

## Merlot

originálne melódie prinesie do Trenčína francúzsky hudobník v rámci **Festivalu francúzskych filmov**. Vypočúť si ho môžete počas otvorenia festivalu 18. 11. o 19.00 v Artkine Metro a 19. 11. o 18.15 v Kine Hviezda. Vstup voľný.

Podrobný program festivalu nájdete vo vnútri.



# Kam v Trenčíne november 2016

## ■ DIVADLO

19. 11. | 19.30 | **Bábka**

**KINO HVIEZDA** | V rámci Noci divadiel uvádza Mestské divadlo Trenčín.

19. 11. | 20.00 | **Dogma divadlo: Blázni**



**KLUB LÚČ** | Inscenácia podľa predlohy francúzskeho autora Patricka Grégoire „Le Imbecile“.

19. 11. | 21.00 | **Pavol Seriš: Pri kase**

**KINO HVIEZDA** | Predstavenie v rámci Noci divadiel.

20. 11. | 16.00 | **Náhradný hudobno-divadelný festival**

**KINO HVIEZDA** | Program: 16.00 Divadlo z paneláku (CZ) – Tlačítko, 18.00 koncert Milo Král Band, 20.00 Divadlo Normálka – Skupinová terapia.

25. 11. | 19.00 | **Pavol Seriš: Na ostro! – premiéra**

**KINO HVIEZDA** | Unikátny komponovaný večer na pomedzí stand-up comedy a divadla.

27. 11. | 19.00 | **Sex pro pokročilé**

**KINO HVIEZDA** | Geniálna komédia kanadskej autorky Michele Riml s hviezdnyh obsadením (Karel Roden a Jana Krausová).

30. 11. | 19.00 | **3T – 3 Tvorivé tvory**

**KINO HVIEZDA** | Divadelno-improvizačná skupina troch hercov: Juraj „šoko“ Tabáček, Lukáš „pucho“ Púchovský a Stanislav „stanley“ Staško.

5. 12. | 19.00 | **Na koho to slovo padne**

**KINO HVIEZDA** | Bláznivá komédia. Groteskný príbeh piatich individuí uzavretých v jednej miestnosti, v spoločnosti jedného revolvera.

9. 12. | 19.00 | **Dirty boyzz – len pre ženy**

**KINO HVIEZDA** | Slovenský Chippendales.

## ■ KONCERTY

13. 11. | 18.00 | **Komorný koncert pre klavír 4-ručne**

**GMAB** | Ida Černecká a František Pergler – klavír.

16. 11. | 17.30 |

**Muzikoterapeutický koncert Ramivana**

**PENZIÓN KEROLA** | Nechajte sa uniesť relaxačnou cestou zvukom, plnou bohatých tónov Khoomei mongolských hrdelných spevov a harmonických hudobných nástrojov z celého sveta.

19. 11. | 18.15 | **Merlot**

**KINO HVIEZDA** | Koncert netypického francúzskeho umelca známeho z reggae skupiny Baobab. V Trenčíne bude jedným z hostí Festivalu francúzskych filmov.

19. 11. | 20.00 | **Katapult**

**PIANO KLUB** | Koncert českej kapely.

20. 11. | 20.00 | **Sisa Fehér**

**KLUB LÚČ** | Sisa Fehér & Fehero Rocher [SK/CZ/IT] je quintet slovenskej multizárovej speváčky a skladateľky Sisy Fehérovej, usídlený v Prahe.

22. 11. | **Tomáš Klus – Recykus tour**

**MS ŠPORTOVÁ HALA** | Po ročnej pauze sa vracia Tomáš Klus a jeho Cílová skupina s jesennou Recykus tour.

27. 11. | 19.00 | **Aneta Langerová – Na Radosti 2016**

**PIANO KLUB** | Pokračovanie úspešného turné českej speváčky k jej dvakrát platinovému albumu.

28. 11. | 19.00 | **Bílé Vánoce**

**Lucie Bílé**

**KOSTOL SV. RODINY** | Galakonzert s orchestrom pod vedením Petra Maláska.

1. 12. | 18.00 | **Sendrei & Solovic – A game of strings**

**KINO HVIEZDA** | Spoločný projekt hudobného skladateľa Slava Solovica a rómskej kapely pod vedením Vlada Sendreia.

12. 11. | 21.00 | **Zeměluč (CZ) + Resurgo (CZ)**

**KLUB LÚČ**

18. 11. | 21.00 | **Puding pani**

**Elvisovej**

**KLUB LÚČ**

26. 11. | 20.00 | **Chiki liki tu a:**

**3 x 4=13 Tour**

**KLUB LÚČ**

## ■ PRE DETI

pondelok | 10.00 – 11.00 |

**Cvičenie detí s rodičmi v sále Kryowell**

**KRYOWELL** | Vhodné pre už behajúce deti.

pondelok, streda, piatok |

**Tanečná škola Aura dance**

**KC AKTIVITY** | Moderný tanec (5 – 15 r.). Info: 0908 731 125.

utorok | 15.00 – 17.00 | **Klub**

**keramikárov**

**KC AKTIVITY** | Pre deti a mládež od 5 rokov. Info: 0918 561 320 alebo mirka@kcaktivita.sk.

utorok | 17.00 | **Hráme sa**

**a športujeme**

**5. ZŠ** | Rodičia s deťmi v telocvični.

utorok, štvrtok | 16.00 – 20.00 |

**Korzo dance**

**KC AKTIVITY** | Tanečná škola moderného tanca SZUŠ. Info: 0903 793 557.

streda | 9.00 – 10.00 |

**Riekankovo**

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

streda, piatok | 16.00 – 18.00 |

**Tanečná škola Goonies**

**KC AKTIVITY** | Moderný tanec pre deti od 3 rokov. Info: 0915 101 051.

1. – 30. 11. | **Junior Golf program**

**HOSSSPORTCENTER** | Každý utorok a sobotu. Viac informácií na info@golftrencin.sk alebo na recepcii športoviska 032/641 00 13.

