



PRAJEME VÁM VŠETKÝM KRÁŠNEHO VALENTÍNA



■ DIVADLO

18. 2. | 18.00 | **Bábka**



POSÁDKOVÝ KLUB | Mestské divadlo Trenčín uvádza hru chorvátskeho autora Mira Gavrana o mužovi, ktorý nie je napriek zrelému veku schopný nadviazať plnohodnotný dlhodobý vzťah so ženou. Zapojí sa do projektu experimentálnej vedy a dostane na mieru vyrobenú ženu-bábku, ktorá sa hodí k jeho osobe. Nie je dokonalá, robí chyby tak ako aj on. Nevhodné do 12 rokov.

19. 2. | 20.00 | **Komunál**

PK DIVADELNÁ SCÉNA | Divadlo Kolomaž uvádza sled mikropříbehov ľudí, ktorí sa rozhodli vstúpiť na javisko verejného života. Ich konanie vyzerá navonok otvorené a úprimné, no postupne sa demaskuje ako manipulatívna hra s emóciami a očakávaniami publika.

23. 2. | 19.00 | **Skaza Titaniku**



KINO HVIEZDA | Vtipná paródia pre dvoch hercov, ktorí špekulujú nad tým, ako by si skazu Titaniku zahrali, keby tú možnosť mali. Hra plná humoru, sebairónie a klaunských gagov. Hrajú: Svätó Malachovský a Michal Kubovčík.

24. 2. | 16.30, 19.30 | **Len si pospi miláčik**



POSÁDKOVÝ KLUB | Komédia z prelomu 19. a 20. storočia sa odohráva v Paríži a nesie podtitul „Finta na bokovky“. Neverný pán Ribadier má vlastnú fintu ako obalamutiť manželku, keď sa vydáva na zálety.

Neudrží však jazyk za zubami a pochváli sa priateľovi, netušiac, že je nevyslyšaným pytačom jeho vlastnej ženy. Hrajú D. Mórová, J. Koleník, T. Maštáľ, J. Vajda, Z. Šebová, M. Labuda ml.

25. 2. | 18.00 | **Janka Drotárová: Ryba v mori**

PK DIVADELNÁ SCÉNA | „Keď rinčia posteľe, múzy mlčia.“ Účinkuje: Adam Herich. Réžia: Svetlana Gaško. Pedagogické vedenie: Zuzana Laurincíková.

8. 3. | 19.00 | **Listy Emilovi**

POSÁDKOVÝ KLUB | Listy Emilovi sú skvelé dialógy s tušeným partnerom, ten sa bude ukrývať za zatvorenými dverami. V starobinci zakladá Emil voiceband, ktorý svojím repertoárom dokumentuje Emilove spomienky od budovateľských piesní až po súčasné šlágre a zároveň predstavuje rozmanitú galériu postavičiek seniorov. Autor: Milan Lasica. Réžia: Juraj Nvota. Hrajú: Milan Lasica, Dominika Kavaschová, Kamil Mikulčík, Lujza Schrameková, Zuzana Šebová, Barbora Švidraňová.

■ KONCERTY

9. 2. | 18.00 | **Piesne donských kozákov**



KINO HVIEZDA | Melódie zo života kozáckych rodín v podaní formácie Volnij Don z Rostova na Done.

14. 2. | 18.00 | **Denisa Šlepkovská – mezzosoprán, Eduard Lenner – klavír**



GMAB | Na koncert pozýva Klub priateľov vážnej hudby.

17. 2. | 19.00 | **Beatles Valentín – The Backwards**

POSÁDKOVÝ KLUB | Štvorica Košičanov sa preslávila vernou interpretáciou skladieb legendárnych Chrobákov z Liverpoolu. Vyhrala spomedzi 35 kapiel z celého sveta New York Metro Beatlefest 98.

22. 2. | 17.30 | **Ramivana**



PENZIÓŇ KEROLA | Muzikoterapeutický koncert. Tóny Khoomei mongolských hrdelných spevov a harmonických hudobných nástrojov z celého sveta (austrálske didgeridoo, indiánske flauty, drumble z rôznych krajín, tibetské spievajúce misiky, shruti box, symfonické gongy a mnohé iné). Večer sa končí diskusiou. Niektoré hudobné nástroje sa dajú zakúpiť. Prineste si deku a vankúšik pre vaše pohodlie.

24. 2. | 16.00 | **Hrajú nám pre radosť**

POSÁDKOVÝ KLUB | Koncert detí Základnej umeleckej školy K. Pádiveho.

6. 3. | 15.00 | **Progres k MDŽ**

DK OPATOVÁ | Host: Stano Vitáloš. Predpredaj: 0911 317 393.

