



FARMÁRSKY JARMOK

■ DIVADLO

3. 10. | 19.00 | Také zo života so Sajfom

KINO HVIEZDA | Mário Šmýkal uvádza talk-show, ktorej hosťami budú Matej Sajfa Cífra, Branko Radivojevič a zakladatelia treňčianskeho obchodu Bezobalís – Martin Gajdoš a Martina Novotová.

11. 10. | 18.30 | Shakespeare a Alžbeta



KINO HVIEZDA | Premiéra historickej hry Mira Gavrana spojená so slávnostným otvorením sezóny Mestského divadla Trenčín.

13. 10. | 19.00 | Čecháčci a Čoboláci

KINO HVIEZDA | Pavol Seriš a Filip Teller v duchu najlepšej tradície stand-up comedy odhalia pravdu o Čechoch a Slovákoch.

17. 10. | 18.00 | Ľapákovci

KINO HVIEZDA | Tragikomický príbeh slovenskej rodiny Ľapákovcov zo začiatku 20. storočia ukazuje, že za viac ako sto rokov sa toho vlastne až tak veľa nezmenilo.

19. 10. | 18.30 | Nikto nie je dokonalý

KINO HVIEZDA | Mestské divadlo Trenčín uvádza komédiu Simona Williama, v ktorej sa predstavia aj Karol Čalík.

24. 10. | 19.00 | Strom

ŠPORTOVÁ HALA | Nové našťudovanie tanečného divadla v réžii Jána Ďurovčika čerpá námet v histórii slovanstva.

■ KONCERTY

5. 10. | 18.00 | Kollárovci



PIANO CLUB | Na koncerte zaznejú obľúbené hity, ako aj skladby z nového albumu Neúprosný čas.

5. 10. | 19.00 | Chris Ellys

CAFÉ SLÁDKOVIČ | Koncert slovenského pesničkára.

5. 10. | 19.00 | Malý koncert veľkých nádejí

PIARISTICKÝ KOSTOL | Spoločný koncert detského speváckeho zboru Vážky a školského speváckeho zboru Piarissimo.

7. 10. | 15.00 | Z našej kuchyne

KINO HVIEZDA | Tradičné vystúpenie detského folklórneho súboru Kornička.

12. 10. | 19.00 | Koncert Nany Hudáka

SAVANNA CAFÉ | Prievdzský pesničkársky samorast a slobodomýšlienkar, ktorý svojimi piesňami inšpiruje ľudí v Čechách i na Slovensku.

14. 10. | 17.00 | Hudobný recitál piesní Tomáša Lajmona

GALÉRIA VÁŽKA | Účinkujú: Tomáš Lajmon a priatelia.

14. 10. | 18.00 | Gitarový koncert

ZUŠ TRENČÍN | Otvárací koncert Trenčianskej hudobnej jesene, ktorá je venovaná 100. výročiu vzniku Československa. Účinkujú: Karol Samuelčík (gitar) a Karin Remencová (klavír).

20. 10. | 19.00 | To najlepšie zo SĽUKU

ŠPORTOVÁ HALA | Galaprogram predstaviť to najlepšie z ľudových tancov a piesní v podaní profesionálneho tanečného súboru, ľudovej hudby a ženskej speváckej skupiny.

21. 10. | 14.30 | Okolo Trenčína

POSÁDKOVÝ KLUB | Festival dychových hudieb, na ktorom sa predstavia DH Textilanka, Drietomanka, Místříňanka a Lidečanka.

21. 10. | 18.00 | Koncert sláčikového kvarteta

ZUŠ TRENČÍN | Účinkujú: Muchovo kvarteto, František Pergler (klavír) a Filip Jaro (kontrabas). Koncert je súčasťou Trenčianskej hudobnej jesene.

4. 11. | 18.00 | Vokálny recitál

REFEKTÁR PIARISTICKÉHO GYMNAZIA | Na recitáli zaspieva Denisa Šlepkovská (mezzosoprán). Koncert je súčasťou Trenčianskej hudobnej jesene.

9. 11. | 19.15 | Benežičný koncert – Svetlo v srdci

PIARISTICKÝ KOSTOL | Účinkujú: Martin Babjak (barytón), Terézia Kružliaková (mezzosoprán), Daniel Buranovský (klavír) a Detský spevácky zbor Vážky. Výťažok bude venovaný opatrovateľskej a ošetrovateľskej službe pre seniorov.

■ VÝSTAVY

do 7. 10. | Laura Stropková – Kresba a maľba

KIC | Prvá samostatná výstava diel 14-ročnej talentovanej absolventky 1. stupňa výtvarného odboru ZUŠ K. Pádiveho.

do 9. 10. | Súhry 2018

MESTSKÁ VEŽA | Výstava diel študentov a pedagógov odboru Propagačné výtvarníctvo Strednej umeleckej školy v Trenčíne.

do 15. 10. | Rok 1968 v Trenčíne

ŠTÁTNY ARCHÍV | Výstava archívnych dokumentov z roku 1968. Pre verejnosť otvorené v pondelok – štvrtok od 8.00 do 15.00.

do 26. 10. | Ivana Šáteková

NOVÁ VLNA | Autorka sa venuje problémom súčasného človeka. Poznatky získané vlastným spoločenským výskumom vyobrazuje prostriedkami vystihujúcimi jej zámer.

do 28. 10. | Abstrakt G

Konštrukcie
GALÉRIA VÁŽKA | Autorská výstava Tibora Hamzu.

do 30. 10. | Ľudové drevoryty z Plazova

TSK | Výstava je realizovaná v rámci projektu Priateľstvo bez hraníc.

