hradu. Stojí to za vstupné, pre dôchodcov za 4€.

STAROBA SÍCE NIE JE DIAGNÓZA, ALE NIEKEDY K NEJ TAK PRISTUPOJEME

Pozývame vás na počúvanie zaujímavého rozhovoru. V programe DIAGNÓZA F na Českom rozhlase sa Adéla Paulík Lichková rozpráva s Jiřím Hraběm, riaditeľom organizácie Elpida. Elpida znamená v gréčtina nádej. Ale je to aj názov organizácie, ktorá pomáha seniorom zostať sebavedomou a rešpektovanou súčasťou spoločnosti. Skrátka sa snaží, aby seniari viedli plnohodnotný a veselý život.

Od roku 1990 se v Česku věk dožití zvýšil o 10 let. Místo abychom se radovali, mnohdy nahlížíme na seniory jako na někoho, kdo „potřebuje pomoc, je nemocný a zatěžuje sociální systém“. Stáří sice není diagnóza, ale někdy k němu tak přistupujeme.

„Celá lidská historie je o tom, že jsme chtěli žít déle a lépe a když se nám to podařilo, tak je to problém,“ říká Jiří Hrabě, ředitel neziskové organizace Elpida, která se snaží měnit pohled na stáří i nedávno vydalnou knihou Z nuly na sto. V ní je 11 příběhů a esejů o životě ve stáří a o umírání.

Rozhovor nájde tu:

wave.rozhlas.cz/stari-jako-tema-pro-mlade-kdyz-neziju-aktivne-cely-zivot-tezko-budu-menit-v-8953077



PROGRAM

KULTÚRA V STAROM MESTE máj 2023

HUDBA

10. 5. • 18:00 | Pistoriho palác

KONZERVATÓRIUM V PALÁCI

Koncertné vystúpenie pedagógov a študentov Konzervatória Bratislava.
Vstup voľný; Štefánikova 25

19. 5. • 19:00 | TICHŤO a spol.

SOŇA HORŇÁKOVÁ

Koncert spojený s krstom prvého retrospektívneho albumu *PIESNE* (1993–2019). Tridsať rokov od vydania eponymného debutu si pesničkárka Soňa Horňáková pripomenie koncertom a po rokoch sa opäť predstaví aj s kapelou.

Účinkujú: S. Horňáková (spev), M. Zajko (el. gitara), A. Sabo (bicie), P. Smolka (bas. gitara)

Vstupenky: www.goot.sk; TICHŤO a spol., Školská 14; www.tichoaspol.sk

21. 5. • 19:30 | Františkánský kostol

AMERICAN UNIVERSITY CHAMBER SINGERS

Vstup voľný; Františkánské námestie

24. 5. • 19:00 | Zichyho palác

MODUS VIVENDI_ERØ

Erik Žigmund alias ERØ je spevák a gitarista pochádzajúci z Trenčína. Svoje gitarové zručnosti nadobudol na Vysokej škole múzických umení v Bratislave. Vo svojej tvorbe spája prvky viacerých žánrov ale predovšetkým soul, jazz, r'n'b alebo folk. Na cajone ho sprevádza Mirka Čonková. V hudbe sa inšpiroval viacerými uznávanými umelcami ako napríklad Amy Winehouse, Jorja Smith, Stevie Wonder, Beatles, Radiohead alebo Jaro Filip. Na konte má spolupráce s Norou Ibsenovou, Oliverom Kucharovičom, Michalom Cálikom...

Účinkuje: Erik ERØ Žigmund (spev, gitara), M. Čonková (cajon)

Vstupné: 5€ (3€ študenti, seniori, ZŤP); Ventúrska 9

25. 5. • 19:00 | Pistoriho palác

MILOŠ BIHÁRY

Klavírny večer vrcholných diel romantizmu v podaní M. Biháryho.

Vstupné dobrovoľné; Štefánikova 25

3. 5. • 18:00 | KC Školská

VŠETKY ÚŽASNÉ VECI & DROBNOSTI DNÍ

Spríevodné podujatie k výstave INTERIÉRY INTERIÉROV z cyklu BEZ CITLIVOSTI SME BEZOHLADNÍ, BEZ VNÍMAVOSTI LAHOSTAJNÍ. Sériá tematických výstav je venovaná citlivosti a vnímavosti. Subjektívne výpovede rôznych ľudí rôznymi technikami a formami a predsa rovnakých v presvedčení, že bez citlivosti sme bezohľadní a bez vnímavosti ľahostajní. Preto nás citlivo nechajú nazrieť na miesta, ktoré väčšinou vôbec nevnímame alebo si naše vnímanie uľahčujeme predsudkami.

• 18:00 VŠETKY ÚŽASNÉ VECI

Predstavenie divadla TICHŎ a spol., monodráma v podaní M. Nogu je rozprávaním o živote muža, ktorý vyrástol v tieni opakovaných pokusov svojej mamy o samovraždu. Rozhodol sa vytvoriť zoznam všetkého úžasného, prečo stojí za to žiť.

• 19:45 DROBNOSTI DNÍ

Diskusia o drobnostiach, ktoré tvoria naše dni. Niekedy sa zdajú bezvýznamné. Skladajú náš život ako mozaiku, ktorá má tmavšie aj svetlejšie, šedé aj pestrofarebné čriepky. Z vrecúška ich (niekedy naslepo) vyťahujeme a hľadáme miesto, kam patria. Čo sa stane, ak znova a znova vyberáme tie tmavé? Ako môžeme nachádzať tie pestrofarebné? Ako by vyzerali mozaiky bez všetkých úžasných vecí?