■ PRE DETI

pondelok, streda a piatok |

Tanečná škola Aura dance

KC AKTIVITY | Škola moderného tanca pre deti od 5 rokov do 15 rokov. Info a prihlášky: 0908 731 125.

pondelok | 10.00 | **Cvičenie detí s rodičmi**

KRYOWELL | Vhodné pre už behajúce deti.

utorok | 15.00 – 17.00 | **Klub keramikárov**

KC AKTIVITY | Pre deti a mládež od 6 rokov. Základná práca s hlinou a glazúrou a inými netradičnými materiálmi. Prihlášky a info: 0918 561 320 alebo mirka@kcaktivty.sk

utorok | 17.00 | **Cvičenie detí s rodičmi**

ZŠ DLHÉ HONY |

utorok, štvrtok | 17.00 – 20.00 |

Korzo dance SZUŠ Trenčín

KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti. Info a prihlášky: 0904 504 032.

streda | 9.00 | **Riekankovo**

KC STRED | Mamička a dieťa sa pri spoločnej hre učia riekanky.

streda, piatok | **Orientálne tanečné skupiny pre deti od 4 do 16 rokov**

TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE | Informácie a prihlášky 0908 788 560 alebo anide@seznam.cz.

■ KINO

CINEMAX

od 4. 2. | **50 odtieňov čiernej**



Dráždivá a na päťdesiat spôsobov štvartá paródia. Rovnako ako sivé bestsellery prináša zopár šokujúcich odhalení a hneď tým prvým je, že erotický hit a drzá bláznivá komédia idú dobre dohromady.

od 4. 2. | **Druhá šanca**

Thriller o svedomí a krehkej spravodlivosti, ktorú v hraničnej situácii vezme do vlastných rúk zúfalý detektív.

od 4. 2. | **Agenti dementi**



Španielska animovaná komédia.

od 4. 2. | **Dánske dievča**

Einar Wegener patrí k najlepším dánskym maliarom svojej doby. Rozhodne sa, že svojej žene, ktorá sa snaží preraziť ako portrétistka, bude pózovať ako model oblečený do baletného kostýmu. Spojenie so ženským elementom v ňom rozpúta obrovský emocionálny chaos. Hra na tajné dánske dievča Lili ho presvedčí, že len ako žena dokáže byť šťastný.

od 11. 2. | **Harold**

Po štyridsiatich rokoch úspešného podnikania v oblasti predaja nábytku Haroldova firma skrachuje, pretože mu v tesnej blízkosti postavila obchodný dom IKEA. V zúfalstve a zlosti sa rozhodne odísť do Švédska a uniesť toho, kto zapríčinil jeho bankrot – samotného zakladateľa IKEA Ingvara Kamprada.

od 11. 2. | **Hundroš**

Komédia o nevrlom starcovi, ktorý sa vydáva do mesta, aby v rodine svojho syna rozpútal menšie peklo.

od 11. 2. | **Ako byť single**

Romantická komédia o rôznych typoch

KINO

žien žijúcich vo veľkomeste – ich láskach, trápeniach, úspechoch, neúspechoch a v neposlednom rade o bezstarostnej zábave.

od 11. 2. | Ejzenštejn v Guanajuate

Sovietsky režisér Sergej Ejzenštejn cestuje v roku 1931, na vrchole svojich tvorivých síl, do Mexika. Film Petera Greenaway ponúka možnosť nahliadnuť do desiatich dní, ktoré otriasli Ejzenštejn; do dní, ktoré ho natrvalo ovplyvnili a formovali.

11. 2. | Trubadúr z Paríža – ARTMAX OPERA

Priamy prenos Verdiho opery z Paríža. Spievaná v taliančine s anglickými titulkami.

ARTKINO METRO

10. 2. | 20.00 | Osem hroznych

Film režiséra Quentina Tarantina. Zimný western s hudbou Ennia Morriconeho, s Kurtom Russellom a Samuelom L. Jacksonom v hlavných úlohách.

11. – 12. 2. | 18.00, 19.00 |

Milenci tých druhých

Americká romantická komédia.

11. – 12. 2. | 20.00, 21.00 |

Harold
Nórsky film. Po štyridsiatich rokoch úspešného podnikania v oblasti predaja nábytku Haroldova firma skrachuje, pretože mu v tesnej blízkosti postavia obchodný dom IKEA. Rozhodne sa uniesť samotného zakladateľa IKEA Ingvara Kamprada. Únos však môže byť niekedy vyslobodením.

12. 2. | 17.00 | Bella a Sebastian

Príbeh chlapca a jeho psa, ktorý milujú už štyri generácie, po prvýkrát prichádza na veľké plátno ako dobrodružný film v nádherných kulisách savojských Álp.

13. – 14. 2. | 19.00, 18.00 |

Dánske dievča



Britsko-americký film je adaptáciou rovnomennej knihy Davida Ebershoffa o slávnom dánskom maliarovi začiatku 20. stor. Einarovi Wegenerovi.

13. 2. | 21.00 | Zbrusu nový zákon

Komédia postavená na skvelom scenári pracuje ako s poetickými a vizuálne uhrančivými pasážami, tak šikovnou situačnou komikou.

14. 2. | 20.00 | Padesátka

Česká komédia. Hrajú: Jakub Prachař, Vilma Cibulková, Oldřich Kaiser, Jiří Schmitzer, Jiří Mádla a ďalší.