1. – 18. 10. | Uhol pohľadu

POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava fotografií.

1. – 31. 10. | Obrazy a odrazy

CENTRUM SENIOROV | Výber z tvorby obrazov Stanislava Neštického.

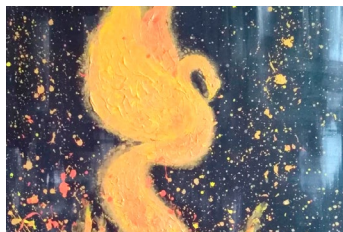
1. – 31. 10. | 100. výročie vzniku Československej republiky

VKMR JASELSKÁ | Tematická výstavka dokumentov z fondu treňčianskej knižnice pri príležitosti 100. výročia vzniku 1. ČSR.

1. – 31. 10. | Príroda plná

prekvapení
VKMR | Tematická výstavka kníh s podtitulom Deti, zoznámte sa s niečím novým!

1. – 31. 10. | Život



SAVANNA CAFÉ | Mária Jakubcová sa venuje arteterapii a artrelaxu. Jej diela sú plné šťastia, radosti a pozitívnej energie.

1. 10. – 14. 11. | Andrea Bečárová

– Chrobáky
POSÁDKOVÝ KLUB | Výstavu pripravuje Klub filatelistov.

1. 10. – 14. 11. | Huby
POSÁDKOVÝ KLUB | Filatelistická výstava.

3. 10. – 5. 11. | 100 rokov od vzniku Československej republiky

TSK | Výstava pohľadníc a plagátov Milana Belása. Vernisáž 3. októbra o 17.00.

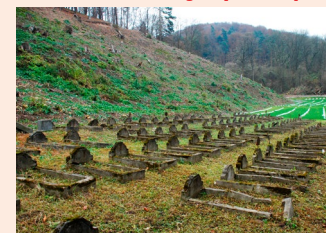
■ NEDAJTE SI UJŠŤ

6. 10. | 8.00 – 14.00 |

Farmářský jarmok
MIEROVÉ NÁMESTIE | Posledný tohtoročný farmářský jarmok ponúkne mäsové a pekárenské výrobky, syry, domáce vajčička, med, výrobky z prútia, kvetinné aranžmány, grilovaný oštiepok aj pečené wafle. O 9.30 zahrajú muzikanti z Big Band Nováky, o 11.00 ich vystriedajú Huncúti z Drietomy a o 13.00 začnú folkloristi Spod Budína. Pre deti sú pripravené tvorivé dielničky, pohybové aktivity a živé zvieratká z farmy.

6. 10. | 15.30 | Prechádzky mestom so sprievodcom:

1. svetová vojna a vznik Československej republiky



KUBRÁ - ZÁBRANIE | Prvá svetová vojna znamenala pre Trenčín mnoho utrpenia, obeť aj materiálnych škôd, hoci front priamo cez mesto neprechádzal. Zmenu politického systému v roku 1918 sprevádzalo hromadné premenovanie ulíc, ako aj odstraňovanie pomníkov. O udalostiach z tohto obdobia sa dozvieme viac na prechádzke mestom, ktorá sa bude konať na vojenskom cintoríne v Kubrej - Zábraní. Stretnutie bude o 15.30 na zastávke Kubrá - námestie, odkiaľ prejdeme k cintorínu. Prineste si so sebou občiansky preukaz, bez neho nebude možný vstup.

28. 10. | 18.00 | Koncert

komorného orchestra
EVANJELICKÝ KOSTOL | V rámci 100. výročia vzniku Československej republiky pripravilo mesto Trenčín v spolupráci s Klubom priateľov vážnej hudby koncert, na ktorom sa predstavia Komorný orchester mesta Trenčín a Komorný orchester Iši Krejčího z Olomouca. Okrem samostatných skladieb odznejú i spoločné skladby Posväcení B. Martinů a Hajdúske tance – Melodiarium V. Godára.

3. 11. | 16.00 | Prechádzky mestom so sprievodcom: Zvyky pri narodení a pohrebe

KIC | Zvyky pri narodení mali zabezpečiť zdravie a dobrý život dieťaťa. Úkony pri smrti mali zaistiť mŕtvemu pokoj na druhom svete. Viac sa o tradíciách dozvieme na novembrovej prechádzke mestom.

FILM

CINEMAX

od 4. 10. | Venom

Akčný sci-fi triler, v ktorom sa Tom Hardy predstaví ako jeden z najznámejších komiksových antihrdinov od Marvelu. Keď sa novinár Eddie Brock stane hosťiteľom nebezpečného mimozemského symbionta, stáva sa z neho jedna z najväčších hrozieb pre ľudstvo, no najmä pre neho samého.

od 4. 10. | Zrodila sa hviezda

Americká hudobná dráma s Bradleyom Cooperom a Lady Gagou. Príbeh o ostrieľanom muzikantovi Jacksonovi, ktorý sa zamiluje do začínajúcej speváčky Ally. Tá už svoj veľký sen o hviezdnej kariére takmer vzdala, ale Jack ju napokon presvedčil vyjsť na pódium. Keď Allyin raketový štart zatieni jeho vlastnú kariéru, Jack stále obtiažnejšie nesie svoj ústup z veľkých pódii.

od 11. 10. | Tajomstvo domu s hodinami

Rodinný film o 10-ročnom Lewisi, ktorý sa sťahuje k strýkovi do starodávneho sídla, kde sa dejú veľmi čudné veci. Strýko aj susedka sú totiž čarodějníci a už dlho sa snažia rozlúštiť tajomstvo strašidelných hodín tikajúcich v stenách domu. Podarí sa im s Lewisovou pomocou hodiny zastaviť a odvrátiť tak apokalypsu, ktorú kedysi dávno naplánoval zlý čarodějník?