Moderuje J. Močková, hostia: A. Rošková (autorka výstavy), M. Frečer (psychiatricka a terapeutka) a tvorcovia predstavenia

Info: www.tichoaspol.sk, alzbeta.marendiakova@staremesto.sk

Vstupenky: www.goout.sk; KC Školská a TICHŎ a spol., Školská 14

4. 5. • 19:00 | Divadlo Šerosvit

DRUHÁ DOPRAVA A ROVNO AŽ DO RÁNA

Hlboko v kútiku duše vieme, že s nami nie je niečo v poriadku. Dieťa má potenciál stať sa hocikým. Ak ten potenciál dobre využije, v dospelosti sa stáva niekým. Sme nikým v krajine Petra Pana, kde nás čaká jedno dôležité stretnutie. Ako to tam vyzerá? Možno až príliš dobre...

Autor: D. Selecký a kol.

Réžia a dramaturgia: V. Trokšiarová

Hrajú: D. Selecký, T. Ružbašanová

Divadlo Šerosvit, Školská 14

4. 5. • 19:30 | GUnaGU

V. KLIMÁČEK: RIADITEĽKY ZEMEGULE

Hrajú: B. Turzonovová, D. Abrahámová, M. Horváthová

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: www.ticketportal.sk; GUnaGU, Františkánske nám. 7; www.gunagu.sk

5. 5. • 19:00 | TICHŎ a spol.

ČAKANIE

Autorská inscenácia vypovedá o pocite nedosiahnuteľnosti a túžby. Čo sa stane s našou túžbou, keď ju nemôžeme uskutočniť v reálnom svete? Aká je izolovaná láska? Aké je izolované šťastie? Akou deformáciou prechádza náš vnútorný svet keď sa s tým svetom vonku nedokáže stretnúť? Čakáme. Na odpovede. Na vyslobodenie. Na impulz. Alebo ani nevieme na čo vlastne.

Réžia: E. Benčíková

Hrajú: E. Andruška, T. Blažeková, M. Buzalka, B. Dragúňová,
J. Frištacký, M. Jariabková, L. Kováčová, A. Lehotská, D. Pomichalová
Vstupenky: www.goout.sk; Stopy snov v TICHŤO a spol., Školská 14; www.tichoaspol.sk

8. 5. • 19:00 | TICHŤO a spol.

NIČ SA NESTALO

Dramatizácia novely súčasnej slovenskej autorky Zuzany Šmatlákovej nominovanej na cenu Anasoft Litera 2021.

Malé divadlo, monodráma o žene, ktorá sa snaží prísť na to, prečo podviedla manžela, a necíti žiadnu vinu. Dôvody hľadá v nedávnych tragických udalostiach, rovnako v detstve, vo vzťahoch s rodičmi či s partnerom, a nie je tak celkom jasné, či si od divákov pýta súcit, alebo ich hnev.

Réžia a dramatizácia predlohy: M. Jasaň

Hrajú: L. Ondrušová a D. Ratimorský

Vstupenky: www.goout.sk; TICHŤO a spol., Školská 14; www.tichoaspol.sk

9. 5. • 19:30 | GUnaGU

V. KLIMÁČEK: BÁRBI HĽADÁ KENA

Hrajú: G. Dzuríková, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: www.ticketportal.sk; GUnaGU, Františkánske nám. 7; www.gunagu.sk

12. 5. • 19:00 | TICHŤO a spol.

AMADEUS 22

Autorská inscenácia na motívy hry od P. Shaffera.

Dva svety, ktoré sa nikdy nespoja, no nedokážu jeden bez druhého existovať. Genialita a priemernosť. Nenávidia sa, opovrhujú sebou, no potrebujú sa k bazálnemu prežitiu. Priemernosť a konformita vládnu tomuto svetu a chcú zahubiť všetko výnimočné, čo na ne poukazuje. Všetko, čo žiari. No čo ak výnimočnosť zneužíva priemernosť na to, aby vynikla?

Hrajú: M. Noga, J. Horváth, S. Lasoková, M. Klinčúch

Autori a úprava dramatického textu: E. Fifíková, J. Horváth, R. Horňák

Réžia: R. Horňák

Vstupenky: www.goout.sk; TICHŤO a spol., Školská 14; www.tichoaspol.sk

13. 5. • 19:30 | GUnaGU

V. KLIMÁČEK: SOCÍK SLADKÝ SOCÍK (ALKOHOLICKÝ SPRIEVODCA SOCIALISTICKOU BRATISLAVOU)

Hrajú: D. Abrahámová, V. Horján, M. Mello, V. Plevčík, A. Vargová, R. Dang Vanová, Z. Džadoň

Live hudba: Z. Džadoň

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: www.ticketportal.sk; GUnaGU, Františkánske nám. 7; www.gunagu.sk

15. 5. • 19:00 | TICHŤO a spol.

JAK TI DUPOU KRÁLÍCI?

