

#goodtime

Nr. 43 / octombrie 2024

se distribuie gratuit

Revistă de
timp liber
SIBIU

Noua mea pasiune, yoga

Pagina 6



**Astra
Film
Festival**
Pagina 42

**Provocarea
toamnei:
GTR**
Pagina 30

**Program de
toamnă la
Muzeul Astra**
Pagina 46

FARINGOSEPT®

SPRAY

Dă voce românilor! Tratament modern!

- **Tratează durerea și iritația din gât**
- **Anestezic local**
- **Efect antiinflamator**



Pentru adulți și copii



Acest medicament conține clorhidrat de benzidamină și se poate elibera fără prescripție medicală. Se recomandă citirea cu atenție a prospectului sau a informațiilor de pe ambalaj. Dacă apar manifestări neplăcute, adresați-vă medicului sau farmacistului. Se administrează de 2 până la 6 ori pe zi (la interval de 1,5 - 3 ore). Adolescenți cu vârsta peste 12 ani și adulți: 4 până la 8 pulverizări per administrare în cazul Faringosept 1,5 mg/ml și de 2 până la 4 pulverizări per administrare în cazul Faringosept 3 mg/ml. În cazul copiilor cu vârsta cuprinsă între 6 și 12 ani: 4 pulverizări per administrare în cazul Faringosept 1,5 mg/ml și 2 pulverizări per administrare în cazul Faringosept 3 mg/ml. Sarcina: FARINGOSEPT 1,5 mg/ml spray bucofaringian, soluție și FARINGOSEPT 3 mg/ml spray bucofaringian, soluție nu trebuie utilizat în timpul sarcinii. Alăptarea: Nu se cunoaște dacă benzidamina se excretă în laptele uman. FARINGOSEPT 1,5 mg/ml spray bucofaringian, soluție și FARINGOSEPT 3 mg/ml spray bucofaringian, soluție nu trebuie utilizate în timpul alăptării. Contraindicații: Hipersensibilitate la substanța activă sau la oricare dintre excipienți. Durata tratament: Tratatamentul continuu nu trebuie să depășească 7 zile. Medicamentele expirate și/sau neutilizate se consideră deșeurilor periculoase. Viza de publicitate nr. 4401/25.08.2024.



#goodtime

cover story

Noua mea pasiune, yoga **6**

#highlights

Recomandări de
evenimente **12**

Provocarea toamnei:
GTR - curse de alergare în
Pădurea Gușterița **30**

Concert cu formația
PHOENIX în cadrul „Piano
Rocks”! **32**

Stagiunea 2024-2025 la
Teatrul de Balet Sibiu **34**

Teatrul Gong: Program
spectacole & atelier **36**

ASTRA FILM, Sibiu
International Film
Festival **42**

Premiera „Cu pietre în
buzunar” și ultimele
reprezentării „Faust” din
2024, puse în vânzare la
TNRS **46**

#nou în Sibiu

Program nou de vizitare al
Muzeului Astra **48**

Case Deschise **49**

Editat de **Mesagerul
Press SRL Sibiu**
Sibiu, str. Nicolae Bălcescu nr. 36
www.mesageruldesibiu.ro
reclama@mesageruldesibiu.ro

Telefonul cititorului:
0371.177.371

Editor Coordonator: Viorica
Maier
DTP: I. H. Țunoi

Tipărit la: Tipografia Arta
Cluj-Napoca

ISSN 2734 – 8660
ISSN-L 2734 – 8660

Produs garantat de

 **Mesagerul** DE SIBIU

Apare lunar.
Se distribuie gratuit.



Rhinxyl HA

Desfundă nasul și
ușurează respirația!

Acționează în

5-10
minute

Efectul durează până la

10
ore



Acest medicament se poate elibera fără prescripție medicală. Se recomandă citirea cu atenție a prospectului sau a informațiilor de pe ambalaj. Dacă apar manifestări neplăcute, adresați-vă medicului sau farmacistului. Doza uzuală Rhinxyl HA 1 mg/ml spray pentru adulți și adolescenți peste 12 ani este de o pulverizare soluție în fiecare nară până la de 3 ori pe zi. Doza uzuală Rhinxyl HA 0.5 mg/ml spray pentru copii cu vârsta între 2 și 12 ani este de o pulverizare în fiecare nară până la de 3 ori pe zi. Durata tratamentului nu trebuie să depășească mai mult de 5 zile. Medicamentele expirate și/sau neutilizate se consideră deșeuri periculoase. Viza de publicitate nr. 3061/5.08.2024.

RO-RHX-07/2024-09

SC Terapia SA | a SUN PHARMA company
Str. Fabricii nr. 124, Cluj-Napoca 400 632, România
J12/2038/2004, CUI RO15357398

Terapia
a SUN PHARMA company

ESTE FILMUL DE MIERCURI

În octombrie
la Centrul Cultural „Ion Beseiu”



02

🕒 20:00

KIX
(Filmtett Fest)

09

🕒 20:00

ANUL NOU
CARE N-A FOST



16

🕒 20:00

TREI KM PÂNĂ
LA CAPĂTUL
LUMII

23

🕒 20:00

HOLY WEEK



estefilm.ro

[f/EsteFilm](https://www.facebook.com/EsteFilm)

ORGANIZATOR CO-FINANȚATOR



PARTENERI

PARTENERI MEDIA

Noua mea pasiune, yoga

Știm că îți prețuiești sănătatea mentală și îți iubești corpul. Pentru a-l echilibra și a-i oferi armonia de care are atât de multă nevoie, te invităm să exersezi cu regularitate yoga. Pe termen lung, această practică aduce multiple beneficii pentru sănătatea fizică și mentală. Iată câteva dintre ele:

- » **Flexibilitate și forță:** Yoga întărește și tonifică musculatura, îmbunătățind mobilitatea articulațiilor și postura.
- » **Reducerea stresului:** Tehnicile de respirație și meditație ajută la scăderea anxietății și creșterea stării de calm.
- » **Echilibru mental:** Practica regulată ajută la îmbunătățirea concentrării, clarității

mentale și capacității de a gestiona emoțiile.

- » **Îmbunătățirea somnului:** Yoga ajută la relaxarea corpului, contribuind la un somn mai profund și odihnitor.

Odihna și pauzele nu sunt opționale, ci fac parte din productivitatea ta. Prea des uităm că, pentru a funcționa la capacitate maximă, corpul și mintea noastră au nevoie de momente de relaxare și refacere. Când îți acorzi timp să te odihnești, îți oferi posibilitatea de a reveni cu energie proaspătă și o minte clară. În pauzele pe care le iei, nu doar



că-ți permiți să respiri, dar îți oferi și spațiul de a reflecta, de a te conecta cu tine însuși și de a-ți realinia prioritățile.

Practica yoga este o modalitate perfectă de a aduce în viața ta aceste pauze conștiente. Fie că faci o pauză de 5 minute pentru respirație profundă sau îți dedici o oră întreagă mișcării și meditației, fiecare moment îți aduce mai aproape echilibrul și starea de bine interior. Restul nu este doar o pauză, ci o formă de regenerare.



Suntem răsfățați pentru că avem la dispoziție unul dintre cele mai moderne și frumoase studiouri de yoga din România. În urmă cu câteva zile, Keep Giving Yoga s-a mutat în casă nouă, iar tu ești binevenit să le treci pragul. Noua locație din oraș poate fi găsită pe Strada Alba Iulia, Nr 40 în Cladirea Cibinium.

„Echipa KeepGiving este formată din instructori pasionați, care aduc o energie pozitivă și creează o atmosferă primitoare. Fiecare instructor are o abordare unică, combinând yoga tradițională cu practici moderne precum Barre și BodyArt, oferind clase adaptate fiecărui participant. Ce ne face unici este grija pentru fiecare persoană, personalizarea sesiunilor și susținerea unei evoluții constante, atât fizice, cât și mentale.

KeepGiving înseamnă dăruire. Ce ne face unici este echipa pe care o avem în prezent și oamenii care ne calcă pragul în fiecare zi cu ajutorul cărora am creat o comunitate.

La noi poți găsi atât clase de yoga cât și clase de Barre (combinatie de yoga, balet si pilates) cat si clase de BodyArt si Stretch Postural.

La KeepGiving Yoga, nu este vorba doar despre exerciții fizice – este despre echilibru, conexiune și o comunitate care te susține. Fie că ești începător sau prac-

tici de ani de zile, îți oferim un spațiu unde poți crește și te poți transforma. Vino alături de noi și descoperă cum yoga și bunăstarea pot deveni parte din viața ta de zi cu zi.”

Andreea Miron
Vicepresedinte
Fundatia KeepGiving

Potrivit istoricului, KeepGiving Yoga s-a deschis în 2015 pe strada Xenopol, cu scopul de a aduce yoga și beneficiile acesteia | →





tate. S-a dorit crearea un spațiu primitor unde oamenii să poată explora nu doar posturile fizice, ci și echilibrul și liniștea interioară oferite de yoga. În timp, studioul a devenit un reper în domeniul wellness, oferind clase de yoga, pilates și barre, precum și cursuri de formare pentru instructori.

Pe 13 septembrie 2024, KeepGiving Yoga a deschis o nouă locație în clădirea Cibinium, pentru a extinde oferta de clase și evenimente speciale. Aceasta aduce un spațiu modern, dar păstrează esența și atmosfera comunității construite în jurul practicilor de yoga. Oricând poți lua legătura cu echipa accesând adresa de internet www.keepgivingyoga.ro sau pagina lor oficială de facebook.

Dacă este pentru prima dată când mergi la KeepGiving Yoga o să ai parte de o experiență GRATUITĂ!!! #



Evenimente de octombrie

la KeepGiving Yoga

Yoga & Cooking Workshop

11 octombrie, ora 19

Vineri, 11 octombrie, de la 19:00 la 21:00 ești invitat la o seară de reconectare și revitalizare în cadrul unui eveniment eveniment deosebit: o sesiune de Yoga & un workshop de gătit alături de Thermomix!

Evenimentul începe cu o clasă de yoga potrivită tuturor nivelurilor, fie că ești începător sau avansat. Timp de o oră, te vei lăsa cuprins de o stare de calm și echilibru care te va ajuta să eliberezi tensiunea acumulată pe parcursul săptămânii și te va face să îți refaci stocurile de energie pozitivă.

Seara se va încheia cu un răsfăț culinar pe măsură și sănătate în farfurie. Împreună veți crea cele mai colorate și delicioase Buddha Bowls. Se vor folosi legume proaspete, cereale integrale și proteine vegetale, toate într-un bol colorat și plin de savoare. Acest preparat nu doar că e super gustos, dar este și o bombă de nutrienți care îți hrănește corpul din suflet spre exterior.

Costul acestei experiențe este 150 de lei și include toate materialele și ingredientele, plus o limonadă răcoare la final. Locuri sunt limitate, așa că rezervă-ți salteluța și oferă-ți o seară de răsfăț și sănătate!





Detox pentru minte și corp. Yoga și meditație

12 octombrie, ora 12

Detox pentru Minte și Corp este o sesiune ghidată de Alina Tarcea, care combină practica yoga și meditația, pentru a-ți oferi un spațiu sigur de introspecție, eliberare și resetare interioară.

Ce vei experimenta?

Prima parte a sesiunii este dedicată detoxului mental. Vei învăța despre importanța detoxifierii nu doar pentru corp, ci și pentru minte. Veți explora împreună convingerile limitative și programele subconștiente care ne sabotează în diverse aspecte ale vieții – fie că e vorba de sănătate, relații sau abundența financiară. Printr-o



meditație ghidată, vei începe procesul de eliberare a acestor blocaje, creând un spațiu pentru noi perspective și oportunități. A doua parte va fi o practică de asane (posturi de yoga), concepute special pentru a ajuta la detoxifierea corpului, prin mișcări care stimulează sistemul limfatic, digestiv și respirator, aducându-ți

DETOX
PENTRU MINTE
ȘI CORP.
YOGĂ ȘI MEDITAȚIE

Facilitator: Alina Tarcea
Sâmbătă, 19 OCTOMBRIE | ora 18 - 21
KeepGiving Studio

KeepGiving

o stare de revigorare fizică.

Beneficiile acestui workshop:

- Clarificare mentală și emoțională
- Eliberarea convingerilor limitative și a energiilor blocate
- Îmbunătățirea sănătății fizice prin detoxifierea corpului
- O stare de echilibru și reconectare cu tine însuși



Evenimente de octombrie

la KeepGiving Yoga

Cântecul Lunii: eliberare prin sunet și respirație

18 octombrie, ora 19

Luna Plină din 18 octombrie este prilejul perfect pentru o Baie de Sunete & Pranayama pentru abundență, eliberare și recalibrare.

Ești așteptat/ă să te alături unei experiențe înaltătoare în care respirația conștientă (Pranayama) și sunetele sacre te vor ghida într-o călătorie de eliberare și reînnoire, perfectă pentru ultimele luni ale anului. Facilitatorul acestui atelier, Andreea Miron, te va ajuta să accesezi puterea interioară și să te conectezi profund cu energia Lunii Pline.