od 11. 10. | Prvý človek

Dramatický príbeh letu Neila Armstronga začína v roku 1962, keď začal pracovať ako pilot pre NASA a zároveň sa musel vyrovnáť s osobnou tragédiou – smrťou dvojročnej dcéry na nevyliciteľnú chorobu. Armstrongovým základným charakterovým rysom je pokoj vo všetkých situáciách, aj pri jeho prvom kroku na Mesiaci. Protivahou pokoja je absolútny stres jeho ženy, s ktorým prežíva Neilove úspechy, ale aj možnosť, že sa už nikdy nevráti.

od 11. 10. | Zlé časy v El Royale

Americký thriller. Niekoľko cudzincov sa stretne v zašlom hoteli El Royale. Nemajú nič spoločné, okrem tajomstiev, ktoré každý z nich skrýva. A kedysi vychytený hotel má tiež vlastnú, veľmi tmavú minulosť.

od 25. 10. | Johnny English znovu zasahuje

Britská dobrodružná komédia s Rowanom Atkinsonom. Johnnyho Englisha – tajného agenta na penzii – by do služieb vlasti za normálnych okolností nepovolal ani ten najväčší šialenec. Avšak keď geniálny počítačový hacker odhalí identitu všetkých agentov britskej tajnej služby, jediným záchrancom je práve on. Čo na tom, že si absolútne netyká s najnovšími technologickými hračkami.

od 18. 10. | Serenity – Ticho pred búrkou

V mysterióznom filme Serenity všetky tajomstvá raz vyplávajú na povrch. Baker (Matthew McConaughey) si svoje životné rany hojí v pokoji a horúčave rajskeho exotického ostrova v Karibiku, kde svoju nepeknú minulosť zapíja v bare. Ticho jeho života prelomí ako blesk z jasného neba jeho bývalá žena a prinesie mu do života búрку.

4. 10. – 25. 11. | Anima

GMAB | Peter Župník patrí k najvýraznejším členom skupiny fotografov Slovenská nová vlna. Jeho tvorbu charakterizuje zobrazovanie reality, ktorú stvárnjuje s obrovskou fantáziou a imagináciou.

4. 10. – 25. 11. | Návraty v čase



GMAB | Výstava predstavuje tvorbu piatich spolužiakov, absolventov Katedry umeleckej fotografie na FAMU v Prahe z konca 80. rokov 20. storočia. Približuje ich rané diela, ktorými sa zaradili medzi osobnosti česko-slovenskej postmodernej fotografie.

4. – 5. 10. | Stredoškolač 2018

EXPO CENTER | 20. ročník výstavy stredných škôl z rôznych oblastí poskytnie žiakom ZŠ informácie o možnostiach štúdia.

4. – 5. 10. | Job fórum 2018

EXPO CENTER | Medzinárodný veľtrh pracovných príležitostí a vzdelávania.

8. – 22. 10. | Sedím na konári a je mi dobre

POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava článkov a fotografií o súčasnom stave lesov v národných parkoch a blízkom okolí. Autor: Ľ. Janíková.

10. 10. – 30. 11. | Vznik česko-slovenských légii

MESTSKÁ VEŽA | Výstava predstaví zatiaľ nepublikované fotografie z francúzskych archívov dokumentujúce dôležité etapy formovania česko-slovenských jednotiek v krajine galského kohúta.

12. – 13. 10. | Jahrada 2018

EXPO CENTER | Výstava ovocia, farmárskych produktov a potrieb pre záhradkárov.

12. – 13. 10. | Senior expo 2018

EXPO CENTER | Výstava potrieb pre seniorov.

12. – 13. 10. | Zdravie & Harmónia 2018

EXPO CENTER | 5. ročník výstavy zameranej na zdravý a harmonický spôsob života.

DETI

pondelok – piatok | 9.00 – 12.00

| Rána pre maminy

KREATIVO | Deti predškolského veku pri hre s kockami LEGO® v spoločnosti mamičiek.

pondelok | 17.30 | Ameerah

KCAKTIVITY | Pre deti od 6 do 12 rokov. Info: www.anidestudio.sk, anide@seznam.cz.

pondelok, utorok, štvrtok | 16.30 – 18.00 | Karate klub ekonóm

KCAKTIVITY | Info: 0911 603 068.

pondelok, streda | Tanečná škola Goonies

KCAKTIVITY | Moderný tanec pre deti od 3 rokov. Info: 0915 101 051.

pondelok, streda, piatok | Tanečná škola Aura dance

KCAKTIVITY | Moderný tanec pre deti od 5 rokov do 15 rokov. Info: 0908 731 125.

utorok | 10.00 | Mami spricht Deutsch

MC SRDIEČKO | Mamičky sa rozprávajú po nemecky a deti sa pri nich hrajú. Vedie Lucia Vozárová.

utorok | 10.00 | Podporná skupina mamičiek v dojčení

KC STRED | Vhodné aj pre tehotné ako príprava na dojčenie. Vedie Milka Hromníková.

utorok, streda | 10.00 – 11.00 | Keramické patlámo

KCAKTIVITY | Pre deti od 2 rokov v sprievode jedného z rodičov. Info: 0918 561 320, mirka@kcaktivty.sk.

utorok | 15.00 – 16.30 | Klub keramikárov



KCAKTIVITY | Krúžok pre deti a mládež od 5 rokov s výučbou základnej práce s hlinou. Info: 0918 561 320, mirka@kcaktivty.sk.