Človek má byť šťastný, nech to stojí, čo to stojí. Spochybňovať šťastie je mrzuté. Spochybňovať pozitívny postoj k životu je mrzuté. Už Aristoteles si kládol polofilozofickú otázku – aké je to presvedčiť seba aj ostatných, že milovať sa a svoj život je jednoducho prístup, ktorý si sám vyberieš? Vraj stačí len zostať optimistom, zabudnúť na starosti,

potlačiť svoje emócie a počkať, kým ti vybuchne hlava.
Je hovoriť o svojom reálnom emočnom stave hrdinstvo alebo neod-
pustiteľný zločin? Nevieme, ale môžeme sa o tom porozprávať.
Tvorivý tím: V. K. Peštová, M. Stanková, T. Trusinová
Z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia. Vstupenky: www.goout.sk
Zčrepy a Praktikábel v TICHŌ a spol., Školská 14; www.tichoaspol.sk

15. 5. • 19:30 | GUnaGU

V. KLIMÁČEK: HEREČKY (MILUJ BLÍŽNEHO SVOJHO)

Hrajú: Z. Kronerová, D. Abrahámová, G. Dzuríková, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: www.ticketportal.sk; GUnaGU, Františkánske nám. 7; www.gunagu.sk

17. 5. • 19:00 | Divadlo bez domova

PUPPET / BÁBKA

Pohybové predstavenie v anglickom jazyku, v ktorom herci a herečky umelecky tvoria s bábkou v životnej veľkosti, prináša na javisko tému samoty a osamelosti. Účinkujú ľudia bez domova, telesne postihnutí a inak sociálne vylúčené osoby.

Vstup volný; Štefánikova 25, www.divadlobezdomova.sk, 02/52 49 85 08

17. 5. • 19:00 | 22. 5. • 19:00 | TICHŌ a spol.

D. MACMILLAN, J. DONAHOE: VŠETKY ÚŽASNÉ VECI

Uvažovali ste niekedy nad tým, koľko je na svete úžasných vecí, pre ktoré stojí za to žiť? Pre ktoré sa oplatí to nevzdať?

Monodráma v podaní skvelého Mira Nogu je pútavým rozprávaním o živote muža, ktorý vyrástol v tieni opakovaných pokusov svojej mamy o samovraždu. Hovorí nám svoj vlastný príbeh, príbeh milujúceho syna, ktorý sa rozhodol vytvoriť zoznam všetkého úžasného, čo na tomto svete je, aby svojej mame dokázal, že každý deň môže objaviť niečo nové, prečo stojí za to žiť. Podarí sa mu ju presvedčiť? A podarí sa mu o tom presvedčiť samého seba?

Réžia: R. Horňák, hrá: M. Noga

Vstupenky: www.goout.sk; TICHŌ a spol., Školská 14; www.tichoaspol.sk

17. 5. • 19:30 | GUnaGU

V. KLIMÁČEK: POSLEDNÍ HRDINOVIA (BATMAN, BARBARELA, BOND)

Hrajú: C. Kassai, G. Dzuríková, V. Horján, L. Garajová Schrameková

Réžia: M. Luteránová

Vstupenky: www.ticketportal.sk; GUnaGU, Františkánske nám. 7; www.gunagu.sk

18. 5. • 19:30 | GUnaGU

V. KLIMÁČEK: NÍZKOTUČNÝ ŽIVOT (NEJEM, NEŽI- JEM, NEMILUJEM)

Hrajú: P. Polnišová/alt. Evelyn, Z. Šebová, D. Abrahámová,

A. Vargová, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: www.ticketportal.sk; GUnaGU, Františkánske nám. 7; www.gunagu.sk

23. 5. • 19:30 | GUnaGU

V. KLIMÁČEK: BÁRBI HĽADÁ KENA

Hrajú: G. Dzuríková, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: www.ticketportal.sk; GUnaGU, Františkánske nám. 7; www.gunagu.sk

25. 5. • 19:00 | Divadlo Korene&Kosti

SEN O PRALESE

Inšpiráciou pre inscenáciu Sen o pralese je kniha Felixa Saltena Bambi, lesný príbeh z roku 1923. Salten bol rakúsko-uhorským spisovateľom židovského pôvodu žijúci vo Viedni a jeho kniha bola silne inšpirovaná zhoršujúcou sa politickou situáciou, silnejúcim antisemitizmom a vojnovým konfliktom. V roku 1935 bol Bambi, lesný príbeh na zozname literatúry zakázanej nacistami. Tento fakt z dnešnej perspektívy umocňuje politickú alegóriu zobrazenú prostredníctvom útlaku sveta prírody a bezmocných zvierat. Zabíjame zvieratá v presvedčení, že nemajú právo na vlastný život a necítia utrpenie, pričom zabúdame, že my sami sme súčasťou živočíšnej ríše.

Réžia, preklad, scenár a dramaturgia: J. M. Gierdal

Účinkujú: O. Gajdoš, M. Houdek, I. Lechmanová, D. Selecký, N. Balacenková

Upozornenie: v inscenácii sa vyskytuje nahota.

KC Školská 14

25. 5. • 19:30 | GUnaGU

V. KLIMÁČEK: RIADITEĽKY ZEMEGULE

Hrajú: B. Turzonovová, D. Abrahámová, M. Horváthová

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: www.ticketportal.sk; GUnaGU, Františkánske nám. 7; www.gunagu.sk

26. 5. • 19:00 | TICHŤO a spol.

JAROSLAV HAŠEK: ŠŤASTNÝ DOMOV

Predlohou inscenácie je najrozsiahlejšia poviedka od J. Haška, príbeh muža, ktorý sa ožení s vášnivou čitateľkou časopisu Šťastný domov. Je plný „praktických“ rád do domácnosti ako domáca výroba špáradel z klavíra a liečenie bezvedomia v sude s kyslou kapustou. Hašek paroduje zaručené recepty na čokol'vek, ale predovšetkým malomeštiacku idylku šťastného života.