1. – 30. 11. | **Centrum pohybu**

**a tanca**

**MS ŠPORTOVÁ HALA** | Tanečný klub Bambula (1 – 5 r.), cvičenie na Fit loptách (od 5 mesiacov). Novinka – Balet s profesionálnou lektorkou (4 – 9 r.).

13. 11. | 14.30 – 16.00 | **Nedelné v(i)tvorky**

**GMAB** | Prechádzky, rozhovory a hry s aktuálnymi výstavami a tvorivé dielne pre rodiny s deťmi od 6 r.

13. 11. | 16.00 | **Detský divadelný klub: Divočiny**



**KLUB LÚČ** | Príbeh o obyčajnom Maxovi s neobyčajnou fantáziou. O jeho mačke, divočinách a o množstve iných vecí, ktoré sa zmesia do jedného červeného vozíka.

14. 11. | 10.00 | **Hľadáme stratенú rozprávku**

**VEREJNÁ KNIŽNICA** | Deti a rodičia spoločne čítajú v knižnici na Hasičskej, v pobočke na Juhu, na Dlhých Honoch a v pobočke Kubrá.

19. 11. | 16.00 | **Polepetko**

**KINO HVIEZDA** | Detské divadelné predstavenie v rámci Noci divadiel uvedie Divadlo Clipperton.

## ■ NEDAJTE SI UJŠŤ

19. – 20. 11. | **Noc divadiel 2016**



Sedmospáči, prebudte sa!

**KINO HVIEZDA** | Mottom siedmeho ročníka Noci divadiel je „Sedmospáči, prebudte sa!“. Tento rok sa do európskeho projektu noci otvorených divadiel, kultúrnych centier, predstavení a výnimočných zážitkov zapája 49 inštitúcií z 22 slovenských miest, medzi nimi aj Trenčín. V našom meste sa predstaví z domácich Mestské divadlo Trenčín s hrou „Bábka“ a herec Pavol Seriš uvedie zmes stand-up comedy a pohybového divadla „Pri kase“. Detským divákom zahrá „Polepetka“ banskobystrické divadlo Clipperton. Nebudú chýbať zaujímavé sprievodné aktivity. V divadelnej zmenárni si deti vyskúšajú divadelné kostýmy, v tvorivých dielnach ich čaká výroba pohyblivých postavičiek a zvieratiek, veselé fotenie zažijú za šašovskou fotostenou. Stredná umelecká škola v Trenčíne bude vystavovať divadelné kostýmy, ktoré ušili jej študenti. Okrem divadiel sú v programe aj koncerty. Hudobná skupina Mona Luca členov Divadla Normálka uvedie svoje autorské piesne a hostí Festivalu francúzskych filmov francúzsky spevák Merlot prinesie do Trenčína zmes originálnych a chytľavých melódií. V nedeľu program Noci divadiel bude pokračovať Náhradným hudobno-divadelným festivalom, ktorý sa v pôvodnom letnom termíne neuskutočnil pre nepriaznivé počasie. Teraz do Trenčína privedie ostravské Divadlo z paneláku s predstavením „Tlačítko“ a hudobnú formáciu MILO KRÁL BAND so speváčkou Barbarou Švidraňovou. Festival uzavrie Divadlo Normálka svojím autorským predstavením „Skupinová terapia“. Plagát Noci divadiel s podrobným programom nájdete v časti INFO na strane 8.

3. 12. | 16.00 | **Prechádzky mestom so sprievodcom**

**KIC** | Pokračovanie cyklu pravidelných prechádzok mestom so zaujímavým

## ■ NEDAJTE SI UJŠŤ

výkladom sprievodcu. Téma: Vianočné zvyky. Vianoce ako obdobie radosti, láskavosti, pokoja a mieru sú považované za najkrajšie sviatky roka, ktoré by sme mali stráviť so svojimi najbližšími. Vianočiam predchádza prípravné obdobie advent a obľúbený sviatok svätého Mikuláša. Prečo sa Vianoce oslavujú od Štedrého dňa, hoci je prvý sviatok vianočný až 25. decembra? Odkedy sa ozdobuje vianočný stromček? Kto postavil prvý betlehem?

## ■ KINO

### CINEMAX

#### od 3. 11. | Doctor Strange

Americký film o svetoznámom neurochirurgovi Stephenovi Strangovi. Po dopravnej nehode, ktorá mu znemožní používať ruky, hľadá uzdravenie na mystickom mieste.

**od 3. 11. | Rozprávky pre Emu**  
Česká romantická komédia s Aňou Geislerovou a Ondřejom Vetchým. Nevhodná do 12 r.

#### od 3. 11. | Trollovia

Nové animované dobrodružstvo od DreamWorks v réžii dvojice Mike Mitchell a Walt Dohrn (Shrek Forever After).

#### od 10. 11. | Prvý kontakt

Zem navštívili mimozemšťania, no nikto nevie prečo. V sci-fi filme odpovede hľadajú Amy Adamsová a Jeremy Renner.

#### od 17. 11. | Fantastické zvery a ich výskyt



J. K. Rowlingová pozýva zažiť novú éru sveta čarodějníkov. Nevhodné do 12 r.

#### od 24. 11. | Nočné zvieratá

Americká dráma.