utorok, streda, štvrtok | 15.00, 16.00, 17.00 | Kreativno-vzdelávacie kurzy pre deti s kockami LEGO®

KREATIVO | Malý konštruktér (od 4 – 5 rokov), veľký inžinier (6 – 11 rokov). Info: www.kreativotn.sk, 0918 883 505.

utorok, štvrtok | 16.00 – 20.00 | Korzo dance

KCAKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca SZUŠ Trenčín. Info: 0903 793 557.

utorok, štvrtok | 18.00 | sobota | 17.00 | Parkour & Freerunning pre deti

EXPO CENTER | Tréningy pre deti od 5 do 18 rokov. Info: academy@borntotrick.com, 0908 166 858.

streda | 9.00 – 10.00 | Riekankovo

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

streda | 10.00 | Mommie's English Club

MC SRDIEČKO | Mamy sa rozprávajú po anglicky a deti sa pri nich hrajú.

streda | 16.00 | Cvičenie pre tehotné – profylaxia

KC STRED | Vedie pôrodná asistentka Zuzana Duncová.

streda, štvrtok | 16.00, 17.00 | piatok | 17.00 | Folklórny súbor pre deti

KCAKTIVITY | Novovzniknutý folklórny súbor pre deti od 2 do 6 rokov. Info: 0904 927 161.

štvrtok | 10.00 | Podporná skupina nosenia detí

MC SRDIEČKO | Vedú lektorky nosenia – Zuzana Čížmarová a Janka Mištinová.

piatok | 16.30 | Orientálne tance pre deti

KCAKTIVITY | Habibti – deti od 4 do 6 rokov. Info: www.anidestudio.sk.

1. – 31. 10. | Pasovanie prvákov v knižnici

VKMR | Prváčikovi čaká slávnostný zápis do knižnice a čitateľské preukazy na celý rok zdarma. Termín treba vopred dohodnúť. Info: www.vkmr.sk.

4., 18. 10. | 9.30 – 11.30 | Galerikovo

GMAB | Tvorivé dielničky pre deti od 18 mesiacov do 6 rokov.

14. 10. | 14.00 – 16.00 | Nedeľné tvorivé dielne

GMAB | Víkendové tvorivé stretnutie pre všetky deti, ktoré sa chcú zoznámiť s umením.

15. 10. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku

VKMR | Čítanie rozprávok pre najmenšie deti a ich rodičov. Podujatie sa koná v po- bočkách na Hasičskej, na Juhu (KC Aktivity), Dlhých Honoch a v Kubrej.

23. 10. | 17.00 | Máme radi umenie

VKMR | Prezentácia umeleckej činnosti žiakov Súkromnej ZUŠ Trenčín. Podujatie sa koná na Hasičskej ulici.

25. 10. | 16.30 | Cyklus rodičovských diskusií

KC STRED | Diskusia s psychologičkou Mgr. Veronikou Kuricovou. Témy: strach, hnev, radost a iné emócie u detí od útleho veku.

27. 10. | 15.00 – 18.00 | Halloweenke tvorivé dielničky

OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky pre deti spojené so zábavou, súťažami a spevom.

27. 10. | 15.00 – 18.00 | Halloweenke tvorivé dielničky

OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky pre deti spojené so zábavou, súťažami a spevom.

SENIORI

streda | 8.00 – 9.30 | Babi, pošli mi to mejlom

VKMR JASELSKÁ | Bezplatná inštruktáž na zvládnutie základov PC a komunikácie prostredníctvom e-mailu pre seniorov. Prihlasovanie na 032/770 83 14.

4. 10. | 16.00 | Skleróza multiplex – cvičenie

CENTRUM SENIOROV |

9., 23. 10. | 9.00 – 11.30 | Ateliér pre seniorov

GMAB | Tvorivé dielne nielen pre seniorov zamerané na rôzne témy a techniky.

10. 10. | 13.30 | Seminár XXXII. ročníka Akadémie tretieho veku

KC STRED | Program: Červené oko – MUDr. G. Činčalová. Astronómia v indianskych civilizáciách – RNDr. Z. Baxová. Mesiac úcty k starším ľuďom – pripomenutie.

11., 25. 10. | 15.30 – 17.30 | Klub JDS č. 30

KCAKTIVITY | Klubová činnosť, vedie Zdenka Buryová.

18. 10. | 15.00 | Mesiac úcty k starším – spoločenské stretnutie seniorov

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub vojenských veteránov.

PREDNÁŠKY

streda | 15.00 | DIA mapa

CENTRUM SENIOROV |

2. 10. | 16.00 | Zdravotná problematika včelstiev

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša V. Pelech.

2. 10. | 17.30 – 19.30 | Zdeňka Jordánová – Muž a žena, umenie žiť

GALÉRIA VÁŽKA | Stretnutie so spisovateľkou Zdeňkou Jordánovou.

3. 10. | 18.00 – 19.30 | Môj malý biznis: prvý krok

GALÉRIA VÁŽKA | Chceš si otvoriť cukráreň, kvetinárstvo, či e-shop? Rozprávanie Tigrana Aleksanyana je pre všetkých, ktorí zbierajú odvahu realizovať svoj vlastný nápad. Viac na www.voices.sk.

4. 10. | 9.00 – 14.00 | Dobrovoľníctvo v kocke
EXPO CENTER | V rámci výstavy Stredoškola sa dozviete všetko o dobrovoľníctve.

4. 10. | 16.00 | Literárny klub Omega

VKMR | Pozvánka pre priaznivcov literatúry na diskusiu a prezentáciu vlastnej tvorby.