Réžia: M. Feldbauer

Účinkujú: Š. P. Králik, V. K. Peštová a.h., M. Procházka a.h.

Vstupenky: www.goout.sk; TICHŤO a spol., Školská 14; www.tichoaspol.sk

27. 5. • 18:00 | Divadlo Omnibus

МЕДНЫЙ ВСАДНИК / BRONZOVÝ JAZDEC

Литературный спектакль по поэме А. С. Пушкина.

Literárne predstavenie na motívy básne A. S. Puškina

Informácie a vstupenky: omnibusdivadlo@gmail.com; Divadlo Omnibus, Školská 14

VÝSTAVY

14. 4.–19. 5. 2023 | KC Školská

ANDREA ROŠKOVÁ: INTERIÉRY INTERIÉROV

O tom, aké hlučné môže byť v pokoji.

Výstava je súčasťou série venovanej citlivosti a vnímavosti. Subjektívne výpovede rôznych ľudí rôznymi technikami a formami, rovnakých v presvedčení, že bez citlivosti sme bezohľadní a bez vnímavosti ľahostajní. Sprievodné podujatia:

3. 5. 2023 • 18:00 VŠETKY ÚŽASNÉ VECI

Predstavenie divadla TICHŤO a spol.

Monodráma v podaní skvelého Mira Nogu je pútavým rozprávaním o živote muža, ktorý vyrástol v tieni opakovaných pokusov svojej

mamy o samovraždu. Hovorí nám svoj vlastný príbeh, príbeh milujúceho syna, ktorý sa rozhodol vytvoriť zoznam všetkého úžasného, čo na tomto svete je, aby svojej mame dokázal, že každý deň môže objaviť niečo nové, prečo stojí za to žiť.

● 19:45 DROBNOSTI DNI

Diskusia o drobnostiach, ktoré tvoria naše dni sa niekedy zdajú bezvýznamné. Skladajú náš život ako mozaiku, ktorá má tmavšie aj svetlejšie, šedé aj pestrofarebné čriepky. Z vrecúška ich (niekedy naslepo) vyťahujeme a hľadáme miesto, kam patria. Co sa stane, ak znova a znova vyberáme tie tmavé? Ako môžeme nachádzať tie pestrofarebné? Ako by vyzerali mozaiky bez všetkých úžasných vecí?

Moderuje J. Močková, hostia: A. Rošková (autorka výstavy), M. Frecer (psychiatricka a terapeutka) a tvorcovia predstavenia

12. 5. ● 18:00 INTERIÉRY INTERIÉROV

Dramatické čítanie autorského textu, účinkuje: A. Rošková

Info: www.tichoaspol.sk, alzbeta.marendiakova@staremesto.sk

Vstupenky: www.goout.sk

KC Školská a TICHŌ a spol., Školská 14; otvorené: po–pi 15:30–19:00

20. 4.–21. 5. 2023 | Zichyho palác

JÁN JANOŠ/ATELIÉR HORA: SOM TVOJA SKALA

Kurátorka: M. Hriešik Nepšinská

Ateliér Hora je slobodný priestor bez obmedzení. Zameriava sa na experimentálny proces navrhovania a tvorby solitérneho šperku. Hora je metafora, ktorá nám prepája prežívanie v divokej prírode s našim každodenným životom v meste. Hľadáme bezpečie a útočisko alebo prekračujeme komfortnú zónu za vidinou dobrodružstva.

Staromestská galéria ZICHY, Ventúrska 9, vchod z ulice; otvorené: ut–ne 15:00–19:00

3. 5.–28. 5. 2023 | Pistoriho Palác

MÄKKÉ ŠKRUPINY

Výstava študentiek Akadémie umení v Banskej Bystrici a študentky Vysokej školy výtvarných umení v Bratislave. Tri umelkyne – Nikoleta Gazdová, Lilla Gombos a Dominika Kováčiková – vo svojich maliarskych a fotografických prácach protirečia a odolávajú stereotypom pohľadov na ľudské telo.

Kurátorka: M. Urbanová

Vernisáž: 3. 5. ● 17:00

Štefánikova 25; Otvorené: ut–ne 14:00–19:00

4. 5.–27. 5. 2023 | Galéria F7

VANDA HAUSKRECHTOVÁ: ZÁTIŠIA

Fotografie

Františkánske nám. 7; tvorené: ut–so 15:00–19:00

25. 5.–25. 6. 2023 | Zichyho palác

NATÁLIA ŠIMONOVÁ: POZOROVATEĽKA M(I)ESTA

Maľba, inštalácia

Kurátorka: P. Maláková

Vernisáž: 25. 5. ● 18:00

Autorka zobrazuje motívy urbánnej architektúry a jej štruktúr. Všetko podrobuje otázke deštrukcie, zobrazenej prostredníctvom klasických, ale i neklasických maliarskych materiálov, pracuje s hrdzou, ktorá je procesuálna a mení sa. V súčasnosti študuje aj iné organické materiály, napr. plesenň.

Staromestská galéria ZICHY, Ventúrska 9, vchod z ulice; otvorené: ut–ne 15:00–19:00

23. 5.–20. 6. 2023 | KC Školská

MATÚŠ ZAJAC, PETER BÖHM: CESTA K NEZÁVISLÉMU ŽIVOTU

Fotografie

Vernisáž: 29. 5. • 18:00

V jednom kaštieli sa stretnú obyvatelia, ktorých spája len jedna spoločná vec – všetci majú zdravotné postihnutie. V kaštieli ostanú bývať už navždy. Do skutočného domova sa už nikto z nich nevráti.