De ce este specială această sesiune? Luna Plină din octombrie marchează o oportunitate unică de a elibera energiile care nu ne mai servesc și de a ne pregăti pentru sfârșitul anului. Sub lumina magică a Lunii, această practică ajută să vă aliniați cu ritmurile



naturale ale vieții și să vă găsiți echilibrul interior, reflectând asupra călătoriei din ultimele luni.

Această baie de sunete are puterea de a:

- Elibera tensiunile acumulate și stresul emotional
- Deschide noi căi spre abundență și prosperitate
- Realinia energiile personale pentru a întâmpina ultimele luni cu claritate și echilibru
- Realiza un spațiu sigur pentru introspecție și vindecare interioară

Teen Yoga cu Alexandra Mandache – Sesiune gratuită pentru studenți

25 octombrie, ora 18.30

Dacă ai între 13 și 18 ani, vino să descoperi cum yoga poate deveni o parte din echilibrul tău zilnic. Vino să te relaxezi și să înveți noi tehnici care te pot ajuta în orice moment al vieții. Alături de Alexandra Mandache, vei descoperi cum yoga poate deveni un instrument puternic pentru a găsi echilibrul emoțional, claritatea mentală și energia pozitivă.

Teen Yoga este o practică adaptată nevoilor și provocărilor specifice acestei perioade a vieții, oferind adolescenților un spațiu sigur în care să se conecteze cu sinele lor și să își exploreze capacitățile fizice și emoționale.

De ce să participi?

- Reducerea stresului și anxietății prin respirație și mișcare



- Îmbunătățirea concentrației și clarității mentale
- Creșterea încrederii în sine și a conștiinței de sine
- Oportunitatea de a învăța cum să gestionezi mai bine

emoțiile și presiunile din viața de zi cu zi

Această sesiune este perfectă atât pentru începători, cât și pentru cei care au mai practicat yoga. Tot ce ai nevoie este o atitudine deschisă și dorința de a te relaxa și de a te conecta cu tine însuși.

ESTE FILMUL DE MIERCURI

în 16 octombrie ora 20:00
la Centrul Cultural „Ion Beseiu”



ORGANIZATOR

CO-FINANȚATOR

PARTENERI

PARTENERI MEDIA



Evenimentele lunii octombrie

Cu bucurie, îți prezentăm agenda noastră de evenimente de octombrie indoor și outdoor. Selecția e atentă făcută, în așa fel încât să îți bucure mintea, sufletul și trupul. Așadar îți dorim lectură și distracție plăcută alături de familie, prieteni sau toți cei dragi ție. Dacă îți place ce vezi sau simți, du povestea mai departe și promovează starea de bine și cultură.

SPECTACOL

Oamenii Dreptății Sibiu

22 octombrie, ora 19

Centrul Cultural Ion Besoiu

Despre ce nu vorbim suficient în Sibiu? Cum mai arată dreptatea și nedreptatea? Cum putem avea o comunitate locală mai bună și ce conversații ar fi utile să fie purtate? La ce subiecte nu ne gândim și poate că ar schimba ceva în noi dacă am face asta?

Pe 22 octombrie, de la ora 19:00 ești invitat la Centrul Cultural „Ion Besoiu”, unde organizatorii evenimentului îți aduc două ore de spectacol în care vei asculta povești din justiție, educație și din orașul tău. Vor fi și momente de teatru, film scurt, poezie și muzică. Vei asculta, între altele, povești despre violența de gen în justiție, cum supraviețuiește ideea de teatru radiofonic, cum doare abandonul și de ce avem un muzeu pentru asta, ce înseamnă cu adevărat să nu poți să fii mamă, demnitate și drepturi egale.



Oamenii Dreptății e un spectacol viu în care, timp de două ore, se pun în scenă 15-20 de povești despre ce înseamnă dreptatea pentru fiecare, la școală, la locul de muncă, pe stradă sau în familie. Vor urca pe scenă profesioniști din justiție, jurnaliști, activiști civici.

STAND-UP COMEDY

Stand-up Comedy - Dan Țuțu și Cristi Manolescu

12 octombrie, ora 20

Mon Café, Str. Vasile Aron 10

Adună-ți gașca și vino sâmbătă, 12 octombrie, la Mon Cafe, să îi vezi pe Cristi – ce mi-ai pus pe tăviță, mamă – Manolescu și Dan Țuțu, un povestitor desăvârșit care te va cuceri cu naturalețea sa. Este unul dintre cele mai bune moduri de a petrece seara de sâmbătă.



TEATRU

Ce-și doresc femeile?

14 octombrie, ora 19:30

(acces de la 19:00)

Centrul Cultural Ion Besoiu

„Un spectacol despre ce ne închipuim noi bărbații că își doresc femeile, despre ce își doresc femeile cu adevărat și despre ce putem noi, bărbații, să ghicim că își doresc femeile. O comedie cu dulce amar despre viață, despre relații și despre cum ne putem salva noi... pe noi înșine... de noi înșine. În cele din urmă, o utopie urbană 2023” - Octavian Strunilă.

Distribuție: Andreea Mateiu, Dana Dembinski, Octavian



Strunilă, Leonid Doni și Adrian Ștefan

Text și regie: Octavian Strunilă

TEATRU

Scandal în culise - Premieră

17 octombrie, ora 19

Filarmonica de Stat Sibiu

Cu toții iubim lumea teatrului! Pentru actori, e un mod de viață, o pasiune! Dar când pasiunea se întâlnește cu lumea reală, lucrurile degenerază în... comedie!

Un cuplu de tineri căsătoriți merg într-o

călătorie la casa de vacanță pentru a se bucura de o noapte romantică...fiecare cu alt partener. Întalnirea celor patru este una explozivă, sau cel puțin așa ar trebui să iasă dacă cei cinci actori care interpretează rolurile nu își aduc problemele



din viața reală pe scena, în fața publicului spectator.

Un regizor panicat, aflat în fața premierii, conștientizând că lucrează cu o mână de oameni haotică, interesată de orice altceva mai puțin de piesa pe care o repetă.

Cinci actori, extrem de diferiți și cu probleme din cele mai diverse, de la sociale la psihice, de la plăceri la orientări, de la nepăsare la relații nepotrivite între colegi, care uită să mai intre

în lumea de poveste a teatrului și aduc secretele profesiei în lumea reală.

„Scandal în culise” este un spectacol care dezvăluie publicului în mod involuntar „rețeta”.

Distribuție: Alin Brancu, Livia Taloi, Pavel Bârsan, Andrei Necula, Alexandra Răduță, Adelina Mihalcea.

SPECTACOL

Micul Prinț - spectacol pentru oameni mari

16 octombrie, ora 19

Filarmonica de Stat Sibiu

„Ochii sunt orbi. Limpede nu vezi decât cu inima.”

O montare minimalistă, pentru oameni mari, care aduce la suprafață profunzimile celui mai citit text din literatura universală, într-o atmosferă sinceră și intimă. Decorul, costumele, scenografia sunt construite de cei mai mari creatori ai lumii teatrului, pe numele lor: spectatorii.

Laboratorul de creație: imaginația.

Mijloace: cuvântul, muzica și fantezia.

Cadrul: scena.

3 actori cu 3 instrumente îi poartă pe privitorii pe toate planetele vizitate de Micul Prinț, într-o poveste emoționantă presărată cu personaje comice și situații inedite, toate acompaniate de muzică live.

Durata spectacolului: 1 h fără pauză



SATOSHI - Sport Tour 2024

CONCERT

19 octombrie, ora 19
Oldies Pub

Satoshi este un interpret din Republica Moldova pe care l-ați putea cunoaște pentru piesele «Caștile Mele», «Mama Mi-a Spus» și «N-avem Scuze» din live-ul său de la Urbanist Session sau pentru colaborările cu Carla's Dreams pe piesa «Noapte Pe La 3» și cu Irina Rimes pe «Bate, Vântule».

Prezent vara trecută la majoritatea festivalurilor mari din România (Neversea, Saga,

Beach Please, Untold) - Satoshi pornește acum în turneul său SPORT în care își propune să transforme fiecare concert într-un antrenament cardio unde lumea uită de viața lor și se încarcă cu energie până la următorul concert.

Live în formula cu band, Satoshi ar fi un amestec între Limp Bizkit, The Prodigy, Carla's Dreams și Maks Korzh. Programe lungi și o diversitate stilistică de la ritmuri drum n'bass până la balade romantice cu chitara acustică.

În deschidere: NEMAX, un alt tânăr artist din Republica Moldova care vine cu un program urban, plin de beaturi



dubstep, trap și eurodance, cu refrene gălăgioase și intense.

Direcția 5 - Senzitiv Live Tour 2024

CONCERT

26 octombrie, ora 20
Oldies Pub

Concertul face parte din Turneul Național Direcția 5 - Senzitiv Live Tour 2024.

Artiștii vor cânta atât cântecele lor celebre din perioada 1991-2022 cât și cele de pe albumul „Senzitiv”.

Accesul copiilor cu vârsta de până la 12 ani însoțiți de părinți este gratuit.



Stand-up Comedy cu Mirică, Luiza, Mitran și Virgil - Niște Oameni

STAND-UP COMEDY

30 octombrie, ora 20:30
Cârciuma din bătrâni,
Pădurea Dumbrava

După succesul primului lor special, „Fantastic. Revenim”, NișteOameni au scris MATERIAL NOU și vin să execute #standupcomedy în orașul tău, cu un show nou-nouț. Ești invitat și tu să vezi la ce s-au mai gândit Sergiu Mirică, Ioana Luiza, Dragoș Mitran și Virgil Ciulin!

Dacă tot ai internet, convinge-te că dai bani pe ce trebuie. Caută-i pe YouTube, unde au o grămadă de bucați de stand-up



(iUmor, Stand-up Revolution), un special de comedie, un podcast, o emisiune șmecheră numită #NuȘtiuZic, dar și apariții la Una Scurtă sau Râzi ca Prostu'.

MUZICĂ CLASICĂ

Concert Simfonic - Orchestra Filarmonicii de Stat Sibiu

31 octombrie, ora 19
Filarmonica de Stat Sibiu

Dirijor: Cláudio Cohen
Solist: Alessandro Marangoni - pian
asCULTă:
Mario Olinto: "Festa do Interior"
Mario Castelnuevo-Tedesco:
Concertul pentru pian nr. 1
Mario Olinto: Simfonia în do minor

TEATRU

Divorț în ziua nunții

5 noiembrie, ora 19
Filarmonica de Stat Sibiu

O comedie în premieră națională, direct de pe Broadway. E timpul să spunem prezenți la cea mai importantă zi din viața a doi tineri, care au decis să își unească destinele, doar că, neașteptat, ies la iveală secretele aventurilor amoroase, iar nunta se transformă în divorț.

Regia: Cătălin Stelian.

Distribuția: Cristina Diaconescu, Emanuel Bighe, Alin Brancu, Adelina Mihalcea, Livia Taloi



MUSICAL

Frozen Regatul Înghetat

1 noiembrie, ora 18
Teatrul Național Radu Stanca

Theater du Soleil Entertainment și echipa musicalului "Frozen Regatul Înghetat", vă invită să luați parte la un spectacol magic, cu personaje îndrăgite și cunoscute, atât de cei mici cât și de cei mari. După reprezentațiile de succes de până acum, spectacolul revine la Sibiu, cu o adevărată surpriza.

Este un show grandios o adaptare de Zully Mustafa, un spectacol muzical în limba română, cu dansuri și momente de balet unice, costume și decorațiuni de basm, care îi vor purta pe cei mici și mari într-o lume de vis alături de cele mai îndrăgite personaje: Prințesa Anna,



Regina Elsa, Hans, Kristoff, Olaf și multe altele.

Decorurile au fost o inovație folosindu-se tehnica de proiecție high-tech 3D virtual reality background, combinată cu efecte de lumină și cu elemente de mobilier real, o premieră pentru un spectacol de teatru românesc.

SPECTACOL

Piazzolla Tango Night (Spectacol de Tango Argentinian)

3 noiembrie, ora 19
Filarmonica de Stat Sibiu

PIAZZOLLA TANGO NIGHT este o serie de spectacole dedicate marelui compozitor Astor Piazzolla și geniului său componistic, puse în scenă de Asociația „Cluj Tango Orchestra”, pe scenele sălilor de spectacole din țară. Revin cu drag la Filarmonica Sibiu, după succesul primului lor concert aici, în primavara anului 2024.

Astor Piazzolla revoluționează muzica de tango argentinian, punându-și amprenta

definitiv pe acest gen muzical. Elementele de jazz și de muzică clasică sunt întâlnite în mai toate lucrările marelui artist, ducând astfel muzica lui în sălile de concert simfonice, devenind un ambasador mondial al noului tango argentinian.

