

Gradska knjižnica Rijeka

Kultura svima — inkluzivna najava programa riječkih institucija u kulturi za siječanj 2026..

Gradska knjižnica Rijeka

Pripremila udruga Kultura svima svugdje u sklopu projekta Kultura svima uz pomoć partnera, Udruge gluhih i nagluhih PGŽ te Udruge slijepih PGŽ.

Program Gradske knjižnice Rijeka za siječanj 2026.

Predstavljanje zbirke pjesama "Srce bez okova" autorice Mare Majstorović

U utorak, 20. siječnja u 18 sati u Gradskoj knjižnici Rijeka održat će se predstavljanje zbirke pjesama Srce bez okova autorice Mare Majstorović.

U zbirci Srce bez okova nema patetike, lažnih obećanja, poziva na borbe i obavezni pronalazak sebe i Svevišnjega, nego baš suprotno – ova zbirka poziva na intimno bivanje samih sa sobom, na razumijevanje sebe i prihvaćanje božanskoga zbog sebe, a ne radi nekih zadataka i planova. Pjesnikinja iz pozicije sebe govori kako nježno prihvatiti svoj put i strpljivo i smireno koračati njime i, naposljetku, prigriliti ono što svatko od nas treba ili želi. Pjesme su otvorene, ne nameću rješenje, ali oprimjeruju. U njima ćete pronaći i stihove o međuljudskim odnosima, o odnosu prema prirodi i njezinoj moći, o biblijskim motivima i simbolima koje možete, ali i ne morate, doživjeti kao što to čini pjesnikinja... jer ona ništa ne nameće. Ona samo svojim opojnim pjesničkim stilom budi uspavane duše. Srce bez okova je srce svakog čitatelja, kuca i može se osloboditi okova, ako ih ima. Samo treba uroniti u pjesnički jezik i ritam pjesnikinje Mare Majstorović.

Transformacija tuge kroz eterična ulja, radionica za nježno olakšavanje tuge i jačanje unutarnje otpornosti

Tuga je emocija koju svi poznajemo, ali o kojoj rijetko govorimo.

Često je teško podijeliti je s drugima – nekad zato što ne želimo opterećivati okolinu, nekad zato što se bojimo nerazumijevanja, kritike ili komentara da smo "preosjetljivi". Neke tuge dolaze nakon velikih životnih gubitaka: smrti bliske osobe, prekida veze, promjena u obitelji ili posla koji nije ispao onako kako smo očekivali. Ali tuga se može pojaviti i bez jasnog povoda – kao tiha pratilja užurbanog života koji donosi osjećaj iscrpljenosti, preopterećenosti ili unutarnjeg pritiska koji vučemo mjesecima. Možda svoju tugu nosite već dugo i više ne znate kako joj prići.

Prijave se zaprimaju putem obrasca

ovdje: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe9s42J7s4AFcCpzWe9sWMLCOkogPX_v5hmrM-d8z_m_xXJOQ/viewform

Upravo iz tog mjesta nastala je ova radionica – da vam ponudi jasnije razumijevanje onoga što nosite i praktične načine kako se s tugom susresti, dati joj prostora i polako je transformirati, kako bi se ponovno pojavili osjećaji lakoće, živosti i radosti.

Radionica pruža siguran i nježan prostor u kojem možemo zastati, osjetiti gdje smo i dobiti podršku kroz jednostavne tehnike koje svatko može ponijeti sa sobom u svakodnevni život. Kroz lagano disanje, somatske vježbe, kratko pisanje i aromaterapijsku podršku, sudionici će:

bolje razumjeti kako se tuga pokazuje u tijelu i mislima
naučiti kako si pomoći u trenucima napetosti ili preplavljenosti
prepoznati što im je trenutno najpotrebnije – mir, snaga, utjeha ili otpuštanje
izabrati mirisnu mješavinu koja ih može podržati u svakodnevicu

Radionica je prikladna za svakoga tko želi osjetiti malo više olakšanja, jasnoće i unutarnje stabilnosti. Nije potrebno prethodno iskustvo, niti sudionici trebaju dijeliti osobne priče više nego što im je ugodno.

O voditeljici:

Tamara Šamec je certificirana aromaterapeutkinja i edukantica 4. godine tjelesno orijentirane psihoterapije. Osnivačica je Centra SVOJA (www.centarsvoja.hr) u Rijeci, prostora posvećenog dobrobiti žena, osobnom rastu i stvaranju unutarnjeg mira. Nakon studija germanistike i informatike te rada u korporativnom i obrazovnom okruženju, svoj je profesionalni fokus usmjerila prema emocionalnom zdravlju i somatskom radu. Majka je troje djece, a kroz dodatne edukacije iz roditeljstva, emocionalne pismenosti i podrške majkama razvila je posebnu senzibilnost za teme iscrpljenosti, preplavljenosti i unutarnjeg pritiska kojeg mnoge žene nose. Danas vodi individualne susrete, radionice i grupne programe u kojima kombinira aromaterapiju i somatske pristupe, s naglaskom na nježnost, prisutnost i praktične alate koji pomažu ljudima da se osjećaju stabilnije, jasnije i povezanije sa sobom.

Predstavljanje nove zbirke pjesama „Kuća” autora Davora Mandića

U srijedu, 28. siječnja u 18 sati u Gradskoj knjižnici Rijeka održat će se predstavljanje nove knjige autora Davora Mandića pod nazivom „Kuća”.

„Kuća je voda koja / čeka svoju poplavu / da otpusti težinu predmeta i snova / izjednači stvari / koje po sebi jesu / koje po sebi nisu / i koje će po sebi tek biti”, kaže subjekt iskazivanja u pjesmi „Kuća je”, objavljenoj u novoj, trećoj zbirci pjesama Davora Mandića „Kuća”. Prva je to njegova konceptualna zbirka pjesama, okupljena oko motiva kuće, a potaknuta serijom grafika njegove životne i umjetničke partnerice Nadije Mustapić, s kojom zajedno istražuje kuću, od njene idejne i konkretne pojavnosti do koncepta doma koji zajedno pokušavaju izgraditi. Zbirka pjesama, objavljena u izdanju ShuraPublikacija, tek je prva etapa šire zamišljenog i ambicioznog kolaborativnog umjetničkog projekta, o kojem će biti riječi na predstavljanju knjige.

Na predstavljanju će o „Kući” i iz „Kuće” govoriti autor, uz pomoć predstavnice izdavača Šure Dumanić i partnerice u projektu Nadije Mustapić, zadužene za vizual predstavljanja.