4. 10. | 16.00 | Kelti na Považí
TRENČIANSKE MÚZEUM | Prednáša Karol Pieta z Archeologického ústavu SAV v Nitre.

4. 10. | 16.00 | Prví padákoví streľci na Slovensku
POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ján Dibala.

4. 10. | 18.30 | Prehliadka výstavy Anima s Petrom Župníkom
GMAB | Komentovaná prehliadka fotografickej výstavy s autorom Petrom Župníkom.

5. 10. | 10.00, 16.00 | Prehliadka výstav s autormi

GMAB | Komentované prehliadky fotografických výstav za účasti autorov - Petra Župníka, Ruda Prekopa a Vasila Stanka.

8. 10. | 16.00 | Potraviny ako liek
POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ing. Šikuda.

9. 10. | 18.00 – 20.30 | Ako sa vo vzťahu brániť pred manipuláciou

GALÉRIA VÁŽKA | Manipulatívna komunikácia sa objavuje v pracovných a osobných vzťahoch. Ako ju spoznáme a ako sa môžeme pred ňou účinne brániť? Témou nás prevedú psychológovia a komunikační tréneri Martin Čajko a Michal Šoltés z projektu Otvorená hra. Viac na www.voices.sk.

10. 10. | 15.30 | 100. výročie vzniku prvej ČSR – podiel gen. M. R. Štefánika ako politika na vznik prvého samostatného štátu Čechov a Slovákov
POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Mgr. Uhlík.

10. 10. | 16.30 | Matej Tóth: Odchýlka
VKMR | Beseda s olympijským víťazom Matejom Tóthom spojená s prezentáciou knihy Odchýlka.

12. 10. | 10.00 | Jubilant Gejza Sádecký

VKMR | Stretnutie s prozaikom pri príležitosti jeho životného jubilea.

15. 10. | 17.00 | Máme malého školáka

REFEKTÁR PIARISTICKÉHO GYMNAZIA | Ako pomôcť malým školáčikom zvládať školu? Beseda s Mgr. Jankou Vindišovou, PhD.

16. 10. | 18.00 – 19.30 | Drogy a (ne)závislosť: čo by mal vedieť každý?

KLUB LÚČ | Otvorený rozhovor pre dospelých aj dospievajúcich s Andreou Hugáňovou a Pavlom Ščasným, terénnymi sociálnymi pracovníkmi zo Združenia STORM. Viac na www.choices.sk.

17. 10. | 19.00 | Cestovateľské kino: Somálsko – znásilnený raj
KAVIAREN ŠTEFÁNIK | Exkluzívne o cestovaní v Somálsku porozpráva Peter Gregor. Rezervácie na kaviarenstefanik@gmail.com.

18. 10. | 16.00 | 100. výročie vzniku ČSR a Kragujevská vzbura príslušníkov 71. pešieho pluku
POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ivan Chyla.

18. 10. | 16.00 | Ako žiť s depresiou?

KNÍŽNICA | Kedy hovoríme o depresii, aké sú možnosti liečby a ako pomôcť blízkemu s depresiou? Diskutujú MUDr. P. Vranková a PhDr. T. Divéky.

20. 10. | 17.00 | HoryZonty 2018: Dagmar Sváteková

KAVIAREN NA CESTE | Príbeh ženy, ktorá je príkladom toho, že aj život s telesným obmedzením môže byť pekný a plnohodnotný.

24. 10. | 17.00 | Andrej Tichý: Cesta na ropnú plošinu

VKMR | Beseda s A. Tichým, ktorému učarovalo nórske dobrodružstvo, spojená s prezentáciou jeho knihy Cesta na ropnú plošinu.

25. 10. | 16.00 | Stano Filko – počiatky a vývoj tvorby
TRENČIANSKE MÚZEUM | Ďalšia zo série prednášok „Čo ukrýva depozitár alebo pohľad do minulosti“, tentoraz s V. Durejovou.

28. 10. | 15.30 | Kurz prirodzených metód plánovaného rodičovstva
CENTRUM PRE RODINU | Info a prihlasovanie: www.cprtrenčin.sk.

29. 10. | 16.30 | Antonie Krzemieňová: Slovná obrana
VKMR | Prednáška terapeutky a spisovateľky zaoberajúcej sa vplyvom myslenia na zdravie človeka.

31. 10. | 18.00 | Beseda s Krkavčí matkou



GMAB | Veronika Hurdová, ktorá píše blog Krkavčí matka, sa s vami podielí o svoj nie vždy úplne tradičný pohľad na svet.

■ KURZY

pondelok | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk – mierne pokročilí

KC AKTIVITY | Kurz s Madame Smejkalovou. Info: smejkal@mail.t-com.sk

pondelok, piatok | 18.00 – 20.00 | utorok | 17.00 – 20.00 | Klub keramikárov – dospelí

KC AKTIVITY | Vytvorte si niečo pekné z keramiky pod vedením Zuzany Jargašovej.

utorok | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk – pokročilí

KC AKTIVITY | Kurz s Madame Smejkalovou. Info: smejkal@mail.t-com.sk.

utorok | 18.15 | Bezplatný kurz meditácie s Vladom Kulíškom

KC AKTIVITY | Dozviete sa čo je meditácia, sebaaprekonávanie, aký je význam mantier a pod. Info: kulisek@psg.sk, 0905 268 873.

utorok | 19.00 – 20.00 | Francúzsky jazyk – II. ročník

KC AKTIVITY | Kurz s Madame Smejkalovou. Info: smejkal@mail.t-com.sk.