Spectacolul are o durată de 90 de minute și este într-un singur act, iar pe scenă alături de orchestră vor performa și dansatori profesioniști de tango argentinian, în premiera la Sibiu, campionii europeni de tango argentinian!



FESTIVAL

SCAF

Vrem să îți aducem aminte că mai ai la dispoziție câteva zile pentru a te bucura de SCAF - Sibiu Contemporary Art Festival, cel mai important festival de artă contemporană din sud-estul Europei.

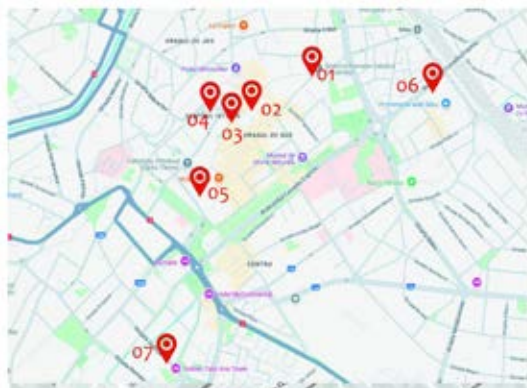
Programul expozițiilor SCAF este de miercuri - duminică, ora 10 -18.

Biletele pentru SCAF:

- » abonament pentru toate locațiile/ valabil 12 h: 50 lei
 - » bilet vizitare Ursuline: 30 lei
 - » bilet Muzeul de Artă Contemporană: 15 lei
 - » bilet Muzeul de Istorie: 9 lei
 - » bilet Muzeul Cinegetic: 12 lei
- Bilete se pot procura de la casa de bilete de la fiecare locație sau online pe iaBilet.ro

Locațiile SCAF sunt:

1. Mănăstirea Ursulinelor, str. Gen. Ghe. Magheru, nr. 34 (intrare cu bilet)
2. Piața Mare, vizită gratuită
3. Palatul Brukenthal, Piața Mare, nr. 4 (intrare cu bilet)
4. Muzeul de Istorie, str. Mitropoliei, nr. 2 (intrare cu bilet)



01. Mănăstirea Ursulinelor (str. General Magheru, nr. 34-36)
02. Piața Mare
03. Palatul Brukenthal (Piața Mare, nr. 4)
04. Muzeul de Istorie (str. Mitropoliei, nr. 2)
05. Muzeul de Artă Contemporană (Str. Tribunei, nr. 6)
06. Promenada Mall Sibiu (str. Lactor, nr. 1-3)
07. Muzeul Cinegetic August von Spiess (str. Școala de Înot, nr. 4)

FOLLOW US
#sibiucontemporaryartfestival

Mănăstirea Ursulinelor

5. Muzeul de Artă Contemporană, str. Tribunei, nr. 6 (intrare cu bilet)

6. Promenada Mall, str. Lector, nr. 1-3, vizită gratuită

7. Muzeul Cinegetic August von Spiess, str. Școala de Înot, nr. 4, (intrare cu bilet).

Pentru vizitarea Catacombelor: biletul de intrare se achiziționează la casieria din cadrul centrului SCAF - Mănăstirea Ursulinelor, sau online.

Vizitele ghidate au loc doar în grupuri de 10 persoane, de la ora 12, 15, 17. Prețul unic al unui bilet este de 25 lei.

CONFERINȚĂ

Conferința Darul lui Dumnezeu: inima zdrobită

17 octombrie, ora 18
Cercul Militar Sibiu

Pe 17 octombrie, părintele Constantin Necula va conferența din amvonul unei inimi care a cunoscut darurile Lui, într-un eveniment intitulat „Darul lui Dumnezeu: inima zdrobită”.

Privită de mulți ca semn de slăbiciune, inima zdrobită e, la o cugetare atentă, darul lui Dumnezeu pentru noi. Hristos transformă fragilitatea noastră într-o chemare la smerenie,



libertate și deschidere față de lucrarea harului Său. Și ce minune! Sufletul devine locuit de Hristos! De *Cel ce vindecă pe cei zdrobiți cu inima și leagă rănilor* (Ps. 146).

Zdrobirea inimii e un dar și, ca toate darurile, vine din iubire. Îți vezi neputințele în lumina dragostei lui Hristos, iar dragostea care se ridică asupra păcatelor îți zdrobește inima.



SPORT

FCH vs SEPSI SF GHEORGHE

6 octombrie, ora 13.30
Stadionul Municipal Sibiu

Atmosfera de pe stadion e întotdeauna una aparte. Dacă vrei să simți, împreună cu FC Hermannstadt, gustul victoriei, haide pe Municipal. Încă o etapă de campionat reprezintă încă un pas în față, alături de voi, cei mai buni suporterii din România! Împreună învingem Sepsi Sf. Gheorghe!



EXPERIENȚĂ

Aromine & Spa

25 octombrie, ora 18
Hermans Spa & Wellness

Acest eveniment se adresează femeilor care își doresc să se desprindă pentru trei ore de ritmul cotidian și să se conecteze cu sinele lor, cu alte femei minunate și totodată să își ofere un răsfăț

corp - minte - spirit.

În cadrul evenimentului, organizat de Hermans Spa Sibiu te vei bucura de: o scurtă introducere în călătoria aromatică, Yoga în apă și masaj Simfonia Celulelor, texturi aromatice pentru a-ți bucura simțurile gustului, relaxare și Spa, meditație și multă energie bună.

Acces/Bilet: 150 RON

TÂRG

Târgul de poveste – ProdusÎnSibiu

6 octombrie, ora 10
Str. Băilor, Cisnădie

Sunteți așteptați la cea de-a II-a ediție a evenimentului "Poveste de toamnă" unde veți găsi cele mai faine produse de la producători locali: siropuri, dulceturi, miere, fructe și produse de artizanat, toate atent pregătite pentru comunitatea sibiană.



De asemenea, cei mici vor avea parte de ateliere super interactive, unde vor avea ocazia să-și dea frâu liber imaginației, sub bagheta magică a celor de la Sibiu Junior.

FESTIVAL

Underground Mayhem

25 - 26 octombrie
ora 20.30, Love Bar



mini festival indoor de două zile ce își propune să aducă muzică de calitate iubitorilor de rock/metal din Sibiu.

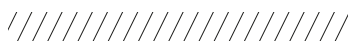
Sibiu Metal Alliance prezintă Underground Mayhem, un

EXPERIENȚĂ

Tură MTB de toamnă Sibiu Gușterița – Valea Visei

20 octombrie, ora 10.30
Piața Mare

Duminica 20 octombrie, în funcție de condițiile meteo din ziua evenimentului, sunteți invitați la o tură de MTB care va porni din Sibiu, va traversa pădurea de pe dealul Gușterița și se va încheia la Ocna Sibiului unde se va servi celebrul de acum „gulaș al biciclistului”. Traseul care se va urma va fi Piața Mare - Gușterița - Hamba - Ocna Sibiului și va avea circa 40 km. Veți străbate drumuri de țară, drumuri forestiere și parțial drumuri județene.



Târgul Bookist, ediția a 18 a

TÂRG

13 octombrie, ora 10
Grădinița și Școala Finlandeză
ERI Sibiu

Primul târg de carte second-hand pentru toată familia din România, revine pentru ediția #18 tot în octombrie și tot la Școala Româno-Finlandeză ERI Sibiu.

Organizat în jurul conceptelor #reuse, #reduce, #recycle, #reread, târgul este o inițiativă autohtonă de promovare a lecturii, care a reușit încă de la prima ediție să aducă împreună părinți și copii pasionați de cărți! Așadar, ești așteptat cu întreaga familie



să răsfoiești și să cumperi, să ascuți și să recomanzi și să împărtășești dragostea de cărți și lectură!

Faust

TEATRU

1 și 2 noiembrie, ora 19
Fabrica de Cultură Sibiu

Un reper important al teatrului românesc de după 1989, producția Teatrului Național „Radu Stanca” Sibiu contribuie semnificativ la promovarea valorilor culturale naționale, precum și la susținerea unui dialog productiv între artiștii români și cei europeni. Acest lucru a fost confirmat prin premiile obținute, precum prin și turneele întreprinse: Ofelia Popii - premiul pentru cea mai bună interpretare feminină într-un rol principal și Helmut Sturmer - premiul pentru cea mai bună scenografie – Gala Premiilor UNITER 2008, participare la Festivalul Goethe de la Frankfurt în 2008 și la Festivalul Internațional de Teatru de la Edinburgh 2009 în selecția oficială, Ofelia Popii - Herald Angel Award 2009, Premiul de Excelență – Gala Premiilor UNITER 2010.

„Faust” e mai mult decât un spectacol de teatru. Emoționant și visceral, „Faust” își invită publicul la o experiență puternică despre cunoaștere, credință, durere și iubire.



„Faust”-ul lui Silviu Purcărete se distinge prin complexitatea viziunii regizorale: este o experiență extrasenzorială la granița dintre Pământ și Iad, un peisaj amplificat prin proiecții, muzică rock live, zeci de actori și dansatori și o coloană sonoră originală semnată de Vasile Șirli. La baza acestui „Faust” modern stă improvizația, textul lui Johann Wolfgang von Goethe constituind punctul de plecare pentru o compoziție teatrală de excepție. Scenariul spectacolului de la Sibiu surprinde momentele esențiale din textul

lui Goethe: pactul lui Faust cu Diavolul, patima lui Faust pentru Margareta, noaptea Valpurgiei și ridicarea lui Faust la Cer. Producția se remarcă prin decor și light design de o impresionantă forță evocatoare, costume provocator sugestive, elegante sau burlești, muzică antrenantă sau copleșitoare cu efecte sonore adecvate ambiantei funambule, proiecții video ingenios articulate în arhitectura întregului demers scenic, creat monumental prin jocul a peste 120 de actori într-o hală industrială dezafectată

SPORT

Cupa Lupilor

12 octombrie, ora 10
Shopping City Sibiu
(în fața magazinului
Decathlon)

Ești invitat la o zi de competiții sportive unde forța și determinarea îți vor fi puse la încercare! Cea de-a IV-a ediție a Cupei Lupilor va aduce împreună atât amatori, cât și profesioniști, într-o atmosferă prietenoasă și plină de energie.



Evenimentul include concursuri pentru amatori de deadlift, benchpress și armwrestling, meciuri demonstrative de

armwrestling, dueluri spectaculoase între sportivi profesioniști precum și o zonă de tras liber la masa de skandenberg.

CONCERT

Fără Zahăr

8 noiembrie, ora 19
Oldies Pub

Oldies but goldies, cântecele Fără Zahăr vor răsuna din nou în Sibiu. Dacă nu aveți planuri precise pentru ziua Mihaililor și Gavrililor, sunteți invitați la o porție zdravănă de voie bună, la spectacolul Mihaela, dragostea mea! Dacă aveți, schimbați-le și luați sărbătorii cu voi, să vă faceți cinste, fiindcă seara va continua cu party.



TEATRU

Casa de Modă

7 octombrie, ora 19
Centrul Cultural Ion Besoiu

Casa de modă, spectacolul de teatru de nota 10, marca Spectacol ITM și Mihai Bendeac, revine în Sibiu cu o nouă reprezentație.

În distribuție Mihai Bendeac, Liviu Pintileasa, Vlad Drăgulin, Anca Dinicu/Mirela Zeța, Mihaela Teleoacă/Mihaela Trofimov, Șerban Georgevici, Gloria Găitan, Letiția Vlădescu, Ruxandra Grecu.

Bilete pe www.poftimcultura.ro



S-a mai născut o stea – în memoriam Laura Stoica

CONCERT

12 octombrie, ora 20
Love Bar

În luna octombrie, Laura Căpitănescu Band marchează nașterea uneia dintre cele mai iubite artiste ale muzicii românești, Laura Stoica, printr-un turneu special dedicat ei. Acest eveniment deosebit va aduce în scenă cele mai îndrăgite piese ale Laurei și va oferi un omagiu muzical pe care toți fanii îl așteptau. Laura Stoica a marcat o epocă în muzica românească, cu hituri ce vor rămâne în memoria colectivă. Contribuția sa a depășit granițele muzicii, inspirând generații întregi prin versurile

profunde și interpretările sale pasionale.

Alexandra Căpitănescu, artista care va interpreta piesele Laurei Stoica, este câștigătoarea ediției din 2023 a emisiunii concurs Vocea României, este un artist unic în piața muzicală românească, cu autenticitate, originalitate, trăire și mai ales cu o voce uimitoare. Are potențialul de a susține un concert live cu intensitate maximă, captivând spectatorul cu magnetismul ei.

În 2024, Alexandra a lansat EP-ul de debut – „Căpitanu” – o

colecție de 5 melodii care a venit ca o carte de vizită a artei, fiind inspirată de numele ei de familie, porecla din copilărie și experiențele sale din adolescență. „Căpitanu” este rezultatul pasiunii, efortului și talentului Alexandrei, o colecție de piese vibrante ce reflectă profunzimea și versatilitatea ei ca artist. Lansarea acestui EP marchează începutul unei noi etape în carieră artistică, în care promite să continue să surprindă ascultătorii cu vocea sa cameleonică și mesajele puternice transmise prin versuri.