Príbehy ako zo severskej drámy sú príbehmi mnohých ľudí so zdravotným postihnutím a seniorov z pobytových zariadení sociálnych služieb, z ústavov, ktoré sa stali ich domovmi. Alternatívou k veľkým ústavným bývaniam je obyčajný domov. Taký, kde sa môžeme rozhodnúť, čo budeme jesť, kedy pôjdeme spať, koho sem vpustíme.

Fotografi Matúš Zajac a Peter Böhm sa zapojili do národného projektu Deinštitucionalizácie zariadení sociálnych služieb. Vytvorili fotoarchív, ktorého súčasťou je 20 fotografií tvoriacich túto putovnú výstavu. Predstavujú ľudí žijúcich v inštitúcii a naopak, v komunite. Zábery dokumentujú momenty v živote ľudí v zariadeniach sociálnych služieb, ktoré sú súčasťou programu Deinštitucionalizácie. V skratke to znamená, že sa z inštitucionálnych menia na komunitné tak, aby svojim členom umožnili žiť nezávislý život s takou mierou podpory, ktorú potrebujú.

Výstava je súčasťou série venovanej citlivosti a vnímavosti. Subjektívne výpovede rôznych ľudí rôznymi technikami a formami, rovnakých v presvedčení, že bez citlivosti sme bezohľadní a bez vnímavosti ľahostajní.

Fotografie boli vytvorené ako súčasť fotografického archívu pre národný projekt Deinštitucionalizácia zariadení sociálnych služieb – Podpora transformačných tímov realizovaný Implementačnou agentúrou Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky.

Školská 14; otvorené: po–pi 15:30–19:00

13. 2.–25. 5. 2023 | Zichyho palác

HUGO KOLLÁR: DANZA MEA A PETRŽALKA

Výstava mladého talentovaného študenta, víťaza kategórie Talent roka SLOVAK PRESS PHOTO 2022.

Prvá séria fotografií DANZA MEA vznikla počas prípravy medzinárodnej letnej tanečnej školy Danza mea 2022 a jej záverečného vystúpenia. Za túto sériu bol H. Kollár ocenený v kategórii Svet Umenia a kultúry a zároveň vyhral Talent Roka SLOVAK PRESS PHOTO 2022. Po prvý krát sa stal víťazom študent strednej školy.

Druhá séria je o prežívaní života mladého autora, ktorý sa narodil v Petržalke a predstavuje dokumentárnym spôsob súkromie obyvateľov tejto štvrte, ktorá bola v minulosti miestom drogových dilerov a rôznych spoločenských vrstiev, ktoré sa dostali na dno spoločnosti. Za túto sériu bol ocenený ako jediný slovenský autor v Czech press photo 2022.

Galéria Nadácie SLOVAK PRESS PHOTO, Ventúrska 9, 2. posch.

Otvorené: ut, str 13:00–17:00, št 13:00–18:00, každá prvá a posledná sobota mesiaca 13:00–18:00

13. 4.–26. 5. 2023 | Zichyho palác

JÁN KELEMEN & JANA A JAROMÍR SÝSOVÍ: HLADINA–VRSTVENIE

Sklo, socha, maľba

Galéria Z, Ventúrska 9, 1. posch.; otvorené: ut–pi 13:00–18:00

6. 5.–28. 5. 2023 | Pistoriho palác

ŽENY V IBEROAMERIKE

Fotografické pohľady do nového storočia

Výstavu tvorí 35 fotografií od 25 umelcov zo 16 krajín Iberoameriky. Predstavuje rôznorodosť pohľadov a vnemov zobrazujúcich pestrú realitu iberoamerickej kultúry.

Organizátori: Klub IberoAmerika Viedeň, Cervantesov inštitút v Bratislave

Štefánikova 25; otvorené: ut–ne 14:00–19:00

21. 5. • 10:30 | Pistoriho palác

PRE DETI

KOHÚTIK A SĽIEPOČKA

Účinkuje: Divadlo Žihadlo

Známy príbeh o chamtivom a lakomom kohútikovi, ktorému obetáva a dobrosrdečná sľiepočka, spolu s deťmi – divákmi, život zachráni. Rozprávka plná pesničiek, humoru a dobrej nálady, hoci ide o život.

Vstupné: 3€ deti, 2€ dospelí; Štefánikova 25

24. 5. • 14:00 | G19

STAROMESTSKÉ HRAVÉ POPOLUDNIE

KARNEVALOVÝ HRAD

Účinkuje: divadlo Dunajka

Vstup voľný; Miesto konania: Slubekova záhrada

31. 5. • 14:00 | G19

ZVUKY CEZ RUKY

Hudobný workshop

účinkuje: Rytmika o.z.

Vstupné: 3 €; rezervácie: eva.kostalova@stare mesto.sk; Gaštanová 19

PRIPRAVUJEME

10.–28. 7. 2023 | G19

DENNÉ TÁBORY

I. turnus • 10.–14. 7. 2023

II. turnus • 17.–21. 7. 2023

III. Turnus • 24.–28. 7. 2023

Tábor je vhodný pre deti od 6 do 14 rokov. Okrem nezabudnuteľných zážitkov a zaujímavých poznatkov tu získajú i nových kamarátov. Vo všetkých troch turnusoch sú pripravené kultúrne a športové podujatia, tvorivé dielne, exkurzie, hry, kvízy a iné.