### ARTKINO METRO

#### Festival francúzskych filmov

##### 18. 11. | 19.00 | Marguerite

Príbeh o nekonečnej osamelosti, nezlomnej vášni k hudbe, o láske, ktorá všetko odpustí, ale aj o umení a úspechu ako takom. Celoživotnou vášňou hlavnej hrdinky je operná hudba a najväčšou radosťou (i prekľatím) utkvela predstava, že v nej samej drieme veľké spevácke nadanie.

##### 18. 11. | 21.30 | Hore za láskou

Romantická komédia.

##### 19. 11. | 17.00 | Príbeh lesa

Dokumentárny film, ktorý tvorcovia nakrúcali štyri roky, s využitím tých najmodernejších technológií, na desiatkach lokalít po celej Európe, dokonca sami žili v lese so sledovanými divokými zvieratami.

##### 19. 11. | 19.00 | Tri spomienky

Dráma.

#### 24. 11. | 16.00 | Miro Jaroš – Ťuki tour

KINO HVIEZDA | Pesničky pre (ne)poslušné deti a výnimočná šou, v rámci ktorej sa deti hrovou formou učia užitočným veciam. Po koncerte autogramiáda a fotenie.

#### 26. 11. | 16.00 | Pat a Mat s kamarátmi

KINO HVIEZDA | Divadelné predstavenie. Známe rozprávkové postavičky z večerníkov naživo (Pat a Mat, Matko a Kubko a ďalší).

#### 26. 11. | Tancovačka s Vladom Ondrovičom

KC AKTIVITY | Hravé a zábavné ukážkové hodiny tanca. 9.30 (pre 1 – 3 r. deti), 15.30 (3 – 5 r.). Info: 0903 793 557.

#### 26. 11. | 10.30 | Rozprávokovo

KC AKTIVITY | Premietanie a čítanie rozprávok. Info: 0908 210 940

#### 26. 11. | 15.30 | Maľovanie na textil

KC AKTIVITY | Bezplatný tvorivý workshop pre staršie deti a dospelých v rámci Vianočného rodinného trhu. Info: 0918 561 320.

#### 27. 11. | 15.00 – 18.00 | Adventné tvorivé dielničky

OC LAUGARICIO |

#### 27. 11. | 16.00 | Detský divadelný klub: Pinocchio

KLUB LÚČ | Nie je drevený, ani papierový. Je živý! Uvádza Divadlo ZkuFraVon.

#### 27. 11. | 16.00 | Vianočné vystúpenie TS Goonies

OC LAUGARICIO |

## ■ VÝSTAVY

#### Miloš Alexander Bazovský

GMAB | Stála expozícia.

#### Výtvarné umenie trenčianskeho regiónu

GMAB | Stála expozícia.

#### 1. – 16. 11. | Sergey Onishenko

BARBAR | Výstava fotografií.

#### 28. 10. – 4. 12. | Juraj Oravec

GMAB | V širokospektrálnej tvorbe akademickeho maliara (kresba, grafika, realizácie v architektúre) dominuje veľkorozmerná maľba.

#### 26., 27. 11. | Dni šperku

OC MAX | Umelecko-predajná výstava. Výroba šperkov v príjemnej atmosfére umelcov, dizajnérov, remeselníkov a ďalších kreatívnych ľudí, ktorí prezentujú vlastné originály.

#### 1. – 30. 11. | Zuzana Holúbeková

– Naive Art Kovačica / Srbsko  
CENTRUM SENIOROV | Výstava obrazov.

#### 1. – 30. 11. | Zátisie

KIC | Práce žiakov výtvarného odboru ZUŠ K. Pádiveho.

#### 2. – 30. 11. | Spoznávame našu krajinu

VKMR HASIČSKÁ | Tematická výstavka kníh pre deti.

#### 2. – 30. 11. | Stredné Považie na mapách, v obrazoch a písme

VKMR JASELSKÁ |

#### 2. – 16. 11. | Stredné Považie z neba

VKMR JASELSKÁ | Dominanty trenčianskeho regiónu na unikátnych fotografiách z vtáčej perspektívy.

#### 3. – 30. 11. | Protikomunistický odboj na Slovensku

MESTSKÁ VEŽA | Výstava Ústavu pamäti národa. Vernisáž 15. 11. o 16.30 h.

#### 5. 11. 2016 – 29. 1. 2017 | Farebný svet v kocke

KASÁRNE TRENČIANSKEHO HRADU | Výstava modelov zo stavebnice LEGO, medzi ktorými bude aj model Trenčianskeho hradu. Deti sa môžu zahrať v dvoch hracích boxoch a zapojiť sa do súťaží.

#### 7. – 30. 11. | Európske maliarstvo – Zuzana Sulová

POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava Klubu filatelistov.

#### 10. – 12. 11. | Slovak funeral 2016

EXPOCENTER | 3. ročník medzinárodnej kontraktčno-predajnej výstavy pohrebných a kremačných služieb.

#### 10. – 30. 11. | Hory a krajina

POSÁDKOVÝ KLUB | Fotografie.

#### 15. – 18. 11. | Diktatúra a demokracia v storočí extrémov

MIEROVÉ NÁMESTIE | Výstava Nadácie Konrada Adenauera. Vernisáž 15. 11. o 16.30 h.

#### 18. 11. – 23. 11. | Chameleónske portréty

MIEROVÉ NÁM. | Výstava veľkoformátových fotografií francúzskej autorky Myette Fauchère.