Nastratin

SPECTACOL

6 noiembrie, ora 19
Filarmonica de Stat Sibiu

Uită de problemele cotidiene și ciufulește-ți neuronii cu hazul și inteligența lui „Nastratin”. Teatru, povestiri cu tâlc și cântece pe care le-ai fredonat atunci când te zbenguiai prin viață. Altfel spus, o comedie, emoție și ceva de... „cujetat”.

Pe Dora Notarescu, Vlad Gălățianu și Ștefan Ruxanda îi cunoști de la „Micul Prinț - spectacol pentru oameni mari”. După ce au bătut țara-n lung și-n lat cu textul lui Antoine de Saint-Exupery, te invită acum să-l descoperi pe Nastratin: personajul care te va surprinde prin simplitate, profunzime și un strop de nebunie.





07-06
SEPT./OCT.

EVENIMENT DESFĂȘURAT SUB
PATRONAJUL ȘI SPRIJINUL:



MINISTERUL CULTURII



MINISTERUL
AFACERILOR EXTERNE



SCAF
SIBIU CONTEMPORARY
ART FESTIVAL

ORGANIZATORII:



MNB
Muzeul Național (București)



05
Edition
2024

crossing
borders

Piața Mare

Muzeul de Artă Contemporană
(Strada Tribunalului, nr.6)

Palatul Brukenthal
(Piața Mare, nr. 4-5)

Mănăstirea Ursulinelor
(Strada General Magheru, nr. 34-36)



CONFERINȚĂ

The power to empower effective teams

23 octombrie, ora 18
Hotel Continental Forum

Știați că liderii care se simt împuterniciți sunt de trei ori mai implicați în munca lor?

Viitorul aparține liderilor care înțeleg că puterea adevărată vine din împuternicirea celor din jur.

Organizațiile care promovează colaborarea și împuternicirea angajaților au o probabilitate de 50% mai mare să fie lideri de piață în industriile lor? Colaborarea eficientă și împuternicirea duc la soluții mai creative și la o adaptabilitate mai mare.



Implicarea crescută are ca rezultat performanțe mai bune și satisfacție profesională mai mare.

5 motive pentru care nu ar trebui să ratezi acest eveniment:

1. Conștientizarea barierelor interne și externe

2. Instrumente practice pentru motivare

3. Strategii pentru a renunța la micromanagement

4. Recrutarea și dezvoltarea competențelor

5. Echilibrul între performanță și bunăstare emoțională.

TEATRU

Teorema

3 noiembrie, ora 17,
Teatrul Național Radu Stanca

Un tânăr intră în casa unor burghezi bogați. El este însăși frumusețea. Și venirea lui este mai mult o vizită care se împlinește prin posesia fizică. Servitoarea, Emilia, apoi fiul familiei, Pietro, mama, Lucia, fiica, Odetta, și tatăl, Paolo, toți vor cunoaște oaspetele, în sensul biblic. Dar după plecarea lui bruscă, ce va rămâne din mesajul lăsat? Numai servitoarea va cunoaște mântuirea? Căci, spre deosebire de burghezi, conform lui Pasolini, ea nu și-a înlocuit conștiința cu sufletul, nici moralitatea cu simțul sacru.

Un spectacol în care frumuse-



țea și cruzimea își dau întâlnire. O experiență seducătoare și un elogiu adus marelui film semnat de Pasolini.

Distribuția: Gyan Ros, Cendana Trifan, Raluca Iani, Adrian Matic, Antonia Dobocan, Radu

Costea, Patrick Imbrescu, Horia Fedorca, Andrei Gîlcescu

Spectacolul conține nuditate, violență și limbaj licențios.

Spectacol nerecomandat celor sub 16 ani

Durata: 2h



— YOUNG TILL DEATH —
PREZINTA



INIMA DE LUP

UN SPECTACOL DE
Alex Svaricek
CENTRUL CULTURAL "ION BESOIU"

"INIMA DE LUP" ADUCE IN SCENA POVESTEA FASCINANTA A FOLCLORULUI ROMANESC, IMBINAND PREZENTA ZEILOR, DANSUL TRADITIONAL AL DACILOR, HORA STRAMOSEASCA, LEGENDA LUPILOR IN LUMINA LUNII PLINE.

06 DECEMBRIE
H: 19:00

07 DECEMBRIE
H: 19:00

BILETELE SE POT ACHIZITONA ONLINE PE 



Petrecerea Gulașurilor, ediția a 2 a

12 octombrie, ora 8
Ferma Ecologică Cobor

După o vară în care toată lumea a trudit, a venit vremea de încins ceaunele și adunat, cu toată familia și prietenii la un eveniment cu gust. Sunteți invitați pe 12 octombrie să vă bucurați de mâncare bună și natură la „Întrecerea Gulașurilor”, ediția a II-a, la Ferma de Biodiversitate Cobor.

Gospodari, bucătari pasionați și oameni de bine vor forma opt echipe, și se vor întrece gătind gulaș din carne de Sură de stepă, un produs organic de înaltă calitate, așa cum nu mai găsești în

alte locuri.

Sarcina de a vota cel mai bun gulaș le va reveni membrilor juriului.

Participanții vor putea savura gulaș în tihnă, într-un peisaj de toamnă de poveste. După-amiază, copiii se vor întrece într-o competiție de treburi gospodărești pe „Ulița copilăriei” - vor aranja lemne, vor alege fasolea și vor demonstra că sunt și ei vrednici de a duce mai departe tradițiile satului. Nu vor lipsi nici atelierul culinar, unde toată lumea va învăța despre secretele bucătăriei tradiționale.

Programul evenimentului

8:00 - 9:00 Sosirea și instalarea echipelor
9:00 - 13:00 Gătirea gulașului
10.00 - 11.00 Sosirea participanților
11.00 - 13.00 Ulița copilăriei, competiție pentru copii
13:00 - 13:30 Predarea gulașului pentru jurizare
13:00 - 15:00 Servirea publicului
15.00 - 16.00 Atelier de gust
16:00 - 17:00 Premiere și moment artistic

Pentru participanți, biletele sunt disponibile pe ibilet.ro, iar accesul copiilor până la 7 ani este gratuit. În prețul fiecărui bilet sunt incluse două porții de gulaș per persoană.

Festivalul Verzei de la Moșna

11 octombrie, ora 12
Moșna

La 10 km de Mediaș, vino să bucuri de o sărbătoare cu tra-

diție la Moșna. Varza de Moșna e cunoscută în regiune și de ani buni, are și un festival dedicat. Timp de două zile te poți bucura de bucate locale la cel mai nou Târg de produse autohtone.

Credit text/foto: Ibilet, Facebook, Colinele Transilvaniei, Eventbook





Experiențe cu gust local

TOAMNA ÎN BUCATE LA COPȘA MARE 122

26 octombrie 2024, orele 10:00-16:00,
Copșa Mare

Toamna în bucate la Copșa Mare 122 – Ediția a 2 a

26 octombrie, ora 10
Copșa Mare 122

Dragă gurmand și iubitor de experiențe autentice, ți s-a pregătit un eveniment cu totul deosebit în Colinele Transilvaniei, la punctul gastronomic local Copșa Mare 122, unde ești invitat să descoperi experiența săsească autentică într-o locație de o frumusețe incontestabilă.

Sâmbătă, 26 octombrie începând cu ora 10 se deschid porțile casei albastre din inima Transilvaniei, aflată la doar 2 km distanță de situl UNESCO Biertan, nu departe de intrarea pe Via Transilvanica – sectorul Terra Saxonum.

Vei descoperi oameni ai locului, meșteșuguri păstrate vii, arhitectura tradițională bine conservată în timp și te vei bucura de natură, de experiențe culinare cu produse locale și de moștenirea culturală săsească.

Programul zilei

Evenimentul se va desfășura în intervalul orar 10 – 16 cu următoarele activități:

- » welcome brunch cu produse locale: pastă de slănină, jumări, pâine cu zacuscă, salată de vinete, platou cu brânzeturi locale, legume de sezon, socată;
- » prezentare Copșa Mare 122 & tur ghidat în gospodărie
- » atelier de făcut pâine în cuptor cu lemne, alături de Simona și Sile
- » atelier de făcut caș proaspăt
- » atelier de pâslărit

- » vizită la biserica fortificată din Copșa Mare
- » masă de prânz. Pe meniu sunt supă cremă de dovleac, fasole la ceain cu ciolan afumat și prune uscate, lichiuri cu mere, ceai, cafea, socată, apă;

Pe tot parcursul evenimentului vei putea cumpăra: miere, produse apicole și jucării de lemn în miniatură, gemuri, dulcețuri și siropuri

Tarife

- adulți: 190 lei
- copii 6-12 ani: 95 lei
- copii sub 6 ani: gratuit

Înscrierile se pot face până joi, 24 octombrie, ora 12, accesând link-ul: <https://forms.gle/9r9Sy6mvL3dF8ayQA>

Pentru validarea înscrierii la brunch se va percepe un avans iar restul sumei de bani se achită numerar (cash) la fața locului.



OCTOMBRIE
2024

LIBER
ÎN AER
LIBER



Ușor

Mediu

Difil

SIBIU
Sibiu County Council

Sâ 5.10

**Drumeție cu tema Educație Montană:
Supraviețuirea în pădure, orientarea
în zone nemarcate.**

Circuit Plătiniș, Oncești, Găujoara,
Pălținiș

Ghid: Catri Naicu

Du 6.10

**Drumeție în familie, de la Curciu la
Băgaci**

Ilimbav

Ghid: Ioana Pătrășcoiu

Sâ 12.10

**Drumeție cu tema Educație Montană:
Vârful Lăița**

Circuit Bălea-Șaua Bălea - Căldarea
Pietroasa- Vârful Lăița - Vârful Paținu
- Bălea Lac

Ghid: Catri Naicu

Sâ 12.10

**Drumeție în familie cu degustare de
hencleș la final**

Circuit de la Hosman către Glâmbocaa
și Fofeldea

Ghid: Dumitru Troancă

Sâ 12.10

Drumeție pentru Micii Montanari:

Cabana Bărcaci și
Muchia Scărișoarei

Ghid: Radu Zaharie

Du 13.10

**Drumeție în Munții Făgăraș
Vârful Dara și Hârtoțul Darel**

Ghid: Radu Zaharie

Sâ 19.10

**Răsărit pe Vf. Vânătoarea lui Buteanu
+ Valea lui Stan**

1: Bălea Lac - Vf. Vânătoarea
lui Buteanu - Bălea Lac
2: Circuit în Canionul Valea lui Stan

Ghid: Dumitru Troancă

Du 20.10

**Drumeție pentru Educație Montană
și Noțiuni de orientare fără telefon**

Circuit Valea Caseilor - Căsuța MGS
- Prislop - Rășinari

Ghid: Catri Naicu

Du 20.10

**Călătorie prin manta aurie a toamnei
spre Vârfulurile Ghihan și Derjani**

Rășinari- Dealul Buru - Poiana
Tomnatec - Dosul Albului - Vf Derjani
- Căsuța MGS - Rășinari

Ghid: Nicoleta Ocneriu

Du 20.10

**Drumeție în Munții Lotrului
Vârful Negovanu Mare**

Ghid: Radu Zaharie

Du 20.10

**Drumeție de toamnă în familie
într-o zonă pastorală**
Creasta Porumbelului cu plecare
din Jina

Ghid: Mihai Proca

Joi 24.10

**Expoziție de fotografie
"Creasta Făgărașului
prin ochii unui artist"**

Biblioteca Astra
Artist: Sigrid Cirjan

Sâ 26.10

**Drumeție pentru copii și adulți
pentru găsirea tradițiilor locale
Marpod**

Circuit: Marpod - lac,
Colinele Transilvaniei, Marpod

Ghid: Catri Naicu

Sâ 26.10

**Drumeție cu povești de toamnă
pentru femei prin Munții Făgăraș**
Poiana Neamțului - Cabana Bărcaci
- Platoul Scărișoarei

Ghid: Nicoleta Ocneriu

Sâ-Du 26-27.10

**Tură de două zile în Munții Făgăraș:
Proiectul FCC
(Conservation Carpathia)**

Ghid: Radu Zaharie



MINISTERUL CULTURII



partener media principal:
TVR CULTURAL



SIBIU OPERA FESTIVAL

ediția a XXIII-a

26 septembrie -
12 octombrie 2024

27-28 sept. diverse spații neconvenționale
TAKE AN OPERA BREAK
recitaluri de arii din opere celebre

29 sept. - 1 oct. **MASTERCIASS DE CANTO**
coordonat de soprana Elena Moșuc și
mezzosoprana Ruxandra Donose

Joi
3 oct. ora 19:00 / Sala Thalia
GAIA SIBIU OPERA FESTIVAL

Orchestra Filarmonicii de Stat Sibiu
dirijor: **GEORGIOS BALATSINOS**
cu soprana Elena Moșuc și mezzosoprana Ruxandra Donose