Cena (zhrňa obedy, programy, dopravné a poistné):

- 159€ / turnus
- 139€ / turnus pre Staromešťanov
- 10 % zľava pre každého súrodenca
- 50€ / turnus pre sociálne slabších (t.j. pre deti, ktoré sú členom domácnosti poberajúcej pomoc v hmotnej núdzi podľa osobitného predpisu a tiež pre ukrajinské deti).

Informácie a prihlasovanie: 0911 238711, eva.kostalova@stare mesto.sk

Gaštanová 19

Nedele • 10:30 | KC Školská

BÁBKOVÉ PREDSTAVENIA DIVADLA OMNIBUS

7. 5. • 10:30 LÍŠKA-LEKÁRKA (od 3 rokov)

• 12:00 ЛИСА-ЛЕКАРКА (от 3 лет)

- 14.5. ● 10:30 PAMPÚŠIK A... (od 2 rokov)
 ● 12:00 КОЛОБОК И ЕГО ДРУЗЬЯ (от 1 года)
 21.5. ● 10:30 KOCÚR, KOHÚT A LIŠKA (od 2 rokov)
 ● 12:00 ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ ПЕТРУШКИ (от 3 лет)
 28.5. ● 10:30 CIGÁNSKE ROZPRÁVKY (od 4 rokov)
 ● 12:00 ЦЫГАНСКИЕ СКАЗКИ (от 4 лет)

Informácie a vstupenky: omnibusdivadlo@gmail.com; Školská 14

3. 5. ● 13:30 | G19

INFOSERVIS SENIORA

Vstup len pre členov ZZPO III.

Gaštanová 19

12. 5. ● 14:00 | G19

MAJÁLES

Do tanca hrá skupina Fortuna, pre členov Klubu seniorov a Jednoty dôchodcov G19.

Gaštanová 19

22. 5. ● 15:30 | Pistoriho palác

MOZGOVÝ JOGGING ALEBO ZÁBAVNÉ HRANIE SA S PAMÄŤOU

Tréningy pamäti s A. Palkovič

Vstupné: 2€; Štefánikova 25

Každý pondelok ● 10:00–12:00 | G19

HODINY TANCA PRE SENIOROV

● 10:00 country tance

● 11:00 spoločenské tance

Informácie a prihlasovanie: aksenba@aksen.sk

Gaštanová 19

Každý pondelok a štvrtok ● 12:30–16:30 | G19

KLUB SENIOROV

Gaštanová 19

Každý utorok ● 16:00 | G19

ZÁBAVNÉ PC WORKSHOPY: RODOSTROM

(s vlastným notebookom)

Lektorka: J. Pechrová

Vstupné: 6€ / 1 stretnutie (3€ seniori)

Gaštanová 19

každý utorok ● 11:00 | Kino Film Europe

SENIORSKÉ MATINÉ

Téma mesiaca: Máj–lásky čas

Kino Film Europe, Štefánikova 25

Vstupné: 4,50€ (seniori 3,50€); www.kino.filmeurope.sk

2. 5. ● 11:00 VSETKY MOJE LISTY SPAL'

Príbeh, založený na skutočných udalostiach, ukazuje, aké vlny vášne, žiarlivosti a hnevu vznikajú v medziludských vzťahoch. Ústrednou postavou je Karin Stolpe, ktorá na svojich pleciah nesie celú šírku príbehu odohrávajúceho sa v 30. rokoch 20. storočia. Film zobrazu-

je jej zložitý vzťah s manželom Svenom Stolpem a vášnivý lúboštný vzťah s Olofom Lagercrantzom. Ako jej rozhodnutia ovplyvňujú budúce generácie?

r. B. Runge, 2022, SE, 120 min.

9. 5. • 11:00 45 ROKOV

Dlhoroční manželia Geoff a Kate si užívajú pokojný dôchodok na svojom vidieckom sídle. Jedného dňa dostane Geoff list, v ktorom ho informujú, že v Alpách sa našlo dokonale zachované telo jeho dávnej lásky Katii, ktorá tam pred takmer päťdesiatimi rokmi havarovala počas spoločnej túry. Táto správa dá do pohybu emocionálne domino a pochybné city a vynesie na povrch pochybnosti v základoch zdánlivo ideálneho vzťahu.

r. A. Haigh, 2015, GB, 92 min.

16.5. • 11:00 BRANKÁR

Dramatický životný príbeh futbalistu Berta Trautmanna, ktorý sa v povojnovom Anglicku presadil napriek svojmu nemeckému pôvodu. Príbeh muža, ktorý sa vďaka svojim výnimočným schopnostiam a vytrvalosti dokázal z nenávideného „nácka“ stať britským národným hrdinom. Film je príbehom lásky mladej Angličanky a nemeckého zajatca, ktorí spoločne prekonávajú predsudky, nepriateľstvo verejnosti a osobnú tragédiu.

r. M Rosenmüller, 2018, DE, GB, 114 min.

23.5. • 11:00 EMIGRANTI

V tomto monumentálnom príbehu sledujeme Kristínu, Karla-Oskara a ich malé deti, ktorí v 50. rokoch 19. storočia opúšťajú chudobné Švédsko a vydávajú sa na dlhú a nebezpečnú cestu cez Atlantik do divokej Severnej Ameriky. Pútavý a nadčasový príbeh o tom, kto sme, kam patríme a ako ďaleko sme ochotní zájsť, aby sme zachránili naše deti a dosiahli naše sny.

r. E. Poppe, 2021, SE, NO, DK, NZ, 148 min.