štvrtok | 16.30 – 18.30, 19.00 – 21.00 | Kurz keramiky a točenie na kruhu - I. a II. skupina
KC AKTIVITY | 8-týždňový kurz, kde sa naučíte viac o práci s hlinou a jej použití. Info: mirka@kcactivity.sk, 0918 561 320.

štvrtok | 19.00 | Kurz havajských tancov pre začiatočníkov

KC AKTIVITY | Vnenie bokmi, príjemná hudba a relax. Info: www.anidestudio.sk.

2., 9., 16., 23. 10. | 17.30 – 19.00 | Tvorivý ateliér pre dospelých

OC LAUGARICIO | Pravidelné tvorivé kurzy pre dospelých. Info a prihlasovanie: 0918 561 320, mirka@kcactivity.sk.

6. 10. | 13.00 | Deti deťom
KC STRED | Seminár pre detské folklórne súbory a ich vedúcich, pedagógov.

9., 23. 10. | 16.00 – 18.30 | Večerný ateliér pre dospelých
GMAB | Tvorivý ateliér pre dospelých na rôzne témy a techniky, prepojené s vy-stavenými dielami.

10. 10. | 17.15 – 18.30 | Kurz hormonálnej jogy
GEMINI CENTRUM | 5-týždňový kurz. Info: 0944 548 885.

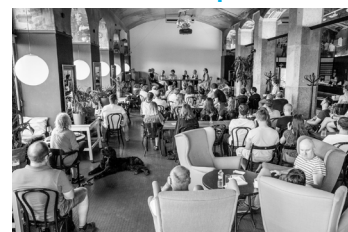
13. 10. | 13.00 | Hudobno-spevné a tanečné tradície
KC STRED | Odborný seminár pre tanečníkov vo veku 12 – 15 rokov a ich vedúcich.

13. 10. | 9.00 – 16.00 | Kurz maľovania osobných mandál
GEMINI CENTRUM | Namaľujte si osobnú mandalu podľa pythagorovej numerológie. Rezervácie: anita@mandalafactory.sk.

13. 10. | 9.30 – 16.30 | Škola intuície

KC AKTIVITY | Nový koncept alternatívneho vzdelávania detí a teenagerov v oblasti rozvoja pravej hemisféry. Info: www.intuicia.eu.

15. 10. | 18.00 | Fotopondelok



GMAB | Stretnutia fotografov a priaznivcov fotografie. Traja fotografi rôznych žánrov prezentujú svoju aktuálnu tvorbu.

17. 10. | 8.00 | Efektívna komunikácia

VKMR | Odborný seminár pre pracovníkov knižnic pozostávajúci z teoretickej a praktickej časti.

20. 10. | 9.00 | Hudobno-spevné a tanečné tradície

KC STRED | Odborný seminár o ľudovej piesni, hudbe a tanci pre vedúcich, pedagógov a lektorov detských folklórnych súborov.

23. 10. | 18.45 – 20.15 | Joga pre začiatočníkov

GEMINI CENTRUM | 5-týždňový kurz, kde sa naučíte základné princípy jogy. Info: 0944 548 885.

■ ŠPORT

pondelok | 17.15 – 19.15 | SM system

KC AKTIVITY | Cvičenie zamerané na odstránenie bolestí a problémov s pohybovým aparátom. Info: 0905 705 431.

pondelok | 17.40 – 18.40 | Zumba
KD OPATOVÁ | Tanečná fitness hodina plná energie a hudby. Info: 0903 949 966.

■ FILM

od 25. 10. | Keď draka bolí hlava

Česko-slovenská rozprávka. Dvojhlavý dráčik Čmoudík vyzropráva príbehy o vzniku kráľovstva Draka, zlom škriatkovi Blivajzovi aj o Nezábudkovej lúke.

■ ZÁPASY

6. 10. | 11.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Kysucké Nové Mesto „B“
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, 1. liga ženy.

6. 10. | 14.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Tsunami Bratislava
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, junióri extraliga.

6. 10. | 17.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Spišská Nová Ves
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, muži extraliga.

7. 10. | 10.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Snipers Bratislava
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, junióri extraliga.

7. 10. | 13.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Čadca
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, 1. liga ženy.

13. 10. | 9.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Nová Dubnica
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, regionálne kolo mladší žiaci.

13. 10. | 12.20 | ŠK 1. FBC Trenčín – FBC 11 Trnava
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, regionálne kolo mladší žiaci.

13. 10. | 14.00 | HK AS Trenčín – Bytča
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie dorastenky.

13. 10. | 16.00 | HK AS Trenčín – Bytča
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie dorastenky.

19. 10. | 15.00 | HK AS Trenčín – Michalovce
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie dorastenky.

19. 10. | 16.45 | HK AS Trenčín – Michalovce
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie dorastenky.

21. 10. | 9.00 | HK AS Trenčín „A“ – Čadca
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

21. 10. | 10.30 | HK AS Trenčín „B“ – Čadca
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

21. 10. | 11.30 | HK AS Trenčín „A“ – HK AS Trenčín „B“
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

28. 10. | 13.00 | HK AS Trenčín – Prešov
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie dorastenky.