15. 2. | 16.00 | Ma Ma

SENIORBIO – premietanie pre seniorov za zľavnené vstupné. Španielsky film.

streda, piatok | 16.00 – 18.00 |

Tanečná škola Goonies

KC AKTIVITY | Škola moderného tancu pre deti od 3 rokov. Info a prihlášky: 0915 101 051.

štvrtok | 17.15 | Princess

KDaM TIGRIKY | Dievčenská tanečná skupina pre deti vo veku 6 – 8 rokov. Info a prihlášky: www.tancujucetigricky.sk a 0903 783 724.

piatok | 16.00, 17.15 | 4 šikovné

pršteky

KDaM TIGRIKY | Tvorivý klub pre deti vo veku 3-5 rokov a 5-7 rokov. Info a prihlášky: www.tancujucetigricky.sk a 0903783724.

1. – 29. 2. | Tancujúce tigríky

KDaM TIGRIKY | Tanečno-animačný kurz pre deti vo veku 1,5 – 6 rokov. Info a prihlášky: www.tancujucetigricky.sk a 0903 783 724.

7. 2. | 16.00 – 19.00 |

Karnevalová párty

KC AKTIVITY |

11., 25. 2. | 9.30 – 11.30 |

Galerkovo

GMAB | Tvorivé dielničky pre malé deti od 18 mesiacov do 5 rokov.

14. 2. | 15.00 – 18.00 |

Valentínska párty

OC LAUGARICIO | Hravé fotenie, tvorivé dielne pre deti, mladých, rodičov a seniorov, Valentínsky odkazovač, maľovanie na tvár.

14. 2. | 16.00 | Honza a drak



PK DIVADELNÁ SCÉNA | Klasická marionetami hraná rozprávka o odvážnom Honzovi, nešťastnom kráľovi a princeznej v problémoch, o popletenej mame, lakomom barónovi a kúzelnej stareнке.

15. 2. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku

VEREJNÁ KNIŽNICA | Čítanie v knižnici v pobočkách na Juhu, na Dlhých Honoch a v NS Družba.

16. 2. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku

VEREJNÁ KNIŽNICA | Spoločné čítanie v knižnici v pobočke Kubrá.

26. 2. | 16.30 | 3. Detský ples



ODA | Tanečná zábava pre deti a ich rodičov so sprievodným programom.

27. 2. | 15.00 – 18.00 | Svet fantázie

OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky pre deti.

28. 2. | 16.00 | Ako dedko ťahal repku

PK DIVADELNÁ SCÉNA | Známy príbeh vyplnený vtipnými zápletkami, ktoré majú svoj základ v rôznych pestovateľských

postupoch a prácach okolo domu. Mladý divák sa dozvie, kto všetko záhradu obýva, čo všetko sa v nej deje a pestuje. Variabilná scéna, bábky, tieňové divadlo a dynamická hudobná produkcia.

29. 2. – 4. 3. | Letom svetom – Jarný denný tábor

SMŠ SLIMÁČIK O.z. | Tvoja Nanny organizuje druhý jarný denný tábor. Deti spoznajú rôzne krajiny, ich zvyky a tradície, zoznámime sa s ich jazykom. Deti budú mať počas pobytu stravu 3x denne, pitný režim, wellness, skúsených animátorov a osobné stretnutie s futbalistami z AS Trenčín.

VÝSTAVY

Miloš Alexander Bazovský

GMAB | Stála expozícia predstavuje súbor diel jedného z najvýznamnejších slovenských umelcov.

Výtvarné umenie trenčianskeho regiónu

GMAB | Stála expozícia. Diela výtvarníkov staršej generácie vrstvy, pôsobiacej v minulosti v trenčianskom regióne.

do 15. 2. | Prezentačná výstava SOŠ stavebnej Emila Belluša POSÁDKOVÝ KLUB |

do 15. 2. | Misia v kontextoch a súvislostiach



TREŇCIANSKY HRAD | Putovná výstavná prezentácia sakrálnych kultúrnych pamiatok 9. – 12. storočia v Trenčianskom, Trnavskom, Zlínskom a Juhomoravskom kraji prostredníctvom veľkoformátových reprodukcii originálnych ilustrácií a sprievodných textov približuje známe i menej známe kultúrno-historické objekty spojené s cyrilo-metodskou misiou a počiatkami kresťanstva na našom území.

16. 2. – 15. 3. | Klub foto 2016 POSÁDKOVÝ KLUB | Prípravuje Klub fotografov.