Vineri
4 oct. ora 20:00 / Biserica Romano-Catolică
"Sf. Treime"
CONCERT DE MUZICĂ SACRĂ

ELENA MOȘUC - soprana
EDUARD ANTAL - orgă

Sămbătă,
5 oct. ora 19:00 / Sala Thalia
ELIXIRUL DRAGOSTEI

de Gaetano Donizetti
Opera Națională Română Iași

Duminică
6 oct. ora 19:00 / Centrul Cultural „Ion Besoiu”
BOEMA

de Giacomo Puccini
Teatrul Național de Operă
și Operetă „Nae Leonard” Galați

Luni
7 oct. ora 19:00 / Sala Thalia
MANON LESCAUT

de Giacomo Puccini
Opera Națională București

Marți
8 oct. ora 19:00 / Centrul Cultural „Ion Besoiu”
NUNTA LUI FIGARO

de Wolfgang Amadeus Mozart
Opera Națională Română
Cluj-Napoca

Miercuri
9 oct. ora 19:00 / Centrul Cultural „Ion Besoiu”
PESCUTORII DE PERLE

de Georges Bizet
Teatrul Național de Operă și Balet
„Oleg Danovski” Constanța

Joi
10 oct. ora 19:00 / Sala Thalia
MADAMA BUTTERFLY

de Giacomo Puccini
Orchestra Filarmonicii de Stat Sibiu
solisti și corul Operei Brașov
dirijor: MASSIMILIANO CALDI

Vineri
11 oct. ora 11:00 / Foaierul hotelului
„Împăratul Romanilor”
CONFERINȚELE SOF

moderator: Claudia Robu

Sămbătă
12 oct. ora 19:00 / Sala Thalia
LA TRAVIATA

de Giuseppe Verdi
Studioul Experimental de Operă
„Ludovic Spies”
al Operei Naționale din București

Evadare în garaj disponibilă
de la casa de bilete a Filarmonicii
de la ora 10:00



Urmăriți-ne online:

- Facebook
- Instagram
- LinkedIn
- Twitter
- YouTube
- Website: www.filarmoniciadestat.ro








MUZICA ÎN CATEDRALA EVANGHELICĂ


MUSIK IN DER EVANG.
STADTPFARRKIRCHE
HERMANNSTADT

**11 mai 2024 -
21 decembrie 2024**

 **Piața Huet**

Vineri ora 12:00
Intrarea liberă

Sâmbătă ora 19:00
20 RON

 **Huetplatz**

Freitag 12 Uhr
Eintritt frei

Samstag 19 Uhr
20 RON

Muzica în Biserica Evanghelică

Provocarea toamnei

GTR - curse de alergare în Pădurea Gușterița

Pe 5 octombrie 2024, Gușterița Trail Run (GTR) marchează un nou punct de atracție în calendarul sportiv al Sibiului, oferind participanților ocazia de a alerga în mod organizat pe potecile din Pădurea Gușterița.

Competiția propune echilibrul perfect între aventură și accesibilitate. Spre deosebire de celelalte curse de profil din județ, GTR oferă un cadru natural cu grad de dificultate moderat, accesibil atât alergătorilor experimentați, cât și celor care doresc să încerce pentru prima dată alergarea pe potecă.

De ce să participi la Gușterița Trail Run?

Diversitatea traseelor este una dintre principalele atracții ale evenimentului. Fie că ești un alergător începător sau experimentat, competiția îți pune la dispoziție un traseu pe măsură:

- » **Heroes Race (27 km)** – Pentru cei care își doresc o provocare montană autentică.
- » **Cross Boss (10 km)** – Ideal pentru alergătorii amatori pregătiți să-și depășească limitele.
- » **Sprint King & Queen (5 km)** – Cursă rapidă și accesibilă, perfectă pentru cei care vor să descopere trail running-ul.
- » **Dream Team (24 km)** – Șta-

fetă în echipe de 2 persoane, pentru o experiență de echipă unică.

- » **Junior Joy** – Curse pentru copii cu distanțe de la 500 m la 1250 m, menite să inspire pasiunea pentru alergare de la o vârstă fragedă.

Gușterița Trail Run se adresează atât sportivilor pasionați de trail running, cât și celor care doresc să se reconecteze cu natura prin sport. Este o oportunitate

excelentă de a explora un colț pitoresc al Sibiului, aflat la câțiva pași de centrul orașului.

Cum te poți înscrie?

Nu rata șansa de a face parte din prima ediție a Gușterița Trail Run! Detalii complete despre curse, prețuri și formularul de înscriere sunt disponibile pe www.gtr.ro.

Categoriile de vârstă pentru copii au tarife speciale, menite să încurajeze participarea tinerilor alergători. În plus, înscrierea pentru copiii cu vârsta de 4-5 ani este gratuită!

Despre organizatori

Gușterița Trail Run este un eveniment organizat cu sprijinul Primăriei Municipiului Sibiu și al Consiliului Județean Sibiu, fiind co-finanțat prin Agenda Sportivă.

Simte adrenalina competiției și bucură-te de culorile toamnei la Gușterița Trail Run 2024! 🌿

Gușterița
Trail Run

5 octombrie 2024
Pădurea Gușterița, Sibiu

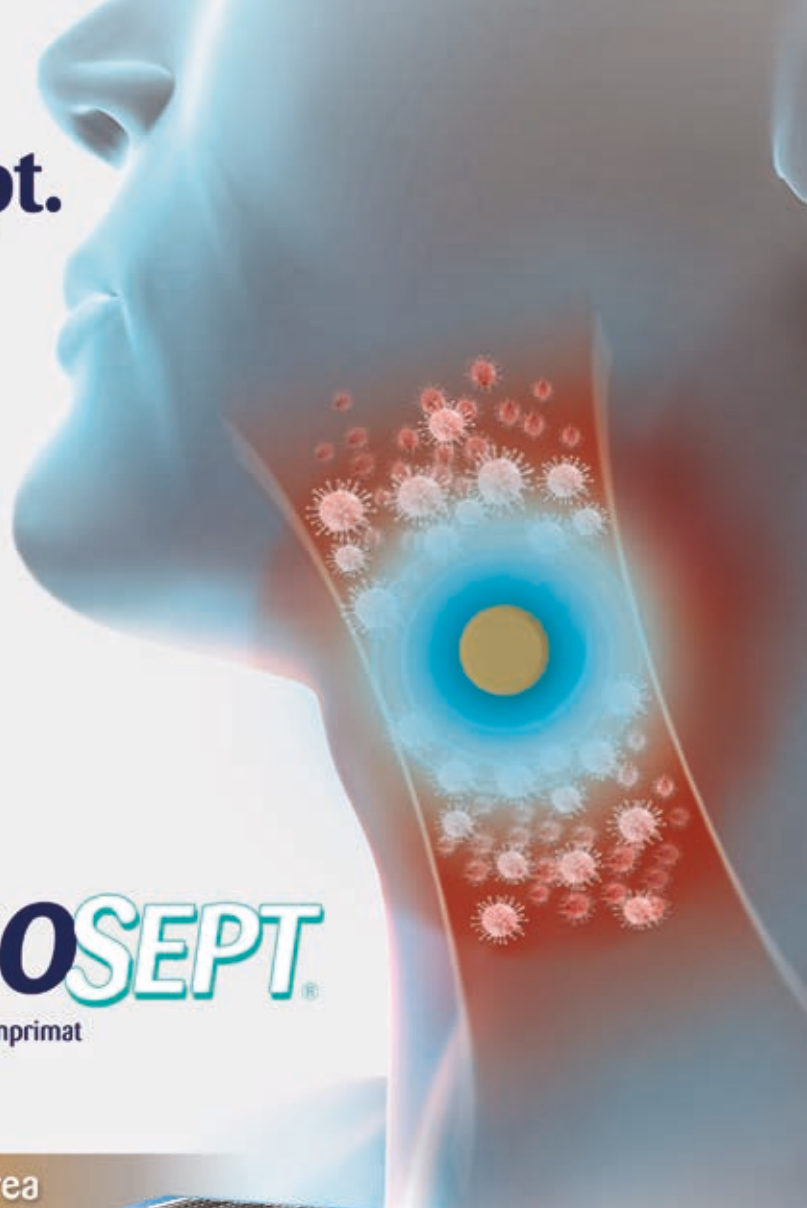
gtr.ro

Asociația colaborantă de
Consiliul Județean
Sibiu

SIBIU

@gusteritatrail
@gusteritatrailrun

Faringosept. Dă voce românilor din 1963.



FARINGOSEPT®

10 mg ambazonă monohidrat/comprimat

Grăbește vindecarea
infecțiilor acute în gât

Acțiune asupra multor
tipuri de bacterii

Efect antiseptic



Acest medicament conține ambazonă și se poate elibera fără prescripție medicală. Se recomandă citirea cu atenție a prospectului sau a informațiilor de pe ambalaj. Dacă apar manifestări neplăcute, adresați-vă medicului sau farmacistului. Doza recomandată: 3-5 comprimate Faringosept 10 mg (30-50 mg ambazonă/zi, timp de 3-4 zile. Medicamentele expirate și/sau neutilizate se consideră deșeurilor periculoase. Viza de publicitate nr. 5142/ 30.08.2024.

SC Terapia SA | a SUN PHARMA company
Str. Fabricii nr. 124, Cluj-Napoca 400 632, România
J12/2038/2004, CIB RO16357398

Terapia
a SUN PHARMA company

Concert cu formația PHOENIX în cadrul „Piano Rocks”!

Formația PHOENIX revine la Sibiu, de această dată pentru a prezenta – în premieră – proiectul SymPhoenix, alături de pianista Monica Florescu și Orchestra „Piano Rocks” - condusă de dirijorul Remus Grama. Concertul este programat duminică, 13 octombrie 2024, la Centrul Cultural „Ion Besoiu” din Sibiu, cu începere de la ora 19. Fotografii din edițiile precedente vor fi expuse în Piața Mare, în cadrul Expoziției “Vin și Ascult. Piano Rocks!”. Biletele pentru Piano Rocks SymPhoenix s-au pus în vânzare pe platforma iabilet.ro

Cea mai mare dorință a lui Nicu Covaci, fondatorul legendarei formații PHOENIX, a fost aceea ca trupa să își continue activitatea. Iar muzicienii care i-au fost alături pe scenă mai mult de 15 ani îi respectă dorința. Astfel, la nouă ani după ce i-a avut invitați pe Nicu Covaci și Costin Adam, în 2024 Piano Rocks aduce la Sibiu proiectul “SymPhoenix”: Formația PHOENIX alături de Orchestra simfonică “Piano Rocks” condusă de dirijorul Remus Grama. În cadrul acestui concert deosebit, publicul va putea asculta și cânta împreună cu formația cele mai îndrăgite compoziții muzicale din repertoriul PHOENIX.

Prima parte a seriei va fi rezervată, ca în fiecare an, adaptărilor

inedite ale unor piese rock din repertoriul internațional, în interpretarea pianistei Monica Florescu, alături de care se va afla cvartetul 4Tune! din Brașov și percuționistul Radu Goagăș

Pentru al doilea an consecutiv va fi realizată o Expoziție cu fotografii din edițiile precedente ale proiectului, intitulată “Vin și Ascult. Piano Rocks”. Anul acesta expoziția va fi montată în Piața Mare, între perioada 13 septembrie și 13 octombrie 2024.

Piano Rocks este un proiect

100% sibian lansat în 2014. În cele 5 ediții de până acum, pe afișul proiectului au fost incluși artiști cunoscuți ai scenei pop-rock autohtone: Radu Nechifor, Tudor Turcu, Nicu Covaci și Costin Adam (Phoenix), Paula Seling, Ovidiu Ioncu „Kempes” (ex-Cargo), formația Antract, Corul Filarmonicii “Transilvania” din Cluj-Napoca, formația Trooper, formația Lost Domain (Suedia) și Ansamblul Icon Arts condus de dirijorul Remus Grama sau Vița de Vie. #





Redescoperiți magia
filmelor clasice!