30.5. • 11:00 MŮJ KRÁL'

Emocionálna dráma zachytáva komplikovanú a deštruktívnu povahu vzťahu medzi mužom a ženou. Tony je po vážnej lyžiarskej nehode prijatá do rehabilitačného centra, kde využíva nadobudnutý čas k spätému pohľadu na turbulentný románik s mužom menom Georgio. Kto je vlastne ten muž, ktorého tak hlboko milovala? Ako mohla dovoliť sama sebe prepadnúť takej dusivej a deštruktívnej vášni?

r. Maïwenn, 2014, FR, 120 min.

Každý štvrtok | G19

NEMECKÝ JAZYK

s E. Smolíkovou, 9:30–10:30

ANGLICKÝ JAZYK

s K. Bánskou, 10:45–11:45

Informácie a prihlasovanie: aksenba@aksen.sk

Gaštanová 19

Každý štvrtok • 13:00–17:00 | G19

JEDNOTA DÔCHODCOV

• 13:30 cvičenie

• 15:00 úradná hodina

• 16:00 bridžový klub

Gaštanová 19

6. 5. • 17:00 | Pistoriho palác

5RYTMOV

Pohyb pre deti, rodičov a starých rodičov s lektorkou M. Trizuljakovou.

Registrácia: 5rytmovregister@gmail.com

Štefánikova 25

9. 5. • 17:00 | G19

NEZNÁME ZNÁME MIESTA

Bratislavské dvory a zákutia

Bratislavské Staré Mesto je bohaté na rôzne architektonické skvosty. Okolo mnohých prechádzame každý deň, veľa z nich je však ukrytých v bočných uličkách či za vstupnými bránami. Aké príbehy nám ponúkajú? Aké osobnosti sa s nimi spájajú? Pridajte sa k nám, spolu nazrieme do bratislavských dvorov.

Stretnutie: Rómerov dom (nádvorie), Zámočnícka 10

Lektorka: A. Turanská

Vstupné: 2€, registrácia: eva.kostalova@staremesto.sk

18. 5. • 17:00 | Pistoriho palác

ZELEŇ V MESTE III

Tvorba Kokedamy

Tiež ste fascinovaný krásnymi Kokedamami? Už sa tešíte jednej od nás no radi by ste si to sami skúsili? Ukážeme Vám, ako na to a donesieme všetko potrebné na výrobu. Dokonca si vyrobíme až dve Kokedamy! Prídte sa s nami niečo naučiť ale aj si aktívne oddýchnuť.

Vstupné: 20€ (materiál v cene), registrácia: daria.chriastelova@staremesto.sk

Štefánikova 25

Každý pondelok • 17:00 | G19

PILATES FIT pre začiatočníkov, pokročilých a mierne pokročilých. Ide o jeden z najúčinnejších cvičebných programov zameraný na rovnomerné vyváženie povrchových a hlbokých svalov ľudského tela, udržanie telesnej kondície. Cvičenie je obohatené o prvky rehabilitačné, strečing, prvky, jogy, a posilňovanie celku i jednotlivých svalových partií.

Lektorka: Z. Kondé

Prihlasovanie: 0905 506 079

Gaštanová 19

Každý pondelok • 18:15 | G19

BODYBALANCE & TONING BALLS

Jemné spevňovanie svalov celého tela malými pilates loptičkami a zameranie na chrbticu a stred tela, jednoduché pohybové zostavy, každý mesiac nové, relaxácia a strečing.

Lektorka: M. Bakošová

Prihlasovanie: 0905 731 621, riabakosova@gmail.com

Gaštanová 19

Každý pondelok • 19:30 | G19

YIN JOGA S ĽUBICOU

Meditatívna joga pre uvoľnenie tela a mysle. Niekoľko minútové asány prečisťujú energetické dráhy v tele a ovplyvňujú energetické centrá.

Lektorka: Ľ. Husárová, certifikovaná učiteľka Yin jogy RYS 50

Prihlasovanie: lubica.husarova@reformcapital.com

Gaštanová 19

Každý utorok, 10:00 | G19

TRADIČNÁ HATHA JOGA

Lektorka: Sasha

Gaštanová 19

Každý utorok • 17:00 | G19

ČCHI-KUNG

pre začiatočníkov a mierne pokročilých

Tradičné cvičenie pre zdravie a pohodu. Čchi-kung pomáha ľuďom s tráviacimi a žalúdočnými ťažkosťami, vysokým krvným tlakom, tým, čo sú nervózni, bolí ich chrbát alebo trpia migrénami.

Lektor: L. Horniak

Cena: 4€ / 1 cvičenie

Gaštanová 19

Každý utorok • 18:40 | G19

AHAMKÁRA – JOGA

pre pokročilých

Lektorka: A. Kozáková

Gaštanová 19

Každá streda • 17:00 | G19

JOGA FLOW

Cvičenie, ktoré buduje silu, flexibilitu a rovnováhu. Joga je cesta spoznávania tela, dychu a mysle, je to spojenie všetkých týchto troch prvkov.

Lektorka: Ľ. Husárová, certifikovaná učiteľka Yin jogy RYS 50

Prihlasovanie: lubica.husarova@reformcapital.com

Gaštanová 19

Každá streda • 18:15 | G19

KONDIČNÉ CVIČENIE PRE ŽENY

Lektorka: D. Krošláková

Cena: 4€ / 1 cvičenie

Gaštanová 19

Každý štvrtok • 10:00 | G19

RELAX JOGA

pre zlepšenie kondície seniorov

Holistický a komplexný systém vychádzajúci z autenticity tradičného dedičstva jogy s prispôsobením na potreby moderného človeka.