19. – 21. 2. | Fishing show Carp & Spinning 2016

VÝSTAVISKO EXPOCENTER | 11. medzinárodná výstava rybárskych potrieb.

do 26. 2. | Príbehové fantázie

TSK | Výstava obrazov Ľubomíra Zdurienčika

do 27. 2. | Ocenená krása

ZOC MAX | Výstava fotografií talentovaného fotografa Martina Krystýneka, ktorý za svoju síce krátku, ale veľmi tvorivú profesionálnu kariéru získal mnoho svetových a európskych ocenení.

do 29. 2. | Svet očami skutočnosti a fantázie

KINO HVIEZDA | Základná umelecká škola K. Pádivého v spolupráci s Mestom Trenčín pozýva na detskú výstavu.

do 29. 2. | Ilustrácie

CENTRUM SENIOROV | Vystavuje Adriana Rohde Kabele Mgr. Art. (ČR – Mělník).

do 29. 2. | Trenčín

KIC | Mesto Trenčín a autor Ing. Július Kákoš pozývajú na výstavu fotografií Trenčína z rokov 1990 až 2010.

do 29. 2. | Tvorba Thomasa

Brezinu

VKMR HASIČSKÁ | Tematická výstava kníh pre deti a mládež s podtitulom Zoznámte sa s niečím novým!

do 29. 2. | Radosť a smútok počas fašiangov a Veľkej noci

VKMR JASELSKÁ | Tematická výstava približujúca fašiangové a veľkonočné tradície na Slovensku s podtitulom Od hodovania, svadieb, zábav a plesov po obdobie pôstu, skromnosti a kajúcnosti.

do 13. 3. | Prvé 10-ročie



GMAB | Výstava najlepších výstupov prác a projektov žiakov k 10. výročiu existencie Strednej umeleckej školy v Trenčine.

do 13. 3. | Július Činčár

GMAB | Prierez tvorby trenčianskeho výtvarníka pripomenie Júliusa Činčára ako zasneného mága, ktorý nepotrebuje profesionálne výtvarné vzdelanie, aby dokázal vyjadriť svoje bohaté predstavy, pocity a zážitky. Jeho životný príbeh sa definitívne uzavrel v polovici roku 2015.

do 13. 3. | Milan Struhárik

GMAB | Výstava pri príležitosti životného jubilea akademického sochára, v ktorého tvorbe v súčasnosti dominuje najmä drevo.

PRE SENIOROV

10., 17., 24. 2. | 8.00 – 9.30 | Babi, pošli mi to mejlom

VKMR JASELSKÁ | Bezplatná inštruktáž na zvládnutie základov PC a komunikácie prostredníctvom e-mailu pre seniorov. Účasť treba vopred nahlásiť. Kontakt: 032/7708314.

9. 2. | 14.00 | Fašiangy – Turíce CENTRUM SENIOROV |

10. 2. | 13.30 | Akadémia tretieho veku

KC STRED | Seminár XXIX. ročníka ATV Trenčín v školskom roku 2015/2016. Tréning pamäti – bystrá myseľ – Prednášajú Doc. PhDr. Oľga Bočáková, Ph.D., PhDr. Darina Kubičková, Detoxikácia organizmu II. – Metabolizmus, klby a pohybový aparát – Prednášajú Ing. Mária Lauková, akreditovaný špecialista detoxikácie.

10., 23. 2. | 15.00 – 17.00 | Klub Jednota dôchodcov Slovenska

č. 30 Z. Buryová KC AKTIVITY |

18. 2. | 15.00 | Pofašiangové stretnutie CENTRUM SENIOROV |

23. 2. | 14.00 | Výročná členská schôdza JDS 05

CENTRUM SENIOROV |

25. 2. | 17.00 | Poľský klub

CENTRUM SENIOROV |

26. 2. | 14.00 | Skleróza multiplex

CENTRUM SENIOROV |

CVIČENIE

pondelok | 17.15 – 18.15 | SM system

KC AKTIVITY | Cvičenie na regeneráciu chrbtice. Komplexný cvičebný systém vytvorený MUDr. Smiškom, zameraný na odstránenie bolesti a problémov s pohybovým aparátom.

pondelok | 18.15 – 19.30 | Kruhový tréning

KC AKTIVITY | Súbor cvikov odčvícených jeden po druhom s využitím fitness náčinia. Zamerané na precvičenie všetkých partií tela.

pondelok | 18.30 – 20.30 | Tai či

KC AKTIVITY | Účinnosť cvičenia je v obnovení prúdenia jemnej energie – či – životnej sily, ktorá má liečivé a regeneračné účinky na organizmus. Upokojuje myseľ a rozšíri dušu aj telo. Info: 0918 561 320.

pondelok, streda, piatok | 19.30 – 20.30 | Cvičenie pre ženy

KC AKTIVITY | Zamerané na posilňovacie cviky v interalom cvičení s fázami odpočinku, ktorého výhodou je vysoký energetický výdaj, výsledkom je zlepšenie ohybnosti a schopnosti koordinácie, spevnené partie bokov, brucha, stehenných a sedacích svalov.

utorok | 16.45 – 17.45 | Zdravotný pilates

KC AKTIVITY | Vhodný pre začiatočníkov a ľudí s bolesťami chrbta.

utorok | 18.00 – 19.15 | Joga

KC AKTIVITY | Cviky navrhnuté pre dostupný a trvalý rozvoj človeka. Cvičenie je otvorené voči všetkým bez ohľadu na vek a fyzickú kondíciu. Vhodné aj pre začiatočníkov.

utorok | 19.00 – 20.00 | Zumba

KC AKTIVITY | Tanečná fitness hodina plná energie, skvelej hudby a dobrej nálady. Prihlasovanie potrebné na 0903 949 966.