CINEMATOTECA REO

20 septembrie - 20 decembrie

În fiecare vineri, orele 20:00,
la Centrul Cultural „Ion Besoiu”
Accesul gratuit,
pe bază de rezervare prealabilă



program & rezervări



DinDor'NdoR

Stagiunea 2024-2025 la Teatrul de Balet Sibiu

„Suntem la începutul unei noi stagiuni la Teatrul de Balet Sibiu, o stagiune care prezintă, încă de la debutul ei, spectacole de dans contemporan, precum cea mai nouă producție din repertoriul nostru, creată de maestrul Gigi Căciuleanu – „DinDor'NdoR”, dar și cele mai importante titluri ale repertoriului clasic, precum „Lacul Lebedelor”, cu patru reprezentații în acest început de stagiune, „Spărgătorul de nuci” și mult așteptata premieră de balet clasic „Cenușăreasa”, cu trei reprezentații, dintre care una la matineu, pentru copii. Se anunță o stagiune plină de eve-

nimente la Sibiu, cu multe turnee atât în țară, dar și internaționale în Germania și Lituania. Ne bucurăm că 21 de balerini din Spania, Brazilia, Portugalia, Marea Britanie, Franța, Japonia, Cuba, Italia, Ucraina și România, au ales să danseze la Sibiu încă o stagiune, iar acestora li s-au alăturat alți 17 noi dansatori veniți la Sibiu din toate colțurile lumii: România, Japonia, Australia, Canada, Italia, Irlanda, Turcia, Franța, Cuba, Marea Britanie. Așteptăm ca de fiecare dată publicul cu emoție la spectacolele noastre și sperăm să avem împreună cu toți iubitorii

dansului o stagiune care să aducă tuturor bucurie.” Ovidiu Dragoș, Manager Casa de Cultură a Municipiului Sibiu, Teatrul de Balet Sibiu

Programul Teatrului de Balet Sibiu, pentru lunile octombrie - decembrie

Programul Teatrului de Balet Sibiu continuă până la finele anului cu premiera de balet clasic „Cenușăreasa”, opt reluări ale spectacolelor din repertoriu, prezentate la Sibiu și trei turnee



interne și internaționale, în Oradea, Lituania și Germania.

Programul complet de spectacole de la Sibiu pentru perioada octombrie-decembrie este următorul:

- » *Lacul Lebedelor*, spectacol de balet clasic, 3 și 4 octombrie 2024, ora 19:00, Centrul Cultural „Ion Besoiu”
- » *Cenușăreasa*, premieră de balet clasic, 30 octombrie, ora 19:00, Centrul Cultural „Ion Besoiu”
- » *Cenușăreasa*, 2 noiembrie, ora 11 (matineu) și ora 19:00, Centrul Cultural „Ion Besoiu”
- » *Lacul Lebedelor*, 25 și 26 noiembrie, ora 19:00, Centrul Cultural „Ion Besoiu”
- » *Spărgătorul de nuci*, 2 decembrie 2024, ora 19:00, Centrul Cultural „Ion Besoiu”

Lacul Lebedelor, spectacolul emblemă al baletului clasic, unul dintre cele mai cunoscute și îndrăgite spectacole de balet clasic al tuturor timpurilor, revine pe scena Teatrului de Balet Sibiu, în luna octombrie a acestui an. Adaptarea coregrafică a montării de la Sibiu, realizată în anul 2014, de coregraful din Republica Moldova Andrei Litvinov, are la bază coregrafia originală a lui Marius Petipa și Lev Ivanov, pe muzica lui P.I. Ciaikovski.

Spărgătorul de nuci, spectacol de balet clasic, cel mai frumos spectacol de balet clasic al tuturor timpurilor, cu o istorie impresionantă care se întinde pe mai mult de o sută de ani (premierea absolută a avut loc în anul 1892), revine la Teatrul de Balet Sibiu și în acest an. Valentin Barteș, artistul coregraf care a creat de-a lungul timpului lumi de poveste pe scena baletului sibian, și care a cucerit audiența cu fiecare montare realizată la Sibiu („Dansul florii de cireș”, 2007, „Carmen”, Piața Mare 2010, „Spărgătorul de nuci” 2010, „Rigoletto” 2023 etc), respune povestea plină de magie, grație și eleganță a tinerei Clara

și a Spărgătorului de nuci într-un spectacol menit să completeze atmosfera unică a sărbătorilor de iarnă.

Cenușăreasa, capodoperă a baletului clasic, aduce la viață povestea fermecătoare a tinerei orfane care, în ciuda greutăților, găsește dragostea adevărată. Cu o coregrafie plină de eleganță și rafinament, acest spectacol explozează contrastele dintre suferință și speranță, umilință și triumf.

Pe muzica sublimă a compozitorului Serghei Prokofiev, baletul ne poartă prin momente de grație și splendoare, de la balul fastuos la pantoful de sticlă magic. „Cenușăreasa” rămâne o capodoperă a baletului clasic, captivând publicul de toate vârstele prin frumusețea sa eternă.

Biletele pentru toate spectacolele Teatrului de Balet Sibiu au fost puse în vânzare și pot fi achiziționate online, fără costuri suplimentare, pe siteul www.kompostor.ro sau de la sediul instituției (Parcul Tineretului, nr. 1), de luni până joi, în intervalul 8:00 – 16:00, vineri 08:00 – 13:30. Costul unui bilet este de 20 lei, iar elevii, studenții și pensionarii beneficiază de o reducere de 50%. #



Teatrul Gong

Program spectacole & atelier



Cenușăreasa - Doar o poveste?

sâmbătă, 5 octombrie, ora 11:00
duminică, 6 octombrie, ora 11:00

Sala Etaj

spectacol recomandat copiilor cu vârsta peste 3 ani

de Eva Labadi-Megyes;
SCENARIU ȘI REGIA: Eva Labadi-Megyes; MUZICĂ: Cári Tibor; SCENOGRAFIE: Dió Zoltán; VERSURI: Ildiko Frank DISTRIBUȚIE: Angela Páskuy, Claudia Stühler, Adrian Prohaska, Jenő Major

durata: 45 minute
preț bilet flexibil: 12 lei
Într-o lume aflată în permanentă schimbare, în care tehnologia pune stăpânire pe tot, iar copiii se îndepărtează tot mai mult de povești, spectacolul „Cenușăreasa - doar o poveste?” reprezintă o chemare de reîntoarcere, pentru scurt timp, în lumea magică a poveștilor. Considerată a opta minune a lumii, povestea Cenușăresei este una dintre poveștile preferate ale copiilor, reușind să transmită valorile morale ale lumii în care trăim și care ne învață că

răbdarea și speranța aduc fericirea, că bunătatea nu rămâne fără răsplată, iar în lupta dintre bine și rău, binele câștigă mereu. Viziunea contemporană a spectacolului, muzica, personajele și umorul, toate se completează într-un tot unitar, adresându-se copiilor secolului XXI. Credeți cu adevărat în povești pentru că doar ele ne ajută să ne hrănim și să ne bucurăm sufletul. Lăsați copiii să creadă în povești și, odată cu ei, să credem și noi, pentru că odată ce vom înceta să mai credem, va pieri copilul din noi.

Jungla

sâmbătă, 12 octombrie, orele

11:00 & 18:00

duminică, 13 octombrie, ora 11:00

spectacol recomandat copiilor cu vârsta peste 7 ani

după "TROPICE TÂMPE" de FLORIN BICAN;

versiune muzicală: ADA MILEA; Scenografia: MĂRIUCA IGNAT;

În distribuție: GABRIEL MUNCUȘ, ELIZA PĂUNA, MIHAI RĂDULEA, PAUL BONDANE, SORINA MELEAN, ADELA CIOCAN, ALEX GABERA.

durată: 60 min

preț bilet flexibil: 12 lei

Imaginați-vă o lume în care expedițiile nu mai au sens, fiindcă totul a fost deja descoperit, munții, mările și junglile au fost cucerite și puse pe hartă, adică: nu mai există nici un loc neexplorat. Acesta este coșmarul în care se trezește eroul nostru, Exploratorul, până când



primește o invitație în Kenya și ajunge în jungla africană.

Acolo întâlnește personaje bizare: un agent de noapte care vede animale inexistent, un cioban care a călătorit cu un meteorit și a ajuns în junglă împreună cu poiana și cu oile sale, un savant bavarez care face experimente și încearcă să extragă maimuța din om etc. Exploratorul se lovește de absurdul fiecărei situații și interacționează cu personajele, ghidat de echipa tv care l-a

invitat în Africa, apoi pe cont propriu (când televiziunea își găsește subiecte mai interesante).

JUNGLA este versiunea muzicală a cărții "Tropice tâmpo" de Florin Bican, versiune realizată de Ada Milea, după ce a "explorat" (cu câțiva ani în urmă) textul împreună cu câțiva actori ai teatrului din Târgu Jiu. "Explorarea" de acum conține o nouă direcție, o nouă distribuție, o nouă scenografie, episoade noi și un agent de noapte vechi.

Hänsel și Gretel

sâmbătă, 19 octombrie, ora 11:00

duminică, 20 octombrie, ora 11:00

spectacol recomandat copiilor cu vârsta peste 3 ani

după Frații Grimm

REGIA: Oana Leahu; SCENOGRAFIA: Gavril Siriteanu; ILUSTRAȚIA MUZICALĂ: Oana Leahu; în DISTRIBUȚIE: Lucia Barbu, Daniela Dragomir, Jenő Major, Angela Páskuy, Adrian Prohaska, Claudia Stühler;

durata: 50 min.

preț bilet flexibil: 12 lei

Povestea lui Hänsel și a Gretel a Fraților Grimm este una dintre cele mai frumoase povești ale literaturii universale. Adaptarea scenică în maniera teatrului de animație concen-



trează acțiunea, iar spectacolul transmite astfel mesajul despre iubire și curaj în modul cel mai direct posibil, conștiințelor pure ale copiilor.

Cuvântul regizorului: „A spune povești este o bucurie! A vedea ochii micilor și marilor

spectatori încântați de imaginile scenice și de personajele care prind viață în spectacol – este o speranță! A lucra împreună cu întreaga echipă a Teatrului Gong – este o experiență plină de lumină pentru care nu poți decât să mulțumești cu respect și drag!”



Hermann visează

sâmbătă, 26 octombrie, ora 11:00

duminică, 27 octombrie, ora 11:00

spectacol recomandat copiilor cu vârsta peste 5 ani

O dramaturgie de Daniel Chirilă

REGIA: Eliza Păuna; SCENOGRAFIA: Romulus Boicu; MUZICA: Charlie Fălămaș; DISTRIBUȚIA: Raluca Răduca, Adrian Prohaska, Lucia Barbu, Charlie Fălămaș.

durata: 45 min.

preț bilet flexibil: 12 lei

Hermann este un băiețel ca oricare altul. Are numai 8 ani și are toate grijile pe care le poate avea un copil la vârsta lui: școala e prea grea, timpul nu-i mai ajunge pentru joacă și este dojenit permanent de părinți și profesori fiindcă toți vor să-l schimbe, dar el vrea să rămână același copil visător și jucăuș. Imaginația este una dintre supercalitățile lui Hermann, astfel, un drum banal spre școală, devine o aventură în care Hermann este eroul care îi salvează

pe părinți, profesori și chiar întregul oraș.

Spectacolul este o incursiune în mintea copilului care trece prin schimbări, ale căror responsabilități venite odată cu începerea școlii încep să planeze înfricoșător asupra lui, iar adulții din jur au din ce în ce mai multe așteptări de la el. Poate fi un spectacol în care orice copil are dreptul să se răzvrătească împotriva maturizării și a trecerii timpului, care nu mai are răbdare cu el. În același timp, este și un spectacol cu un final neașteptat în care copilul descoperă că propriile frici și supărări sunt mult mai mici decât credea, iar disciplina venită din educația solidă te poate ajuta să înlănzești timpul și lumea.

„Hermann visează” poate fi călătoria necesară oricărui copil care se desprinde de programul cotidian al unei zile în care merge la școală și are teme, pentru a-și duce către îndeplinire propriile aventuri cu adevărat fantastice.

Die Bremer Stadtmusikanten

joi, 31 octombrie, ora 18:00

spectacol în limba germană, cu supratitrare în limba română
spectacol recomandat copiilor cu vârsta peste 3 ani

după Frații Grimm, traducere de Lilly Krauss-Kalmár

REGIE ARTISTICĂ: Lilly Krauss-Kalmár; SCENOGRAFIA: Febus Viorel Ștefănescu; MUZICĂ ORIGINALĂ: Florin Grigoraș; DISTRIBUȚIE: Daniela Dragomir, Angela Pás-kuy, Claudia Stühler, Adrian Prohaska, Jenő Major, Lilly Krauss-Kalmár (voce).

durata: 50 min.

preț bilet flexibil: 12 lei

„Die Bremer Stadtmusikanten” (ro: „Muzicanții din Bremen”) este o adaptare după Frații Grimm, în regia lui Lilly Krauss-Kalmár, pe muzică compusă de Florin Grigoraș. Producția Teatrului pentru Copii și Tineret Gong reușește să păstreze substanța inițială și specifică poveștilor prin mijloacele tradiționale teatrului de păpuși. Povestea spune că un măgar, ce nu îi mai avea trebuință stăpânului său, a pornit la drum spre orașul Bremen pentru a deveni muzician în orchestra orașului. Călătoria se dovedește a fi o întregă aventură, plină de culoare și ritm, alături de un câine, o pisică și un cocoș, noii prieteni ai drumețului.

Povestea reprezintă de fapt, un mijloc de a ne convinge că, în cele din urmă, speranța de a găsi o cale spre izbândă, spre idealul dorit, triumfă.