#### 24., 25. 11. | Stredoškolač 2016

EXPOCENTER | 18. ročník výstavy stredných škôl.

#### 24. 11. – 15. 12. | Liquid – Jozef Fugger

NOE AREÁL MERINA | Výtvarník pod altergom Fuggi predstaví jeho recyklované umenie. Vernisáž 24. 11. o 19.00 h.

#### 1., 2. 12. | Vinum Laugaricio

2016  
EXPOCENTER | 12. ročník medzinárodnej výstavy vína, vody a destilátov.

## ■ PRE SENIOROV

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

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

#### 9. 11. | 13.30 | Akadémia tretieho veku

KC STRED | Seminár: Možnosti využitia liečivých rastlín pre udržanie dobrého zdravotného stavu. Únava, choroby súčasnej civilizácie. Sociálne služby a soc. starostlivosť pre seniorov mesta Trenčín.

#### 15., 29. 11. 9. | 00 – 11.30 | Ateliér pre seniorov

GMAB | Tvorivé dielne nielen pre seniorov na rôzne témy a techniky, prepojené s vystavenými dielami.

#### 24. 11. | 15.00 | Jesenné spoločenské stretnutie seniorov

POSÁDKOVÝ KLUB |

## ■ FESTIVALY

#### 10. – 12. 11. | HoryZonty 2016

KINO HVIEZDA, KLUB LÚČ | 11. ročník festivalu dobrodružných filmov premietne 39 filmov z 13 krajín sveta, 9 multimedialných prezentácií hostí, tiež ponúkne outdoorové workshopy, autorské fotovystavy, fotosúťaž a sprievodné podujatia určené širokej verejnosti v centre mesta.

#### 18. – 23. 11. | Festival francúzskych filmov



ARTKINO METRO | 13. ročník podujatia, ktoré pripravuje Mesto Trenčín v spolupráci s partnerským francúzskym mestom Cran-Gevrier a občianskym združením Lamp-Art. Okrem filmových predstavení, ktoré nájdete v kategórii KINO, pozýva festival na výstavu fotografií Myette Fauchère: Chameleónske portréty a koncert francúzskeho umelca Merlota.

**19., 20. 11. | Noc divadiel 2016**  
KINO HVIEZDA | 7. ročník európskej noci otvorených divadiel. Divadelné predstavenia, koncerty, výstavy, tvorivé dielne.

## ■ CVIČENIE

#### pondelok | 17.15 – 19.15 | SM system

KC AKTIVITY | Cvičenie na regeneráciu chrbtice.

#### pondelok | 18.15 – 19.30 | Kruhový tréning

KC AKTIVITY | Súbor cvikov odvíčených jeden po druhom s využitím fitness náčinia.

#### pondelok | 19.00 – 20.00 | Tabata

KLUB ZDRAVIA | Kardio intervalový tréning na spaľovanie tukov. Kontakt: 0948 404 111.

#### pondelok | 19.15 – 20.45 | Tai – chi

KC AKTIVITY | Info: 0911 029 030.

#### utorok | 9.00 – 10.00 | Joga pre mamičky

KC STRED | Od 6 týždňov po pôrode. Ideálny pohyb s relaxáciou vás posilní, dieťaťko bude blízko vás.

#### utorok | 16.45 – 17.45 | Zdravotný pilates

KC AKTIVITY | Pre začiatočnikov a ľudí s bolesťami chrbta.

#### utorok | 17.00 | Powerjoga

pre začiatočníčky a mierne pokročilé

LADY E CLUB |

#### utorok | 18.00 – 19.15 | Joga

KC AKTIVITY | Pre všetkých bez ohľadu na vek a fyzickú kondíciu.

#### utorok, štvrtok | 18.00 – 19.15 | Born to Trick Academy: Mladší žiaci (8 – 14rokov)

EXPOCENTER | Nábor detí na tréningy Parkour & Freerunning. Pavilón 4. Info a prihlášky: 0908 166 858.

#### utorok, štvrtok | 18.30 – 20.00 | Born to Trick Academy: Starší žiaci (15+)

EXPOCENTER |

#### utorok | 19.30 – 20.30, štvrtok | 18.00 – 19.00 | Pilates pokročilí

KC AKTIVITY |

#### streda | 8.00 – 9.00 | Ranná Joga víťanie slnka

KLUB ZDRAVIA | Kontakt: 0948 404 111.

**streda | 17.00 | Cvičenie pre tehotné – profylaxia**

KC STRED | Vedie pôrodná asistentka.

**streda | 18.00 – 19.00 |****Bodywork**

KC AKTIVITY | Prvky dance aerobiku s posilovaním a strečingom.

**streda | 18.00 – 19.00 |****Relaxačno-rehabilitačné cvičenie na chrbticu a kĺby**

KLUB ZDRAVIA | Ideálne aj pre seniorov a obéznych ľudí. Kontakt: 0948 404 111.

**streda | 18.15 – 19.15 | Fit lopty a bodywork**

KC AKTIVITY |

**streda | 19.15 – 20.15 | Zumba**KC AKTIVITY | Prihlasovanie: 0903 949 966. Viac na [www.zumba-trencin.sk](http://www.zumba-trencin.sk).**štvrtok | 17.30 – 19.00 | Hatha joga**

KLUB ZDRAVIA | S profesionálnou lektrkou, aj pre začiatočníkov. Kontakt: 0948 404 111.

**štvrtok | 18.30 – 20.00 |****Cvičenie na chrbticu**

KC AKTIVITY | Vedie Ján Pevný. Info: 0911 029 030.