utorok | 19.30 – 20.30, štvrtok | 18.00 – 19.00 | Cvičenie pilates

pokročili
KC AKTIVITY |

streda | 16.00 – 17.30, nedeľa | 10.00 – 11.00 | Systema



KC AKTIVITY | Tréningy ruského bojového umenia. Návčik prirodzených reflexov, reálnych bojových situácií na ulici pri prepade, obrana proti viacerým súperom a ozbrojeným útočníkom. Upevníte si obratnosť, rýchlosť, vytrvalosť, koordináciu, výbušnú silu, psychickú odolnosť v stresových situáciách. Info a prihlášky: 0908 535 696, systema.trencin@gmail.com.

streda | 17.00 | Cvičenie pre tehotné – profylaxia

KC STRED |

streda | 17.00 | Zumba

KC STRED | Cvičenie pre mamičky, rezervácia nutná na 0904 546 235.

streda | 18.00 – 19.00 | Bodywork

KC AKTIVITY | Hodina s prvkami dance aerobiku spojená s posilňovaním a strečingom.

streda | 18.15 – 19.15 | Fit lopty a bodywork

KC AKTIVITY |

streda | 19.30 – 20.30 | Tai – či



KC AKTIVITY |

štvrtok | 18.30 – 20.30 | Cvičenie na chrbtici

KC AKTIVITY | Rehabilitačné a posilňovacie cvičenia na kĺby, chrbticu a hlboké svaly kostry. Cvičením prinavraciame telu funkčnosť, pružnosť, silu a človeku radosť zo života. Informácie: 0918 561 320.

štvrtok | 19.00 – 20.00 | Cvičenie pilates začiatočníci a mierne pokročili



KC AKTIVITY | Zamerané na hlboký svalový systém, podporu krížovej chrbtice a laterálne hrudné dýchanie. Zostava cvikov natiahne skrútené a posilní oslabené svaly. Info a prihlasovanie: 0905 705 431.

nedeľa | 8.30 | Hathajoga pre začiatočníkov

TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE | Info: 0908 788 560, anide@seznam.cz.

1. – 29. 2. | 9.00 – 20.00 | Centrum pohybu a tanca

MS ŠPORTOVÁ HALA | Step aerobik, bosu, fit lopty, PortDeBras, piloxing, body work, cvičenie pre deti od 4 mesiacov, mládež a dospelých. Kontakt: 0903 449 732.

PREDNÁŠKY

10. 2. | 15.30 | Beseda s pilotom nadzvukových lietadiel a zalietačom v LOT Trenčín

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Jozef Šimon.

10. 2. | 17.00 – 20.00 | Etikoterapia cesta k uzdraveniu tela i duše

CAFE RESTAURANT ROTUNDA | Prednáša Mgr. Vladimíra Červenáka spojená s besedou na tému Negatívne postoje, myšlienky a emócie poškodzujúce zdravie. Viac na www.advaita.sk.

12. 2. | 10.00 | Podporná skupina „bezplienkáčov“

MC SRDIEČKO | Prídte zdieľať skúsenosti. Vhodné aj pre tehotné a začiatočníčky v bezplienkovej komunikačnej metóde.

12. 2. | 17.30 | Mimotelové zážitky s Juliou Sellers

PENZIÓN KEROLA | Prednáška.

16. 2. | 16.30 | Island – Život s nádychom ľadu

VKMR HASIČSKÁ | Beseda s Evou Učňovou, členkou Syndikátu novinárov ČR, ktorá žila 5 rokov na druhom najväčšom ostrove našej planéty, spojená s prezentáciou jej knihy.

našej planéty, spojená s prezentáciou jej knihy.

16. 2. | 17.30 | Základy zdravia PENZIÓN KEROLA | Prednáška.

16. 2. | 18.00 – 19.30 | Choices: Moc chuti. Ako ju skrotiť?

PENZIÓN KEROLA | So Zuzanou Čaputovou, advokátkou spolupracujúcou s organizáciou VIA IURIS a Pavlom Sibylom, výkonným riaditeľom Nadácie Zastavme korupciu, sa bude rozprávať Ivan Ježík z Voices. Vstup voľný.

17. 2. | 17.30 | Päť Tibeťanov

PENZIÓN KEROLA | Prednáška o tom, ako jednoduchým spôsobom pomôcť telu každodenným cvičením piatich Tibeťanov.

18. 2. | 16.00 | Významné výročia v roku 2016

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ján Dibala.

18. 2. | 16.00 | Botanika vo včelárstve, využitie znášky a kočovanie

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Vieraoslav Pelech.

18. 2. | 16.00 | Moja psychická porucha a moji blízki...

VKMR HASIČSKÁ | Čo je psychická porucha? Ako ju mám prijať? A čo moji blízki? Čo potrebujem od svojich najbližších? Diskutuje: MUDr. P. Vranková.

20. 2. | 10.00 – 16.00 | Stretnutie pre tehuľky

SMŠ SLIMÁČIK | Tehotenstvo a pôrod, možnosti, prípravy pôrodných ciest, babské rady a prírodné recepty, čo vás pri pôrode čaká a na čo máte právo, dojčenie a starostlivosť o bábätko a mnoho iného.