Atelierul de Creat Povești – Povești pe tricouri

sâmbătă, 5 octombrie, orele
10:00 & 12:00

pentru copii cu vârsta cuprinsă
între 6 și 10 ani

Coordonator **Diana Ribana**

durata: 60 min.

preț bilet: 14 lei

Ce poate fi mai frumos decât un tricou inspirat din propria poveste? În cadrul acestui atelier, copiii vor aduce la viață poveștile lor preferate, pe tricouri albe, folosind culori textile strălucitoare. Micii artiști vor învăța să creeze șabloane ingenioase și să folosească tehnici de pictură, pentru a adăuga nuanțe vibrante. Cu puțină creativitate, poftă de joacă și entuziasm vor transforma un simplu tricou, într-o creație unică. Activitățile se desfășoară într-un mediu primitor, unde educația și distracția se împletesc armonios. La final, toți vor pleca acasă cu un tricou special, purtând amprenta poveștilor lor preferate.



Atelier de Creație „Piticii pricepuți” – Pălăria fermecată

miercuri, 9 octombrie, ora 18:00

pentru copii cu vârsta cuprinsă
între 6 și 10 ani

Coordonator **Claudia Benchea**

durata: 60 min.

preț bilet: 14 lei

Ca în fiecare an, în data de 6 octombrie, sărbătorim Ziua Pălărierului Nebun, personaj cheie în romanul „Alice în Țara Minunilor”, scris de autorul britanic Lewis Carroll. Cu această ocazie, atelierul Pălăria fermecată este organizat pentru „piticii pricepuți” care vor să

învețe despre un accesoriu des folosit în spectacolele de teatru: jobenul – pălăria cu formă cilindrică, dar să afle și detalii despre fantastica lume în care se aventurează Alice.

Pălăria este una deosebită, fiind inspirată de cea pe care o poartă Pălărierul Nebun. Aceasta va fi decupată, folosind un tipar pregătit de coordonatorul atelierului și va fi, apoi, decorată de fiecare participant în parte, cu pene colorate, pietricele prețioase sau sclipici.

Atelierul de Comunicare prin Artă – Marionete din șosete

sâmbătă, 12 octombrie, orele
10:00 & 12:00

pentru copii cu vârsta cuprinsă
între 6 și 10 ani

Coordonator **Maria Denov**

durata: 60 min.

preț bilet: 14 lei

Folosind șosete colorate, în cadrul acestui atelier, vom da viață unor marionete zâmbitoare. Cu ajutorul diverselor materiale, cum ar fi păsă, resturi



de ațe pentru păr, ochișori mobili și multe alte accesorii, fiecare copil va putea crea o marionetă plină de farmec.

Aceasta este o ocazie minunată pentru micii artiști de

a-și exercita abilitățile de lucru manual, de a-și dezvolta imaginația și de a se distra într-un mod creativ. La final, fiecare marionetă își va spune propria poveste.

Atelier de Creație „Piticii pricepuți” – Dragonul meu

miercuri, 16 octombrie, ora 18:00

miercuri, 23 octombrie, ora 18:00

pentru copii cu vârsta cuprinsă
între 6 și 10 ani

Coordonator **Claudia Benchea**

durata: 60 min.

preț bilet: 14 lei

Cine nu și-ar dori să aibă acasă cel puțin un dragon? Aceste ființe legendare, protectori ai comorilor și aducători de noroc, ne încântă imaginația de secole. La atelierul „Piticii pricepuți”, alături de Claudia Benchea, copiii vor avea ocazia să-și creeze propriul dragon magic. Cu hârtie colorată, lipici, creioane și multă imaginație, fiecare mic artist va da viață unui dragon unic, care va fi mereu aproape și poate chiar le va îndeplini dorințele. La final, micii creativi vor pleca acasă cu noul lor prieten și o poveste gata să fie împărtășită cu toată familia.

Atelierul de Creat Povești – Regatul păpușilor

sâmbătă, 19 octombrie, orele

10:00 & 12:00

pentru copii cu vârsta cuprinsă
între 6 și 10 ani

Coordonator **Diana Ribana**

durata: 60 min.

preț bilet: 14 lei

Vino și descoperă magia creației la atelierul nostru de păpuși din carton! Micii artiști vor învăța să decupeze și să picteze păpuși fermecătoare, pe care le vor îmbrăca în hăinuțe colorate, realizate din materiale textile. Fiecare copil își va folosi imaginația pentru a decora și personaliza păpușa, transformând cartonul simplu în personaje unice și pline de viață. Este ocazia perfectă pentru cei mici să se distreze, să își dezvolte abilitățile manuale și să își exprime creativitatea într-un mod inedit. Nu rata această aventură artistică fascinantă!

Atelierul de Comunicare prin Artă – Sperietoarea veselă

sâmbătă, 26 octombrie,

orele 10:00 & 12:00

pentru copii cu vârsta cuprinsă
între 6 și 10 ani

Coordonator **Maria Denov**

durata: 60 min.

preț bilet: 14 lei

În ultimul atelier din luna octombrie, având ca suport o lingură de lemn, copiii vor crea o sperietoare de ciori. Vor picta și folosi diverse materiale, precum pâslă, pânză și sfoară. Această sperietoare poate deveni un decor de toamnă, o jucărie sau chiar cadoul perfect pentru cineva drag.



Atelier de Creație „Piticii pricepuți” – Costum de Halloween

miercuri, 30 octombrie, ora 18:00

pentru copii cu vârsta cuprinsă
între 6 și 10 ani

Coordonator **Claudia Benchea**

durata: 60 min.

preț bilet: 14 lei

Pentru că la finalul lunii sărbătorim Halloween-ul, atelierul nostru te invită să-ți creezi costumul perfect. Fie că îți dorești o pelerină de Mare Vrajitor, cea a lui Batman sau Superman, sau poate o pelerină de fantomă, la „Piticii pricepuți” vei învăța



să îți croiești și să personalizezi propria pelerină. Cu multă răbdare, inspirație și materiale speciale alese, vei transforma fiecare idee într-o creație unică.

Iar pentru a completa costumul de Halloween, vei decupa și picta o mască, adăugând un plus de magie și mister ținutei tale. Vino și lasă-ți creativitatea să zboare!

Hepiflor®

Saccharomyces Boulardii



- **Se administrează în același timp cu antibioticul**
- **Recomandat în prevenția diareei asociată la tratamentul cu antibiotic**
- **Asociat tratamentului diareei infecțioase și acute**
- **Susține sănătatea tractului digestiv**



RO-Hepiflor-10/2023-05

Hepiflor® Saccharomyces Boulardii este supliment alimentar.
Citiți cu atenție prospectul.

SC Terapia SA | a SUN PHARMA company
Str. Fabricii nr. 124, Cluj-Napoca 400 632, România
J12/2038/2004, CUI RO15357398

Terapia
a SUN PHARMA company

PESTE 100 DE FILME BUNE

ASTRA FILM, Sibiu International Film Festival



Festivalului internațional de film documentar Astra Film, programat a avea loc în orașul nostru în perioada 20 – 27 octombrie, propune publicului peste 100 de filme produse în țări de pe toate continentele. Cele mai multe producții vor fi prezentate în premieră în Sibiu. Lista filmelor din cele patru secțiuni competiționale poate fi consultată pe pagina oficială a evenimentului: <https://www.astrafilm.ro/ro/2024/selectia-oficiala-astra-film-festival>.

„Așteptăm cu nerăbdare să fim din nou împreună în al 31-lea an de festival. Cred că selecția din acest an este una dintre cele mai valoroase și sunt convins că publicul nostru, comunitatea Astra

Film Festival, va umple sălile și îi va aplauda pe curajoșii și talentații regizori care ne-au încredințat producțiile lor”, a declarat Dumitru Budrala, director Astra Film Festival.

ROMÂNIA. Selecția pentru secțiunea competițională România, aduce în fața spectatorilor realități incomode, chiar tulburătoare ale istoriei recente, despre care evităm să vorbim, dar care ne ajung din urmă, și povești de viață despre realitățile societății noastre: minori lăsați în voia sortii și nevoiți să-și ia destinul în propriile mâini, vârstnici vulnerabili, care trebuie să se confrunte cu situații inumane, tineri gay care își doresc iubire, acceptare și drepturi egale, ori familii aparent perfecte, dar în interiorul cărora e un zburciun care duce la acțiuni radicale.

Șase dintre cele 11 filme selectate sunt premiere (patru mondiale și două naționale). Premiere mondiale: *Fotografii însângerate* (r. Copel Moscu, 2024), *O familie aproape perfectă* (r. Tudor Platon, 2024), *Interzis* (r. Anelise Salan, 2024) și *Pelicule de familie* (r. Dan Curean, 2024). Premiere naționale: *Triton* (r. Ana Lungu, 2024), *24 de ore* (r. Harald Friedl, 2024). Celelalte filme din competiția România: *Vis. Viață* (r. Ruxandra Gubernat), *Cum să fiu mort, dacă-s viu?* (r. Ilinca Călugăreanu, 2024), *Moartea lui Iosif Zagor* (r. Adrian



Dohotaru, 2024), *Între tăcere și păcat* (r. Diana Nicolae, 2024), *Alice On & Off* (r. Isabela Tent, 2024), *Maia – portret cu mâini* (r. Alexandra Gulea, 2024), *După cum bate ceasul* (r. Fecső Zoltán, 2023).

EUROPA CENTRALĂ ȘI DE EST. Producțiile din această secțiune evocă realități specifice și vorbesc despre disoluția patrimoniului industrial al țărilor din fostul bloc comunist, surprinsă într-un peisaj post-apocaliptic (*Șantierul naval* - r. Elvis Lenić), despre cadouri absurde cu ocazia campaniei electorale în statele din estul Europei (*Georgia zâmbitoarea* - r.

Despre Astra Film Festival

Festivalul Internațional de Film Documentar Astra Film din Sibiu, lansat în 1993 ca proiect inovator, este unul dintre cele mai importante festivaluri de film de non-ficțiune din Europa, inclus de European Film Academy pe lista festivalurilor care au dreptul de a face nominalizări directe pentru European Film Awards. Astra Film Festival se află sub Înaltul Patronaj al Președintelui României și este organizat de Astra Film, CNM Astra și Fundația Astra Film.



Luka Beradze), despre obiceiuri mereu surprinzătoare din lumea ancestrală întâlnită în munții Albaniei (*Cine e bărbatul în casă?* - r. Kristine Nrecaj, Birthe Templin) sau despre o comunitate aparte din Germania, sorbii (*Noi îi spunem Hanka* - r. Grit Lemke).

Tema dominantă rămâne războiul din Ucraina (*Cântecele pământului care arde* - r. Olha Zhurba; *Fotofobia* - r. Ivan Ostrochovský și Pavol Pekarčík). În *Câinii latră, caravana trece* (r. Aslkod Kurov, Anonymou1) avem o perspectivă unică din culisele rezistenței oamenilor de presă și activiștilor din Rusia, în vreme ce criza migranților în disputa și ecurile tensiunilor politice din Europa se resimt la granițele Poloniei (*Pădurea* - r. Lidia Duda). În filmul *TATA* (r. Lina Vdovii, Radu Ciorniciuc), prezentat în premieră în România, fiica protagonistului reușește să-și ajute tatăl să fie recompensat pentru abuzurile

grave la care a fost supus de-a lungul anilor de către angajatorul său din Italia. Iar situația ingrătă a muncitorilor est-europeni în Europa de Vest este expusă în *Mirajul Occidentului* (r. Apolena Rychlíková). Premiera mondială a acestei secțiuni este filmul Ioanei Grigore (*Leo Records: Doar pentru prietenii noștri*), despre rezistența prin muzica jazz din timpul regimului comunist.

VOCI EMERGENTE ALE DOCUMENTARULUI. Produse în țări precum Austria, Canada, Cehia, Franța, Georgia, Germania, Iran, Norvegia, Portugalia, Republica Democrată Congo, Slovacia, SUA și Ucraina, filmele ale acestei secțiuni (curator Andreea Mihalcea), privilegiază o polifonie de perspective și protagoniste feminine (*Lección de zbor* - r. Elizabeth Nichols), descriu istorii individuale ale cineastelor ce devin platforme de rezistență și opoziție, prin sancționarea raporturilor de putere | →

patriarhale din societatea iraniană (*Planeta mea furată* - r. Farahnaz Sharifi; *Shahid* - r. Narges Kalhor), sunt interesate de cotidian și identitate queer (*Nu sunt tot ce-aș vrea să fiu* - r. Klára Tasovská) sau prezintă transformarea educației în îndoctrinare ca instrument de control și naționalism în Georgia (*De când mă știu* - r. Maka Gogaladze).