**štvrtok | 19.00 – 20.00 | Pilates začiatočníci a mierne pokročilí**

KC AKTIVITY | Info a prihlasovanie: 0905 705 431.

**sobota | 17.30 – 19.30 | Born to Trick Academy: Pre verejnosť**

EXPOCENTER |

**1. – 30. 11. | Centrum pohybu a tanca**

MS ŠPORTOVÁ HALA | Cvičenie pre ženy – skupinové cvičenia step, tabata, body work, Port de Bras. Kontakt: 0903 449 732.

**1. – 31. 10. | Cvičenie pre ženy**

KC AKTIVITY | Posilovacie cviky v intervalovom cvičení s fázami odpočinku.

**1. – 31. 11. | Zumba**

KC KUBRA | Pondelok – 17.30 – 18.30, 18.40 – 19.40 Toning, streda – 17.40 – 18.40, štvrtok – 17.20 – 18.20 Toning, nedeľa – 17.30 – 19.00. Kontakt 0903 949 966.

**■ PREDNÁŠKY****8. 11. | 16.30 | Ivan Bulík:****Vrcholy cestovateľského blaha**  
VKMR HASIČSKÁ | Beseda s cestovateľom, fotografom, cyklistom, skialpinistom, chatárom a účastníkom viacerých dobrodružných výprav Ivanom Bulíkom.**8. 11. | 19.00 | Whiskyho cestovateľské kino**

KLUB LÚČ | Vysoké hrebene rumunskej Transylvánie aj ukrajinskej Podkarpatskej Rusi, bohom zabudnuté Moldavsko, pelikány v obrovskej delte Dunaja či dusná atmosféra odštiepeného regiónu Podnestersko plného ruských vojakov...aj o tomto bude reč na ďalšom pokračovaní Whiskyho cestovateľského kina...

**10. 11. | 10.00 | Ján Beňo:****Timotej a pradedo**VKMR HASIČSKÁ | Beseda s prozaikom, publicistom, prekladateľom, autorom literatúry pre deti a mládež. Počet miest je obmedzený, účasť treba vopred nahlásiť: [deti@vkmr.sk](mailto:deti@vkmr.sk), 032/7460715.**10. 11. | 16.00 | Imrich Grušpieri: Prameň zázrakov**

VKMR HASIČSKÁ | Prezentácia knihy

o fenomenálnom liečiteľovi Fraňovi Madvovi (1786 – 1852).

**14. 11. | 17.30 | Zmeň myslenie – zmeň život**

PENZIÓN KEROLA | Interaktívna prednáška pre všetkých, ktorí chcú uskutočniť zmenu vo svojom živote alebo zistiť príčiny ich zlých vzťahov, problémov, ktoré sa im v živote dejú.

**14. 11. | 16.00 | Interná ochutnávka dopestovaného ovocia a degustácia vín**

POSÁDKOVÝ KLUB |

**15. 11. | 16.30 | Historické romány z edície Kvety vášne**

VKMR HASIČSKÁ | Beseda s Erikou Jarkovskou, Tatianou Mackovou a Evou A. Šranovou.

**15. 11. | 18.00 – 19.30 | Choices: Odmena a trest**

KLUB LÚČ | Večerné rozhovory so zaujímavými hosťami budú o odmenách a trestoch. Vstup je voľný.

**16. 11. | 10.00 | Petra Nagyová-Džerengová: Klára a jej príbehy**VKMR HASIČSKÁ | Beseda so spisovateľkou o jej úspešnej knižnej trilógii o Kláre. Počet miest je obmedzený, účasť treba vopred nahlásiť ([deti@vkmr.sk](mailto:deti@vkmr.sk), 032/7460715).**16. 11. | 10.00 | Bezplienková komunikačná metóda – alebo prirodzená hygiena novorodencov**

MC SRDIEČKO |

**16. 11. | 16.30 | Stredné Považie z neba**

VKMR HASIČSKÁ | Prezentácia knihy „Stredné Považie z neba“ za účasti autorov Milana Paprčku a Simony Nádašiovej.

**17. 11. | 16.00 | JUDr. Vojtech Čelko – numizmatik, historik, filatelista – 100. výročie narodenia**

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ivan Chýla.

**18. 11. | 17.00 – 21.00 | 19. 11. | 9.00 – 18.30 | Hormonálna jogová terapia – vikendový kurz**

PENZIÓN KEROLA | Uzávierka prihlášok: 10. 11. 2016. Hormonálna joga (HJT) od Dinah Rodrigues prezentuje novú dynamickú formu jogovej terapie.

**19. 11. | 10.00 | Cesta čistého vedomia**

KC AKTIVITY | Celodenný seminár vedie Ján Pevný. Info: 0911 029 030.

**19. 11. | 17.00 | Nauč sa meditovať**

KC STRED | Prednáša Kailash A. Beyer, psychológ a podnikateľ z Zurichu.

**21. 11. | 18.00 – 19.00 | Knižné plky #3: Prečo horia žirafy?**VOICES | Komorný, zľahka nekorektný program Petra Michalíka o literatúre, knihách a ich čitateľoch. Vstup je voľný, registrácia odporúčaná. [www.voices.sk](http://www.voices.sk).**21. 11. | 19.00 | Potulky svetom – Ako nízkonákladovo cestovať**

KLUB LÚČ | Martin Lipinský bude pútať a zábavne rozprávať o tom, ako a kde hľadať. Po prednáške je pripravená diskusia.

**22. 11. | 17.00 | Ženské kruhy – cesta čarodejky**

PENZIÓN KEROLA | Žena čarodejka rúca

zabehnuté stereotypy. Je tvorkyňou svojho života.