Lektorka: V. Diešková

Cena: 4€ / 1 cvičenie (seniori 2€)

Gaštanová 19

Každý štvrtok • 17:00 | G19

TAI CHI CHUAN

Lektor: L. Horniak

Cena: 4€ / 1 cvičenie

Gaštanová 19

do 31. 5.

AMBASÁDOR STAROMESTSKEJ KNIŽNICE

Súťaž v písaní anotácií a v získavaní nových čitateľov.

Pre deti od 11 do 15 rokov.

2. 5.–26. 5. | Karadžičova 1

FAREBNÝ SEN

Neprofesionálna výtvarníčka Ľ. Pribylová predstavuje svoju najnovšiu tvorbu akrylových obrazov inšpirovaných prírodou.

3. 5. • 9:30 | Blumentálska 10/a

ČÍTAME S NAJMENŠÍMI

VPLYV ČÍTANIA NA EMOCIONÁLNY VÝVIN DETÍ

Interaktívna prednáška pre rodičov s deťmi do 3 rokov s T. Vráblovou, odborníčkou na čitateľskú gramotnosť detí.

Podujatie z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia.

Každý štvrtok • 16:30 | Panenská 1

KONVERZOVŇA

Konverzácie v anglickom jazyku pre seniorov. Precvičte si svoju angličtinu pri neformálnych rozhovoroch.

11. 5. • 17:00 | Blumentálska 10/a

KOLUMBIA–KRAJINA, Z KTOREJ SA VÁM NECHCE VRÁTIŤ

Cestovateľská prednáška V. Kapcovej.

Podujatie z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia.

11. 5. • 17:00 | Západný rad 5

DOBRODRUŽNÉ ČÍTANIE

Interaktívne zábavné čítanie pre malých aj väčších. Príbehy, ktoré pri-nášajú smiech aj životné posolstvo. Pre deti od 6 rokov.

13. 5. • 15:00–18:00 | Medická záhrada

MÍĽA PRE MAMU

Zážitková trasa pre rodiny plná tvorenia, športovania a zábavy pri prí-ležitosti Medzinárodného dňa matiek.

V spolupráci s Úniou materských centier, RC Prešporkovo a MČ Staré Mesto.

15. 5. • 10:00 | 29. 5. • 10:00 | Blumentálska 10/a

PODPORNÉ STRETNUTIE NOSIACICH RODIČOV

Skupina na podporu rodičov, ktorí nosia svoje deti v šatkách a ergono-mických nosičoch pod vedením poradkýň nosenia.

17. 5. • 13:00–18:00 | Panenská 1

ŠACHLAND

Šachové popoludnie bez rozdielu veku a úrovne šachových schop-ností. Príďte si zahrať pre radosť a naučte sa nové triky.

18. 5. • 10:00 | Blumentálska 10/a

ČÍTAME S NAJMENŠÍMI: MINIFOLKLÓR

Hudobno-pohybový workshop pre rodičov s deťmi do 3 rokov s L. Černákovou z RC Prešporkovo. Riekanky, pesničky a ľudová slovesnosť v pohybe.

22. 5. • 16:0–18:00 | Blumentálska 10/a

VÝŠIVKÁREŇ

Workshop tradičných slovenských a ukrajinských výšiviek, ktorý volne nadväzuje na výtvarný projekt D. Krajčovej Obrúsok/Серветка/Servetka. Vhodný pre začiatočníkov aj pokročilých.

25. 5. • 15:00–18:00 | Blumentálska 10/a

HRY BEZ HRANÍC

Herné popoludnie pre slovenské a ukrajinské rodiny.

Podujatie sa uskutočňuje vďaka podpore Nadácie Televízie Markíza.

31. 5. • 17:00 | Rudnayovo nám.

STAROMESTSKÉ POTULKY

Spoznajte bratislavské kuriozity, osobnosti a povere na prechádzke historickým centrom s vlastivedným sprievodcom B. Wojnaroskim.

Miesto stretnutia: Rudnayovo námestie

magazin@staremesto.sk

Alžbeta Marendiaková, Dana Sládeková

+421 (2) 52 49 68 68

alebo 0911 665 273

Staromestské centrum kultúry a vzdelávania

Školská 14

811 07 Bratislava

program: staromestskekluby.wixsite.com/kulturavstarommeste

STAROMESTSKÉ CENTRÁ KULTÚRY A VZDELÁVANIA

Zichyho palác

Ventúrska 9

811 01 Bratislava

informácie: +421 (2) 54 43 16 81

Martina Mišíková, 0903 650 701

martina.misikova@staremesto.sk

Pistoriho palác

Štefánikova 25

811 05 Bratislava

Informácie: +421 (2) 52 49 18 28

Dária Chriateľová

daria.chriastelova@staremesto.sk

Galéria F7

Františkánske námestie 7

811 01 Bratislava

Borivoj Medelský, +421 (2) 54 43 33 35

alebo 0911 238 710

borivoj.medelsky@staremesto.sk

Gaštanová 19

811 04 Bratislava

Eva Košťálová, +421 (2) 54 77 73 66

eva.kostalova@staremesto.sk

ZA FOTOGRAFIE ĎAKUJEME

D. Sládekovej, A. Marendiakovej,
portálu canva.com, J. Rozborovi,
M. Majtánovi a kamarátovi Milanovi