28. 10. | 15.00 | HK AS Trenčín – Prešov
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie dorastenky.

pondelok | 18.00 – 19.00 |

Tabata
ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

pondelok | 18.15 – 19.15 |

Kruhový tréning s Monikou
KC AKTIVITY | Info: 0903 772 157.

pondelok, streda | 18.45 – 20.00 |

Klasická joga
GEMINI CENTRUM | Ľahká jemná joga ideálna pre začiatočníkov. Info: 0944 548 885.

pondelok | 19.00 – 20.00 | Port

De Bras
ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

pondelok | 19.00 – 20.00 |

štvrtok | 17.30 – 18.30 | Strong by Zumba
KD OPATOVÁ | Vysokointenzívny silový tréning s váhou vlastného tela. Info: 0903 949 966, zumba-trencin.sk.

pondelok, streda | 19.30 – 20.30 | piatok | 19.00 – 20.00 |

Cvičenie pre ženy s Vladom
KC AKTIVITY | Posilňovacie cviky v intervalovom cvičení s fázami odpočinku. Info: 0903 793 557.

utorok | 9.00 | Joga pre mamičky

KC STRED | Vhodná už 6 týždňov po pôrod, opatrovanie detí je zabezpečené.

utorok | 16.45 – 17.45 |

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

utorok | 17.00 – 18.00 | Capoeira

pre deti
KC AKTIVITY | Brazílske bojové umenie spojené s akrobáciou, hudbou a tancom. Info: 0911 087 631.

utorok, štvrtok | 17.00 |

Powerjoga s Monikou
LADIES CLUB | Vhodná pre začiatočníčky aj mierne pokročilí. Info: www.ladyeclub.sk.

utorok | 17.30 – 18.15 | Family

yoga
YOGA SHALA | Deti, rodičia aj starí rodičia objavujú nový spôsob, ako spolu kvalitne tráviť voľný čas. Info: 0904 363 312, www.yogashala.sk.

utorok | 17.50 – 18.50 | štvrtok |

17.50 – 18.50 | Cvičenie pilates – pokročilí
KC AKTIVITY | Cvičenie zamerané na hlboký svalový systém, podporu krížovej chrbtice a laterálne hrudné dýchanie. Info: 0905 705 431.

utorok | 18.00 – 19.00 | Jemné

cvičenie s relaxáciou
KINO HVIEZDA | Pre ženy každej vekovej kategórie na rozvčenie a uvoľnenie celého tela. Info: 0910 196 456.

utorok | 18.15 – 19.15 | Kruhový

tréning
ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

utorok | 18.15 – 20.00 | štvrtok |

18.15 – 20.00 | Capoeira
KC AKTIVITY | Brazílske bojové umenie spojené s akrobáciou, hudbou a tancom. Info: 0911 087 631.

utorok | 19.00 – 20.15 | Joga

s Alenkou
KC AKTIVITY | Vhodná aj pre začiatočníkov. Info: 0903 271 444.

streda | 18.00 – 19.00 |

Bodywork a Tabata s Monikou
KC AKTIVITY | Hodina s prvkami dance

aerobiku spojená s posilňovaním a strečingom. Info: 0903 772 157.

streda | 18.15 – 19.15 | Fit lopty a bodywork s Nikou

KC AKTIVITY | Pracuje sa s váhou vlastného tela. Info: 0948 855 870.

streda | 18.30 – 19.30 | Deep Work

ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

streda | 18.30 – 19.30 | Zumba s Petrou

KC AKTIVITY | 17. 10. bude cvičenie v čase 19.15 – 20.15. Info: 0903 949 966.

štvrtok | 18.00 – 19.00 | Body Work

ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

štvrtok | 19.00 – 20.00 | Port De Bras

ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

štvrtok | 19.00 – 20.00 | Pilates začiatočníci a mierne pokročilí

KC AKTIVITY | Info: 0905 705 431.

piatok | 18.30 – 20.15 | Čakra joga

GEMINI CENTRUM | Harmonizovanie čakier pomocou jogy, meditácie a mantier. Info: 0944 548 885, www.geminicentrum.sk

nedeľa | 8.30 | Hatha joga – začiatočníci a mierne pokročilí

KC AKTIVITY | Info: www.anidestudio.sk.

1. – 6. 10. | Mysore týždeň so Sonjou Radvila

YOGA SHALA | Vedie Sonja Radvila (USA). Info: www.yogashala.sk, 0944 394 471.

13. 10. | Plavecké preteky

MESTSKÁ PLAVÁREŇ | Veľká cena primátora Mesta Trenčín zdravotne znevýhodnenej mládeže 2018 a 3. Majstrovská SR v plávaní mládeže s Downovým syndrómom.

13. 10. | 9.00 | Zraz štvorkoliek

MOTOPARK TRENCÍN | Program: technická trialová trať na čas, meraná jazda na plochej dráhe, slalom na štvorkolke, preťahovanie strojov, voľné jazdenie po offroad dráhe. Info: 0908 748 793.

27. 10. | 9.30 – 18.00 | Thai

massage & intuitívna terapia
YOGA SHALA | Workshop premostí Thai Yoga s massage, Thai & Fly a yoga asanu. Info: 944 394 471.

■ TANEC

streda | 17.45 – 18.45 | Tance pre radosť

SOKOLOVNÁ | Kolektívne a kruhové tance z celého sveta. Info: 0910 196 456.

štvrtok | 18.00 – 20.00 |

Meditácia v pohybe
KC AKTIVITY | Spontánnym pohybom a tancom sa otvára cesta k uvoľneniu mysle. Info: 0905 597 173.

27. 10. | 19.00 | Česko-slovenská folklórna veselica



Česko - Slovenská
FOLKLÓRNA VESELICA

POSÁDKOVÝ KLUB | Zabavte sa s ľudovou hudbou Petra Ōbucha z Piešťan a ľudovou hudbou Pajtáši z Moravy.