20. 2. | 16.00 | Joga smiechu – dajte smiechu šancu

PENZIÓN KEROLA | Unikátne cvičenie, v ktorom sa smiech spája s hlbokým dýchaním.

21. 2. | 14.00 | 28 dňový program = prvý krok k zmene

PENZIÓN KEROLA | Jedinečná príležitosť stretnúť sa s autorkou kníh „Najedzte sa do šťihlosti“ a pokračovania „Harmónia zdravia, krásy a vitality“ Mgr. Antóniou Mačingovou.

24. 2. | 17.00 | Sebaláska

PENZIÓN KEROLA | Prednáška s Mirkou Reslerovou (CZ).

25. 2. | 17.00 | Detská izba podľa Feng shui

SMŠ SLIMÁČIK | Prihlásenie na: kontakt@tvojananny.sk, 0949 670 439.

27. 2. | 10.00 | Vplyv prenatálneho vývinu na kvalitu života v dospelosti, dieťa v materinskom lone a pôrod

PENZIÓN KEROLA | Celodenný seminár.

27. 2. | 8.00 | Stretnutie klubu Veronica o.z.

KC AKTIVITY | Klub pestovateľov a zberateľov liečivých bylín.

23. 2. | 16.30 | Človek a svet zvierat v stredoveku

VKMR HASIČSKÁ | Beseda s historikmi Danielou Dvořákovou a Petrom Bystrickým o svete zvierat ako významnom dejinnom fenoméne i každodennej súčasť života človeka.

KINO

15. 2. | 18.00 | Druhá šanca
Dánsko – švédsky thriller. Detektívi Andreas a Simon žijú celkom odlišné životy. Andreas je vzorný manžel, zatiaľ čo čerstvo rozvedenému Simonovi sa zrúti celý svet. Situácia sa náhle zmení vo chvíli, keď sú privoláni k brutálnej hádke medzi párom narkomanov.

17. – 18. 2. | 20.00 | Ejzenštejn v Guanajuate



Sovietsky režisér Sergej Ejzenštejn cestuje v roku 1931, na vrchole svojich tvorivých síl, do Mexika. Film Petera Greenaway ponúka možnosť nahliadnuť do desiatich dní, ktoré otriasli Ejzenštejnom; do dní, ktoré ho natrvalo ovplyvnili a formovali.

18. – 19. 2. | 18.00, 17.00 | Bella a Sebastian: Dobrodružstvo pokračuje

Francúzsky film je pokračovaním slávneho knižného príbehu o výnimočnom priateľstve chlapca a veľkého psa v Alpských horách. Ideálny pre celé rodiny a detského diváka.

19. 2. | 10.00 | Bella a Sebastian: Dobrodružstvo pokračuje

BABYBIO – Špeciálna projekcia pre mamičky na materskej dovolenke, ktoré môžu do kina zobráť aj ich malé ratolesti.

19. 2. | 17.00 | Bella a Sebastian: Dobrodružstvo pokračuje
TEENAGE

19. – 20. 2. | 19.00 | Blikajúce svetlá

Dánsko-švédská akčná komédia.

19. – 20. 2. | 21.00 | Stávka na neistotu

Americký film. Príbeh štyroch outsiderov, ktorí všetkých vlkov z Wall Street premenili v obetných baránkov.

20. 2. | 18.00 | O kuratách a ľudoch

Severská dráma a satira na civilizačný pokrok a vedecký výskum z dielne ťažko napodobiteľného režiséra A. T. Jesensena. Uznávaný majster čiernych severských komédií sa po dlhšej prestávke vracia s nádhernou absurdným filmom o vajčičkách, ktoré padli ďaleko od stromu.

21. 2. | 16.00 | Robinson Crusoe

Detské predstavenie. Klasický príbeh v novom vydarenom spracovaní.

21. 2. | 20.00 | Už teraz mi chýbaš

Britský dojímavý film, ktorý sklbil drámu s romantikou, tragédiu s komikou, chorobu s priateľstvom a v podtexte upozornil na dôležitosť takých zdanlivo obyčajných vecí, ako je domov, rodina a zdravie.

KINO

24. 2. | 20.00 | Saulov syn
Strhujúci maďarský historický thriller, ktorý mení spôsob zobrazenia holokaustu. Film získal Veľkú cenu poroty (Grand Prix) Cannes 2015, Zlatý Glóbus 2015, Nomináciu na Oscara 2015 v kategórii „najlepší cudzojazyčný film“.

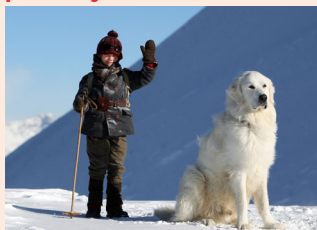
25. a 28. | 2.18.00, 20.00 | Izba
Írsky psychologický dráma. Pre päťročného Jacka je izba celým svetom, pre jeho mamu väzením, v ktorom ich starý Nick drží už viac než sedem rokov.