**23. 11. | 10.00 | Stop násilium na ženách a obchodu s ľuďmi**VKMR HASIČSKÁ | Preventívna aktivita Policajného zboru SR. Počet miest je obmedzený, účasť treba vopred nahlásiť: 0901 918 810, [info@vkmr.sk](mailto:info@vkmr.sk).**23. 11. | 16.30 | Kuba na vlastnú päsť**

VKMR HASIČSKÁ | Beseda spojená s audiovizuálnou prezentáciou fotografií a zážitkov trenčianskej cestovateľky Antonie Dvoranovej z jej dobrodružného putovania po karibskom ostrovnom štáte.

**23. 11. | 17.30 | Energie okolo nás a v nás**

PENZIÓN KEROLA | Prednáša Vitko Barčák reikí majster.

**24. 11. | 16.00 | Kedy hovoríme o chronickej insomnii**

VKMR HASIČSKÁ | Na tému „Čo sa deje, keď nespíme a ako riešiť nespavosť?“ diskutuje MUDr. B. Moťovský, PhD.

**24. 11. | 16.00 | Technológia včelárnia**

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ľudovít Gal.

**24. 11. | 16.30 | Stretnutie s psychologičkou**

KC STRED | Na tému Je rodičovstvo intuícia alebo veda?

**25. 11. | 17.00 | 26. 11. | 16.30 | Ako predchádzať bolestiam chrbtice, kĺbov a svalov**

KC AKTIVITY | Beseda a bezplatné poradenstvo s J. Pevným v rámci Vianočného rodinného trhu. Info: 0911 029 030.

**25. 11. | 18.00 | Slovensko po Brexite**

KLUB LÚČ | Diskusia. Podujatie organizuje Konzervatívny inštitút M.R. Štefánika.

**26. 11. | 9.00 – 18.00 | Hudobno-spevné a tanečné tradície nielen v trenčianskom regióne**

KS STRED | Seminár o ľudovej hudbe, piesni a tanci.

**26. 11. | 19.00 | Cestovateľské kino**

KINO HVIEZDA | Prednáška po Ceste hrdinov SNP od Dukly až po Devín.

**28. 11. | 18.00 | Diskusia s Ivetou Radičovou**

KLUB LÚČ | Podujatie organizuje Centrum pre otvorenú politiku.

**29. 11. | 17.00 – 19.00 | Akcia zdravia**

KLUB ZDRAVIA | Prednáška nutričného špecialistu o tom, ako získať zdravie pomocou prírodných postupov, ochutnávka čaju aloe s harmančekom. Kontakt: 0948 404 111.

**29. 11. | 18.00 | Mužská sila**

PENZIÓN KEROLA | Muž prirodzene hľadá sám seba.

**■ KURZY****pondelok | 17.30 – 19.00 |****Francúzsky jazyk pokročilí**KC AKTIVITY | Info a prihlášky: [smejkal@mail.t-com.sk](mailto:smejkal@mail.t-com.sk).**utorok | 10.00 | Podporná skupina mamičiek v dojčení**

KC STRED | Vhodné aj pre tehotné.

**■ KINO****19. 11. | 21.00 | Cena slávy**  
Komedialná dráma. Film bol nominovaný na Zlatého leva, MFF Benátky 2014.**20. 11. | 16.00 | Až na severný pól**

Predpremiéra animovaného filmu. Pätnásťročná Saša je dcéra aristokratických rodičov v Rusku koncom 19. storočia. Rozhodne sa utiecť z domu a nájsť svojho dedka, významného vedca a polárniku, ktorý sa nevrátil zo svojej poslednej expedície na severný pól.

**20. 11. | 18.00 | Marguerite a Julien**

Historická romantická dráma.

**20. 11. | 20.00 | Ďaleko od ľudí**

Vojnový western. Nominácia na Zlatého leva.

**21. 11. | 18.00 | Prípady SK 1**

Paríž 1991. Mladý detektív Charlie rieši svoj prvý prípad – vraždu mladej ženy. Pri skúmaní podobných prípadov odhalí niekoľko podzrivých podobných úmrtí.

**21. 11. | 20.00 | V tieni žien**

Dráma. Pierre a Manon nakrúcajú nízko-rozpočtové dokumenty a žijú z rôznych pomocných prác. Keď sa Pierre stretne s mladou Elisabeth, stanú sa z nich milenci. Pierre však nechce opustiť Manon: túži vlastniť obe ženy.

**22. 11. | 18.00 | Mikrób a Gasoil**

Komédia. Drobny Mikrób a vynaliezavý Gasoil sú teenageri. Predstava, že budú musieť dva mesiace bližiacich sa prázdnin stráviť so svojimi rodinami, ich vôbec neláka.

**22. 11. | 20.00 | Pátranie**

Dráma. Štyri osudy, ktoré spojila vojna a bizarné zvraty osudu.

**23. 11. | 18.00 | Tri spomienky****23. 11. | 20.00 | Bláznivá päťka**

Komédia. Päť kamarátov z detstva si užíva život v byte v srdci Paríža – vďaka veľkorysosti jedného z nich, Samuela. Jeho otec mu však náhle zastaví prísun peňazí a Samuel sa v snahe nepreždiť nepríjemnú situáciu svojim priateľom púšťa do riskantných projektov.

**■ ŠPORT****12. 11. | 11.00 | HK AS Trenčín – Michalovce**

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná staršie dorastenky.

**12. 11. | 13.00 | HK AS Trenčín – Michalovce**

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná mladšie dorastenky.