De altfel, spațiul ex-sovietic e relevant în mai multe dintre filmele din această secțiune (*Fragmente pe gheață* - r. Maria Stoianova; *Interceptat* - r. Oksana Karpovych), alte coordonate importante fiind analiza socială (*Savanna și muntele* - r. Paulo Carneiro), apelul la religie și solidaritate, în contextul post-colonialismului și al intereselor corporațiilor multinaționale și geopolitice în Portugalia și în Congo (*Răzvrătire nocturnă* - r. Nelson Makengo) sau filtrarea mentalului și a imaginarul colectiv prin prisma intersecției dintre mit, iconografie culturală și istoria socio-politică a Statelor Unite (*Henry Fonda președinte* - r. Alexander Horwath).

DOCSCHOOL. Filmele studențești de la AFF au, în același timp, maturitate și prospețime, prezentând subiecte actuale și căutând abordări originale. Sunt produse de studenți din toată lumea, de la: Academia de Muzică, Teatru și Arte Plastice din Chișinău, Consorțiul universitar Doc Nomads (Belgia, Portugalia, Ungaria), Filmways din București, Hasifa din cadrul Open University of Israel, HELB din Kenya, Institutul Superior de Arte INSAS și LUCA School of Arts din Bruxelles, Școala de Film și Televiziune Sam Spiegel din Ierusalim, Universitatea Tomas Bata din Cehia, UNATC din București, Universitatea de Arte din Berlin, Universitatea de Televiziune și Film din München și Wajda Studio din Varșovia.

Abonamente

Abonamentele pentru ASTRA FILM FESTIVAL 2024 sunt puse în vânzare online pe: www.astrafilmm.ro, prin www.eventbook.ro

Cinema Pass	200 LEI	Acces la oricare dintre filmele AFF 2024, cu excepția celor din Dome și AF Junior.
Dome Pass	250 LEI	Acces la oricare dintre filmele programate la Dome, în cadrul programului Astra Film Festival 2024.
Full Pass	350LEI	Acces la toate proiecțiile de film și la evenimentele AFF 2024 (filme din competiția AFF2024, Dome, concerte, petreceri, evenimente speciale).
Day Pass	50 LEI	Acces la oricare dintre filmele AFF2024 din ziua respectivă, cu excepția proiecțiilor din DOME și AF Junior.
AFF ONLINE	250 LEI	Acces la toate filmele de pe platforma online a festivalului, în perioada 20 octombrie - 10 noiembrie 2024



Alte câțva zeci de filme vor fi proiectate în cadrul Astra Film Junior (educație prin film documentar), în programul de formare și dezvoltare Doc Tank, în spațiul imersiv de la Cinema DOM din

Piața Mare și de-a lungul numeroaselor programe speciale ale festivalului. De asemenea, publicul va putea participa la expoziții, concerte, petreceri și evenimente-surpriză. #

Infecții urinare? Nicio amenințare!

URACTIV[®] FORTE

elimină disconfortul urinar

~~DURERI~~
~~USTURIME~~
~~URINĂRI DESE~~



Acesta este un supliment alimentar.
Citiți cu atenție prospectul.

SC Terapia SA | a SUN PHARMA company
Str. Fabricii nr. 124, Cluj-Napoca 400 632, România
J12/2036/2004, CUI RO15357398

Terapia
a SUN PHARMA company

Premiera „Cu pietre în buzunar” și ultimele reprezentării „Faust” din 2024, puse în vânzare la TNRS



Publicul iubitor de teatru are șansa să se bucure de ultimele două reprezentații ale fenomenalului spectacol „Faust” în regia lui Silviu Purcărete programate pentru acest an, dar și să cumpere bilete pentru spectacolele din octombrie și începutul lunii noiembrie ale Teatrului Național „Radu Stanca” Sibiu. „Faust” este programat în 1 noiembrie, ora 19:00 și în 2 noiembrie, ora 17:00, la Fabrica de Cultură.

În octombrie, Secția germană a TNRS aduce pe scenă premiера „Cu pietre în buzunar” după Marie Jones, în regia lui Daniel Plier. Spectacolul ne invită în laboratorul de creație a unui film, pentru a descoperi tainele cinematografului, de la „acțiune” la „tăiași”. Acompaniați de țambalul lui Romulus Cipariu, cei doi actori, Daniel Plier și Ali Deac, care interpretează cele 15 personaje de pe platoul de filmare

ne promit o experiență teatrală intensă care dezvăluie natura relațiilor interumane aflate pe granița dintre realitate și ficțiune. Spectacolul va fi supratitrat în limba română.

„În fiecare lună ne străduim să oferim publicului nostru drag cât mai multe spectacole valoroase din repertoriul Naționalului sibian, dar și premiere ale celor două secții ale TNRS. În perioada care urmează, pro-

gramul este variat și amintesc doar reprezentațiile unor spectacole precum MASS, Mamă, sau Teorema, alături de îndrăgitele comedii care se joacă de fiecare dată cu casa închisă! Așteptăm cu drag publicul și la reprezentațiile Faust pe care le-am programat pentru începutul lunii noiembrie și care vor fi ultimele din acest an”, a declarat Constantin Chiriac, directorul TNRS și președintele Festivalului Internațional de Teatru de la Sibiu.

Începând din 1 noiembrie, spectacolele TNRS din zilele de sâmbătă și duminică vor fi programate de la ora 17:00.

Biletele pentru spectacolele din perioada următoare au fost puse în vânzare la Agenția Teatrală din Sibiu, str. Nicolae Bălcescu, nr. 17, și online, pe www.tnrs.ro. #

PROGRAMUL LUNII OCTOMBRIE

3 octombrie, ora 19:00

Sala Studio

Doi pe un balansoar

De: William Gibson

Regia: Dan Glasu

Preț: 40/ 25 /10 lei

5 octombrie, ora 19:00

Sala Studio

Operele lui William Shakespeare (pe scurt)

De Adam Long, Jess Winfield, Daniel Singer

Regia: Daniel Plier

Preț: 40/ 25 /10 lei

6 octombrie, ora 17:00

Sala Studio

Damen Vals

De: D.R. Popescu

Regia: Ioana Blaga Frunzescu

Preț: 40/ 25 /10 lei

10 octombrie, ora 19:00

Sala Studio

(Aproape) Toate operele lui Molière

De: Vincent Caire

Regia: Daniel Plier

Preț: 40/ 25 /10 lei

11 octombrie, ora 19:00

Sala Studio

Oleanna

De: David Mamet

Regia: Bogdan Sărătean

Preț: 40/ 25 /10 lei

12 octombrie, ora 19:00

Sala Mare TNRS

Îmi place cum miroși!

De: Neil Simon

Regia: Șerban Puiu

Preț: 40/ 25 /10 lei

13 octombrie, ora 17:00

Fabrica de Cultură – Sala Lulu

MASS

De: Fran Kranz

Regia: Andrei & Andreea Grosu

Preț: 50/ 30 /13 lei



17 octombrie, ora 19:00

Sala Studio

Mamă

De: Marta Barceló

Regia: Mariana Cămărășan

Preț: 40/ 25 /10 lei

18 octombrie, ora 19:00

Sala Studio

Mamă

De: Marta Barceló

Regia: Mariana Cămărășan

Preț: 40/ 25 /10 lei

20 octombrie, ora 17:00

Sala Studio

Bravul soldat Švejk

De: Jaroslav Hašek

Regia: Viorel Rață

Preț: 40/ 25 /10 lei

24 octombrie, ora 19:00

Sala Mare TNRS

Zeul Carnagiului

De: Yasmina Reza

Regia: Bogdan Sărătean

Preț: 40/ 25 /10 lei

25 octombrie, ora 19:00

26 octombrie, ora 19:00

Sala Mare TNRS

Puricele în ureche

De: Georges Feydeau

Regia: Șerban Puiu

Preț: 40/ 25 /10 lei

27 octombrie, ora 17:00

Sala Mare TNRS

Orb de mină

De: Csaba Székely

Regia: Bogdan Sărătean

Preț: 40/ 25 /10 lei

31 octombrie, ora 19:00

Sala Studio

PREMIERĂ

Cu pietre în buzunar

De: Marie Jones

Regia: Daniel Plier

Preț: 40/ 25 /10 lei

1 noiembrie, ora 19:00

2 noiembrie, ora 17:00

Fabrica de Cultură – Sala Faust

Faust

De: J. W. Goethe

Regia: Silviu Purcărete

Preț: 100/ 25 lei

3 noiembrie, ora 17:00

Sala Mare TNRS

Teorema

După Pier Paolo Pasolini

Regia: Eugen Jebeleanu

Preț: 40/ 25 /10 lei

#nou în Sibiu

Program nou de vizitare al Muzeului Astra

De luni, 30 septembrie, s-a schimbat programul de vizitare al Muzeului ASTRA. Acesta va fi cuprins între orele 08.00 și 18.00.

De asemenea, intrarea dinspre Grădina Zoologică din Sibiu va fi deschisă săptămânal de vineri până duminică, între 09.30 și 16.45.

Magazinul cu suveniruri artizanale, Galeria de Artă Populară, va avea program cu publicul de luni până duminică între orele 09.00-17.00. Expoziția „Alțițe, Inspirație. Aspirație” va fi deschisă vizitatorilor săptămânali de miercuri până duminică între orele 09.00 și 17.00.

Muzeul Astra este cea mai importantă instituție etnomuzeală din România precum și cel mai mare muzeu în aer liber din Europa. Așezat într-un peisaj încântător, în rezervația naturală “Dumbrava Sibiului”, Muzeul în aer liber te surprinde la tot pasul, în orice clipă, prin felul în care natura și cultura se îmbină armonios într-un veritabil sat al României. Cei 10 km de alei te vor plimba printre gospodării țărănești, ateliere meșteșugărești, bisericuțe de lemn, troițe, stâne, mori de apă și de vânt, iar interioarele originale atât de bine păstrate îți vor povesti despre viața simplă de la țară, te pot învăța despre vechile abilități și cum poți găsi noi modalități de a le reutiliza pentru viitor. 🌱



Case Deschise

În perioada 7-13 octombrie, mai multe clădiri din județul Sibiu își deschid porțile în cadrul evenimentului Case Deschise Sibiu, un proiect cultural inițiat de OAR, filiala Sibiu-Vâlcea

Case Deschise Sibiu este un proiect cultural inițiat de filiala Sibiu-Vâlcea a OAR, cofinanțat de OAR prin timbrul de arhitectură. Case Deschise Sibiu este un eveniment de tip „porți deschise”, în cadrul căruia clădiri publice și private din județul Sibiu, considerate exemple de bună practică în arhitectură și care nu sunt accesibile în mod obișnuit publicului larg, pot fi vizitate.

Participanții la vizitele din cadrul Case Deschise Sibiu beneficiază de tururi ghidate ale obiectivelor incluse în program, fiind însoțiți pe parcursul acestora de autorii proiectelor și/sau de beneficiari. Scopul acestor vizite ghidate este acela de a facilita accesul publicului larg atât la arhitectura contemporană de calitate, cât și la clădiri de patrimoniu, și de a oferi acestuia posibilitatea de a intra în dialog cu specialiști din domeniul construcțiilor, de la care pot afla mai multe detalii legate de procesul de proiectare, de execuție, dar și de utilizare a unei clădiri.

Anul acesta, în perioada 7-13 octombrie, se va desfășura cea de-a doua ediție a Case Deschise Sibiu. Evenimentul începe odată cu Ziua Mondială a Arhitecturii, sărbătorită anul acesta pe data de 7 octombrie.

Vizitele cuprinse în programul ediției de anul acesta sunt organizate în 4 secțiuni:

» Vizite la clădiri cu funcțiuni

administrative, comerciale și industriale;

- » Vizite la birouri de arhitectură - Serile birourilor de arhitectură;
- » Vizite la case din mediul urban;
- » Vizite la case din mediul rural.

Pe lângă aceste vizite, anul acesta deschidem Biblioteca de materiale și organizăm atelierul De-a Arhitectura „Casă, deschide-te!” pentru copii cu vârste cuprinse între 6 și 9 ani.

Accesul publicului la toate vizitele și evenimentele cuprinse în program este gratuit. #



Descoperă Riga cu zboruri directe din Cluj-Napoca!

**În premieră absolută, zboară direct
din inima Transilvaniei către capitala Letoniei!**

Bucură-te de o călătorie rapidă și confortabilă cu **Air Baltic**
- noul partener al Aeroportului Internațional Avram Iancu Cluj

CĂLĂTORII POSIBILE DIN
2 MAI 2025



Bilete disponibile accesând: www.airbaltic.com



**În fiecare luni și vineri,
Cluj-Napoca - Riga și de acolo mai departe spre:**

- ✈ Tallinn – capitala Estoniei
- ✈ Vilnius – capitala Lituaniei
- ✈ Helsinki – capitala Finlandei
- ✈ Stockholm -capitala Suediei
- ✈ Oslo – capitala Norvegiei
- ✈ Copenhaga – capitala Danemarcei



Aria  **SPORT**

SPORTUL
nu este
un trend,
e un stil
de viață!

Nicolle Stănescu
Mircea Dragoste



Prețuri și promoții
pe ARIA.COM.RO

Șos. Alba Iulia 100, Sibiu
Str. Măgurii 200, Cisnădie