25. – 27. 2. | 20.00, 19.00 | Tri spomienky
Romantický milostný príbeh z obdobia dospievania nakrútil francúzsky režisér Arnaud Desplechin – majster komorných psychologických drám s jasným ironickým podtextom.

26. 2. | 15.30 | Ozveny festivalu študentských filmov XV.
TEENAGE 15.30 Animované filmy, 16.30 Hrané filmy, 17.30 Dokumentárne filmy

26. – 27. 2. | 21.00 | Brooklyn
Romantická dráma nakrútená podľa novely írskoho spisovateľa Colma Tóibína. Film nominovaný na Oscara.

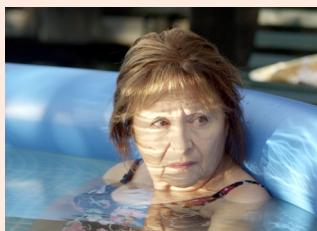
28. 2. | 16.00 | Bella a Sebastian: Dobrodružstvo pokračuje



Francúzsky film je pokračovaním slávneho knižného príbehu o výnimočnom priateľstve chlapca a veľkého psa v Alpách. Ideálny pre celú rodinu a detského diváka.

28. 2. | 18.00 | Ma ma
Španielsky film Julia Medema (Sex a Lucia) je intímnu ženskou drámou. Magdu opustil manžel, prišla o prácu a diagnostikovali jej rakovinu prsníka v treťom štádiu. Stretáva Arturu, hľadáča futbalových talentov, ktorému sa tiež život od základov zmení ako následok osobnej tragédie.

29. 2. | 16.00 | Eva Nova



SENIORBIO – premietanie pre seniorov za zľavnené vstupné Slovenský film.

29. 2. | 18.00 | O poschodie nižšie
Minimalistická dráma. Príbeh o obyčajnom človeku, ktorý má morálny dilemu. Pedantný a obetavý otec rodiny sa musí rozhodnúť medzi pohodlím a vlastným svedomím.

KURZY

pondelok, streda | 14.00 | Klavírna škola
KC AKTIVITY | Vedie M. Staňová.

pondelok | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk pokročilí
KC AKTIVITY |

pondelok | 18.15 | Brušné tance – mierne a stredne pokročilé
TŠ ANIDE | Info a prihlášky: 0908 788 560 alebo anide@seznam.cz.

pondelok | 19.30 | Brušné tance – pokročilí
TŠ ANIDE | Info a prihlášky: 0908 788 560 alebo anide@seznam.cz.

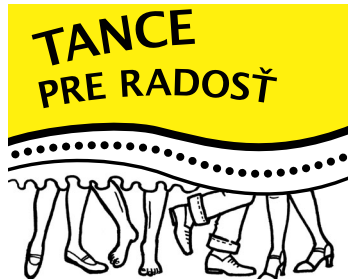
utorok, streda | Škola spevu
KC AKTIVITY | Vedie Dobroslava Švajdová.

utorok | 10.00 | Podporná skupina mamičiek v dojčení
KC STRED | Cvičenie vhodné aj pre tehotné, ako príprava na dojčenie.

utorok | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk III. ročník
KC AKTIVITY |

utorok | 17.30 – 19.00 | Tvorivý ateliér pre dospelých
OC LAUGARICIO | Nutné prihlásenie na 0918 561 320, mirka@kcaktivty.sk.

utorok | 18.00 – 19.00 | Tanec pre radosť



SOKOLOVŇA | Kolektívne a párové tance sveta (SK, FR, GB, Izrael, Macedónsko, Grécko). Kontakt: 0910 196 456.

utorok | 19.00 | Polynézske tance pre začiatočníkov
TŠ ANIDE | Info a prihlášky: 0908 788 560, anide@seznam.cz.

utorok | 19.00 – 21.00 | Klub keramikárov dospelí
KC AKTIVITY | Keramická dielňa pre dospelých s Veronikou Hrickovou. Prihlášky a info: 0918 561 320, info@kcaktivty.sk.

streda | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk I. ročník
KC AKTIVITY |

štvrtok | 19.00 | Flirt dance
TŠ ANIDE | Info a prihlášky: 0908 788 560, anide@seznam.cz.

piatok | 19.00 – 20.30 | Točenie na hrnčiarstvom kruhu
KC AKTIVITY | Keramická dielňa pre dospelých. Prihlášky a info: 0918 561 320, info@kcaktivty.sk.

11. 2. | 17.00 – 19.00 | Cesta k prirodzenému pôrodu
KC STRED | Pôrod môže byť krásny a nezbudnutelný zážitok. Vedie MUDr. Vanda Jakešová. Prihlásiť sa je potrebné vopred v MC Srdiečko.

18. 2. | 10.00 | Mommie's English Club
MC SRDIEČKO | Mamy sa rozprávajú po anglicky a deti sa pri nich hrajú.

12., 19., 26. 2. | 10.00 | Mami spricht Deutsch
MC SRDIEČKO | Mamičky sa rozprávajú po nemecky a deti sa pri nich hrajú.

10., 24. 2. | 10.00 – 12.00 | Podporná skupina nosenia detí
MC SRDIEČKO | Témy stretnutí: Nosenie a okolie, Nosenie batoliat a väčších detí.