## SPORT

- 12. 11. | 15.30 | COP Trenčín – Myjava**  
ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal Extraliga.
- 13. 11. | 17.00 | HK AS Trenčín – Olomouc**  
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná ženy WHIL.
- 13. 11. | 8.30 – 15.30 | Turnaj ObFZ Trenčín**  
ŠPORTOVÁ HALA |
- 14. 11. | 8.15 – 14.00 | TSK | CUP – turnaj KCVČ**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal semifinále Trenčín stredné školy.
- 17. 11. | 18.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – FK AS Trenčín**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal Extraliga muži.
- 19. 11. | 19.00 | COP Trenčín – Prievidza**  
ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal Extraliga.
- 20. 11. | 11.00 | COP Trenčín „B” – Prievidza „B”**  
ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal 1. liga muži.
- 20. 11. | 13.00 | COP Trenčín „B” – Prievidza „B”**  
ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal 1. liga muži.
- 20. 11. | 9.30 | HK AS Trenčín „B” – THA Martin**  
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná mladšie žiačky HK AS Trenčín.
- 20. 11. | 10.30 | HK AS Trenčín „A” – MHaK Martin**  
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná mladšie žiačky HK AS Trenčín.
- 20. 11. | 11.30 | HK AS Trenčín „A” – THA Martin**  
ŠPORTOVÁ HALA | / mladšie žiačky HK AS Trenčín
- 20. 11. | 12.30 | HK AS Trenčín „B” – MHaK Martin**  
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná mladšie žiačky HK AS Trenčín.
- 21. 11. | 7.00 – 15.00 | Školská súťaž KCVČ**  
ŠPORTOVÁ HALA | Veslovanie.
- 26. 11. | 9.00 | Dubnica – 1. FBC Trenčín**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal regionálna liga dorastu.
- 26. 11. | 13.15 | Piešťany – 1. FBC Trenčín**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal regionálna liga dorastu.
- 26. 11. | 10.00 | Trenčín – Partizánske**  
ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal kadeti.
- 26. 11. | 12.00 | Trenčín – Partizánske**  
ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal kadeti.
- 26. 11. | 15.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Kysucké Nové Mesto**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal 1. Liga ženy.
- 26. 11. | 18.00 | COP Trenčín – Košice**  
ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal Extraliga.
- 27. 11. | 8.30 – 16.30 | Turnaj ObFZ Trenčín**  
ŠPORTOVÁ HALA | Futbal dorast.

**utorok | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk mierne pokročilí**  
KC AKTIVITY | Info a prihlášky: smejal@ mail.t-com.sk.

**utorok | 17.30 – 19.00 | Tvorivý ateliér pre dospelých**  
OC LAUGARICIO | 8. 11. Adventný kalendár, 15. a 22. 11. Adventný veniec, 29. 11. Vianočná dekorácia. Prihlásenie na 0918 561 320, mirka@kcaktivty.sk.

**utorok | 17.00 – 18.00 | Základné kroky – polka, valčík a čardáš**  
SOKOLOVŇA | Prihlášky: 0910 196 456, galatea.violet@gmail.com.

**utorok | 18.00 – 19.00 | Tanec pre radosť**  
SOKOLOVŇA | Kolektívne a párové tance sveta. Kontakt: 0910 196 456.

**utorok | 18.00 – 20.00 | Klub keramikárov dospelí**  
KC AKTIVITY | S Veronikou Hrickovou. Prihlášky a info: 0918 561 320 info@kcaktivty.sk.

**streda | 10.00 | Mami spricht Deutsch**  
MC SRDIEČKO | Mamičky sa rozprávajú po nemecky a deti sa pri nich hrajú.

**piatok | 10.00 | Podporná skupina nosenia detí**  
MC SRDIEČKO | Vedie poradkyňa nosenia detí a viazania šatiek Zuzana Čizmárová.

**3., 10., 24. 10. | 10.00 | Mommie's English Club**  
MC SRDIEČKO | Mamy sa rozprávajú po anglicky a deti sa pri nich hrajú.

**9. 11. | 18.00 – 20.00 | Klub patchwork**  
KC AKTIVITY | Vedie Hanka Nekorancová. Info: 0917 062 936.

**10. 11. | 16.00 – 19.00 | PR pre tvoju značku**  
VOICES | Workshop s Blažkou Sedrovičovou z PS: Digital pre tých, ktorí rozbiehajú podnikateľský nápad alebo komunitný projekt. www.tixy.sk/voices.

**10. 11. | 16.30 | Kreatívny rodič a šikovné dieťa**  
KC STRED | Malí a veľkí tvoria spoločne. Téma: zimná nálada – vyrobíme si vianočné pohľadnice, ozdoby aj snehuliaka, lepenie, strihanie, prstové farby.

**12. 11. | 9.00 | Kurz prvej pomoci pre rodičov s deťmi**  
KC STRED | Je potrebné sa prihlásiť v MC Srdiečko.

**15., 29. 11. | 16.00 – 18.30 | Večerný ateliér pre dospelých**  
GMAB | Rôzne témy a techniky prepojené s vystavenými dielami.

**19. 11. | 9.00 – 12.00 | Adventné tvorenie**  
KC STRED | Prineste si svoje špeciálne ozdoby, pre deti máme pripravené dielničky.

**19. 11. | 9.00 – 16.00 | Dobré rady pre neziskovky**  
VOICES | Seminár s Ivanom Ježikom pre tých, ktorí robia niečo pre druhých, chcú efektívnejšie pracovať a lepšie komunikovať. www.tixy.sk/voices.