■ INÉ...

utorok | 17.00 – 20.15 | Klub spoločenských hier

KC AKTIVITY | Stretnutie nadšencov hier. Info: peterbiras@gmail.com.

piatok | 16.00 – 19.00 | Skauting na juhu

KC AKTIVITY | Schôdzky detí a mládeže 32. skautského zboru Ale Vivo. Info: 0908 683 393.

1. – 31. 10. | Burza kníh

VKMR JASELSKÁ | Možnosť získať vyradenú literatúru za symbolický poplatok.

1. 10. | 17.00 | Medzinárodný

deň kávy
SAVANNA CAFÉ | Prednáška o káve spojená s ukázkami alternatívnych príprav kávy a ochutnávkou.

2. 10. | 17.00 | Fotostredisko

TSK | Pravidelné stretnutie neprofesionálnych fotografův.

6. 10. | 10.00 | Aktívne ženy

KC AKTIVITY | Motivačno-inšpiratívne stretnutie čínorodých žien s workshopom maľovania na textil. Info: 0910 686 078.

8. 10. | 17.00 | Flores Musarum TREŇANSKY HRAD | Slávnostný galavečer

odovzdávania ocenení významným osobnostiam a kolektívom Trenčianskeho kraja z oblasti kultúry.

14. 10. | 9.00 – 12.00 | Výmenné stretnutie zberateľov pivných kuriozít

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub zberateľov pivných kuriozít.

20. 10. | 14.00 – 18.00 | Zero Waste in praxi

KC AKTIVITY | 7 krokov k Zero Waste domácnosti a kompostovanie v byte, bio odpad v meste, Zero Waste nakupovanie, workshopy, recyklovorenie pre deti. Info a rezervácie: 0902 403 717.

22. 10. | 17.00 | Povedz mi, čo čítaš... Štefan Richtáreč

VKMR | Talkšou trenčianskej herečky Zuzany Mišákovéj nielen o literatúre. Hostom bude herec, režisér a moderátor Štefan Richtáreč.

24. 10. | 9.00 | Timravina studnička

TSK | Regionálna súťažná prehliadka v prednese pôvodnej slovenskej prózy.

25. 10. | 15.00 | Skleróza multiplex

CENTRUM SENIOROV | Klub Trenčín

KONTAKTY

CENTRUM SENIOROV	Osvienčinská 3
CENTRUM PRE RODINU	Farská 12, 0910 686 078, www.cprtrencin.sk
CINEMAX	OC MAX, Gen. M. R. Štefánika 426, www.cine-max.sk
GALÉRIA VÁŽKA	Mierové námestie 19, 0915 382 532, motycka@microinvent.com
GEMINI CENTRUM	Mierové nám. 14/14, 0944 548 885, www.geminicentrum.sk
GMAB Galéria M. A. Bazovského	Palackého 27, 032/743 68 58, www.gmab.sk
KAVIAREŇ NA CESTE	Katov dom, Matúšova ulica
COFFEE SHEEP	Marka Aurélia 930/9, 0944 221 240, www.coffeesheep.sk
KC Aktivity	Kyjevská 3183, 032/658 26 08, www.kcaktivity.sk
KC Kubrá	Kubranská 94, 0907 516 720, kckubra2@gmail.com
KC STRED	Ul. 28. októbra 2, 032/652 21 36
KC SIHOŤ	Opatovská 23, 0904 339 401, www.kcsihot.sk
KD ZLATOVCE	Hlavná ulica 10, 0904 920 306
KIC	Mierové námestie 9, 032/ 6504 709, 650 47 11, 650 47 12
Kultúrno-informačné centrum	
KINO HVIEZDA	Kn. Pribinu 3, hviezda@trencin.sk, 0902 911 480
KLUB LÚČ	Kn. Pribinu 3, 0903 027 910, www.klubluc.sk
KreaTivo	Gen. M. R. Štefánika 379/19, 0918 883 505
Ladies Eclub	Legiónárska 7185/5, 0911 730 790, ladyeclub.sk
MC SRDIEČKO	Hviezdoslavova 6, 032/743 04 32, www.mcsrdiecko.sk
MC SRDIEČKO - KC STRED	Ul. 28. októbra 2, 032/743 04 32
MESTSKÁ ŠPORTOVÁ HALA	Mládežnícka ul., 032/743 63 36
NOVÁ VLNA	Kukučínova 718, budova NOE, areál Merina
OC LAUGARICIO	Belá 7271, 032/658 53 94, www.oclaugaricio.sk
OC MAX	Gen. M. R. Štefánika 426, 032/741 91 25
PENZIÓN KEROLA	Kasárenská 5, 0903 715 164, www.kerola.sk
PIANO KLUB	Pod Sokolice 12, 0905 278 785, piano.mytootoot.com
PIARISTICKÝ KOSTOL	Mierové námestie 43
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16, 0960 333 815
SAVANNA CAFÉ	Rastislavova 1, 0910 999 222
SOKOLOVNÁ	Mládežnícka, 0948 090 136
ŠTÁTNY ARCHÍV	Kožušnícka 915/1, 032/651 74 10
TSK Trenčiansky samosprávny kraj	K dolnej stanici 7282/20A, 032/655 53 23
TŠ ANIDE	Kyjevská 3183, 0908 788 560
VKMR	Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčine, ulice Jaselská a Hasičská 1, www.vkmr.sk, 032/770 83 00
VÝSTAVISKO EXPO CENTER	Pod Sokolice 43, www.expocenter.sk
YOGA SHALA	Osloboditeľov 667/1A, 0944 394 471, yogashala.sk
ZUŠ K. PÁDÍVÉHO	Základná umelecká škola K. Pádívého, Nám. SNP 2