13. 2. | 9.00 – 16.00 | Tvorivé hudobné dielne
KC STRED | Tvorivé stretnutie hudobníka Mgr. Petra Obucha, PhD., z CTK Myjava s muzikantmi rôznych folklórnych zoskupení.

25. 2. | 17.30 | Klub írskkej čipky
KC AKTIVITY | Baví ťa háčkovanie? Chceš sa naučiť niečo nové? Neváhaj a príď! Potrebné prihlásenie na 0904 315 904 alebo info@kcaktivty.sk.

INÉ

9. 2. | 10.00 – 12.00 | Stretnutie rodín dvojčiat a viacerčiat
MC SRDIEČKO |

11. 2. | 15.00 | Zimné spoločenské stretnutie seniorov
POSÁDKOVÝ KLUB | Klub vojenských veteránov.

12. 2. | 8.00 – 13.00 | Valentínska kvapka krvi
ZOC MAX | Darovanie krvi je skutočným darom života, ktorý zdravý jedinec môže poskytnúť. Darcovia si môžu dať vyhotoviť aj svoj portrét, prípadne úsmevnú karikatúru, ktorú namaluje zadarmo umelec J. Bruna.

13., 14. 2. | 8.30 – 15.30 | 2. liga v šachu
POSÁDKOVÝ KLUB |

ŠPORT

13. 2. | 8.00 – 14.00 | HK AS Trenčín – Bytča
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná zápas st. dorastenci.

13. 2. | 8.00 – 14.00 | HK AS Trenčín – Bytča
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná zápas ml. dorastenci.

13. 2. | 15.30 | ŠK 1. FBC Trenčín – Žilina
MS ŠPORTOVÁ HALA | Florbal Extraliga muží 20. kolo.

14. 2. | 7.50 – 17.00 | Turnaj Memoriál A. Slavinského
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná mladšie žiačky a staršie žiačky.

14. 2. | 17.30 | HK AS Trenčín – Zlatná na Ostrove
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná 1. liga ženy.

20. 2. | 7.30 – 16.00 | TTS Trenčín futbalový turnaj Memoriál Karola Borhyho
MS ŠPORTOVÁ HALA | Futbal.

20. 2. | 17.00 | COP Trenčín – Svidník
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – Extraliga muží.

27. 2. | 7.30 – 16.00 | Futbalový turnaj prípravky AS Trenčín
MS ŠPORTOVÁ HALA |

27. 2. | 18.00 | TJ Štadión Trenčín – Sokol Bystrice n. P.
MS ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal muží (malá hala).

28. 2. | 11.00 | TJ Štadión Trenčín – Vyškov „B“
MS ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal muží (malá hala).

28. 2. | 9.15 | M – Šport Trenčín – ŠK 1. FBC Trenčín
MS ŠPORTOVÁ HALA | Prípravka reg. kolo vo florbale.

28. 2. | 13.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Nemšová
MS ŠPORTOVÁ HALA | Prípravka reg. kolo vo florbale.

KONTAKTY

ARTKINO METRO	Mierové nám. 4, www.lampart.sk
CENTRUM SENIOROV	Osvienčinská 3, 032/743 45 35
CINEMAX	ZOC MAX, Gen. M. R. Štefánika 426, 032/741 92 40, www.cine-max.sk
GMAB Galéria M. A. Bazovského	Palackého 27, 032/743 68 58, www.gmab.sk
SOKOLOVŇA	Mládežnícka 2
KC AKTIVITY	Kyjevská 3183, 032/658 26 08, www.kcaktivty.sk
KC STRED	28. Októbra, 032/652 21 36
KINO HVIEZDA	Kniežaťa Pribinu 3, hviezda@trenčin.sk, 0902 911 480
KLUB LÚČ	Kniežaťa Pribinu 2, 0903 027 910, www.klubluc.sk
KRYOWELL	Opatovská 47
MC SRDIEČKO	Hviezdoslavova 6, 032/743 04 32, www.mcsrdiecko.sk
MC SRDIEČKO	Pobočka v KC Stred, Ul. 28. októbra 2, 032/743 04 32
MESTSKÁ ŠPORTOVÁ HALA	Mládežnícka ul., 032/7436336
OC LAUGARICIO	Belá
PENZIÓN KEROLA	Kasárenská 5, 032 744 61 12, 0903 715 164
PIANO KLUB	Pod Sokolicami 518/12, 0905 278 785
(PK) Prvá komorná DIVADELNÁ SCÉNA	Kniežaťa Pribinu 2, 0903 027 910
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16, 0960 333 815
SMŠ SLIMÁČIK	M. Turkovej 22
TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE	Kyjevská 3183
TSK Trenčiansky samosprávny kraj	K dolnej stanici, 032/6555323
TNOS Trenčianske osvetové stredisko	K dolnej stanici 7282/20A, www.tnos.sk
VKMR	Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčíne, ulice Jaselská a Hasičská 1
VÝSTAVISKO EXPO CENTER	Pod Sokolicami 43, www.expocenter.sk