**24. 11. | 16.00 – 19.00 | Online pre tvoju značku**  
VOICES | Workshop s Petom Šebom z PS: Digital pre tých, ktorí chcú správne namixovať online pre svoju značku,

biznis, neziskovku či komunitný projekt. www.tixy.sk/voices.

**24. 11. | 17.00 | Fotoworkshop pre dospelých**  
GMAB | Je potrebné sa prihlásiť vopred na e-mail barbara.petrikova@gmab.sk, viac na www.gmab.sk.

**29. 11. | 16.00 – 18.00 | Vianočné pohľadnice**  
VOICES | Na kreatívnom workshope s Luciou Horňákovou Černayovou si vyskúšame rôzne výtvarné techniky, naučíme sa pracovať s estetickou stránkou umenia a vyrobíme si originálnu vianočnú pohľadnicu. www.voices.sk.

## INÉ

**9. 11. | Silná ruka stredoškôlaka**  
OC MAX | Súťaž študentov stredných škôl v pretláčaní rukou. Organizuje Slovenská asociácia pretláčania rukou.

**11. 11. | 11.00 | Deň červených makov**  
CINTORÍN POD JUHOM | Pietna spomienka na padlých v dvoch svetových vojnách a rôznych ozbrojených konfliktoch pri príležitosti Dňa vojnových veteránov sa usku-toční na vojenskom cintoríne z prvej svetovej vojny pri srbskej kaplnke.

**17. 11. | 16.00 | Položenie vencov pri pamätníku obetiam komunizmu**  
NÁMESTIE SV. ANNY | Pietny akt a spomienka.

**17. 11. | 17. november**  
MIEROVÉ NÁMESTIE | Spomienkový program: 16.30 November+20 – filmový návrat k udalostiam z roku 1989, 17.00 Spomienka na Karla Kryla – koncert Jana Kryla a Stana Graneca s kapelou, 18.00

Podakovanie za slobodu – sv. omša v Piaristickom kostole sv. F. Xaverského.

**20. 11. | 9.00 – 12.00 | Výmenné stretnutie zberateľov pivných kuriozít**  
POSÁDKOVÝ KLUB |

**26. 11. | 8.00 – 12.00 | Celoslovenské stretnutie numizmatikov**  
POSÁDKOVÝ KLUB | Stretnutie s burzou a aukciou numizmatického materiálu.

**24., 25. 11. | Job forum 2016 EXPOCENTER** | 8. ročník medzinárodného veľtrhu pracovných príležitostí a vzdelávania.

**25. 11. | 15.00 – 18.00 | 26. 11. | 9.00 – 17.00 | Vianočný rodinný trh**

KC AKTIVITY | Zábavné komunitné podujatie nielen pre Južanov. V rámci akcie budú pre verejnosť pripravené tieto podujatia: Bazárík Mimi a mami, blší trh, hand made, zbierka ošatenia, potrieb a detských vecí, výstava a prezentácia SZUŠ Novomeského, výstava a prezentácia záujmových klubov: Klub Patchwork, Háčkujeme s Beatris, Klub keramikárov, Tvorivý ateliér pre dospelých.

**25., 26. 11. | Deň otvorených dverí RC Južanček**  
KC AKTIVITY | Program: 25. 11. 16.30 Tancovačka (deti 1 – 4 r.), 26. 11. 10.00 Aktivita v štýle Montessori, 16.00 Hudobné popoludnie (deti 1 – 4 r.). Info: Mária Machová 0910 686 078.

**30. 11. | 17.30 | Diskusia s primátorom Richardom Rybníčkom**  
ŠPORTOVÁ HALA | Pravidelné stretnutie primátora mesta Trenčín s občanmi.

## KONTAKTY

ARTKINO METRO	Mierové nám. 4, www.lampart.sk
BARBAR	Mierové námestie 36
CENTRUM SENIOROV	Osvienčimská 3, 032/743 45 35
CINEMAX	OC 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
HOSS SPORT CENTER	Karpatská 7537, 032/641 00 13
KDaM TIGRÍKY	Mierové nám. 34, www.tancujucetigriky.sk, 0903 783 724
KC AKTIVITY	Kyjevská 3183, 032/658 26 08, www.kcaktivty.sk
KC KUBRÁ	Kubranská 94
KC STRED	28. októbra, 032/652 21 36
KC SIHOŤ	Osvienčimská 3, 032/743 45 35, 0910 965 257
KINO HVIEZDA	Kniežaťa Pribinu 3, hviezda@trencin.sk, 0902 911 480
KLUB LÚČ	Kniežaťa Pribinu 2, 0903 027 910, www.klubluc.sk
KLUB ZDRAVIA	Keramoprojekt, Dolný šianec 1.
KRYOWELL	Opatovská 47, 0918 462 329, kryowell@kryowell.sk
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
4. POSCHODIE BUDOVY NOE	Areál Merina, Kukučínova 718
OC LAUGARICIO	Belá
OC MAX	Gen. M. R. Štefánika 426
PENZIÓN KEROLA	Kasárenská 5, 032 744 61 12, 0948 213 119
PIANO KLUB	Pod Sokolice 518/12, 0905 278 785
(PK) Prvá komorná DIVADELNÁ SCÉNA	Kniežaťa Pribinu 2, 0903 027 910
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16, 0960 333 815
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 Trenčine, ulice Jaselská a Hasičská 1
VOICES	Sládkovičova 8, www.voices.sk
VÝSTAVISKO EXPO CENTER	Pod Sokolicami 43, www.expo-center.sk