



17. 11. 2018 | 21.00 |  
**Divadlo v podpalubí (Bratislava):**  
**Vytrvalý dážď**  
**VSTUP ZARMA**

## ■ DIVADLO

**6. 11. | 19.00 | Ešte raz, ale lepšie**  
**KINO HVIEZDA** | V manželstve, ktoré stojí na pokraji rozvodu, dochádza pri hádke k nešťastnému pádu a strate pamäti. Dá sa začať odznova?

**11. 11. | 18.30 | Shakespeare a Alžbeta**  
**KINO HVIEZDA** | Nová historická hra v repertoári Mestského divadla Trenčín.

**13. 11. | 19.00 | Klimaktérium**  
**KINO HVIEZDA** | Babská jazda plná humoru s ľahkosťou spracováva tému ženského dozrievania.

**22. 11. | 18.30 | A tak nezostal žiaden**  
**KINO HVIEZDA** | Desať ľudí a jeden rafinovaný vrah ukrývajúci sa na ostrove, z ktorého niet úniku. Hrá Mestské divadlo Trenčín.

**25. 11. | 18.00 | Výlet**  
**KINO HVIEZDA** | Mladý manželský pár podľahne lákavej ponuke na neveriteľne lacný výlet. Ten však postupne nabera úplne iný charakter, než očakávali. Hrá Divadlo Normálka.

**27. 11. | 19.00 | Zedem bez záruky**  
**PIANO** | E. Vacvalová, O. Feldeková, M. Lásica a M. Leško vtipne okomentujú udalosti z politiky a spoločenského života.

**27. 11. | 19.00 | Na koho to slovo padne**  
**KINO HVIEZDA** | L. Latinák, J. Kemka, M. Miezga, R. Jakab a V. Kobielsky sa stretnú uzavretí v jednej miestnosti v spoločnosti revolvera. Ako to dopadne?

## ■ KONCERTY

**2. 11. | 21.00 | Dara Rolins + after oldies party**  
**PIANO** | Popová diva po prvý raz v Piane.

**4. 11. | 18.00 | Vokálny recitál**  
**REFEKTÁR PIARISTICKÉHO GYMNAZIA** | Účinkuje Denisa Šlepkovská (mezzosoprán). Koncert je súčasťou Trenčianskej hudobnej jesene.

**9. 11. | 19.15 | Svetlo v srdci – benefičný koncert**  
**PIARISTICKÝ KOSTOL** | Účinkujú: M. Babjak (barytón), T. Kružliaková (mezzosoprán), D. Buranovský (klavír) a Detský spevácky zbor Vážky. Výťažok bude venovaný opatrovateľskej a ošetrovateľskej službe pre seniorov.

**11. 11. | 18.00 | Koncert komorného orchestra**  
**EVANJELICKÝ KOSTOL** | Hrá komorný orchester Capella Istropolitana. Koncert je súčasťou Trenčianskej hudobnej jesene.

**14. 11. | 19.00 | Hanka G & Ondrej Krajiňák – Twin Flame Tour 2018**  
**CAFÉ SLÁDKOVIČ** | Jedinečná fúzia jazzu, slovenského folklóru, afro-amerického gospelu a soulu.

**15. 11. | 19.00 | Szidi Tobias & Band – Sedmoláska**  
**KINO HVIEZDA** | Na koncerte jednej z najvýraznejších osobností šansónu zaznejú najmä piesne z nového 2 CD Sedmoláska.

**16. 11. | 19.00 | Koncert LadyMoon**



**SAVANNA CAFÉ** | E. Vladár a A. Vitaloš – dvaja jazzoví muzikanti z Trenčína hľadajú inšpiráciu v jazzovej hudbe 60. rokov.

**21. 11. | 19.00 | Pavol Hammel a Prúdy**  
**PIANO** | Legendárna slovenská skupina Prúdy predstaví nový výberový album „The Best Of“.

**28. 11. | 19.00 | David Dayl a doprovod**  
**PIANO** | Koncert.

**2. 12. | 16.00 | Vianočný šláger**  
**POSÁDKOVÝ KLUB** | Účinkujú: Maja Veľšicová, Robo Kajzer, Sestry Bacmaňákové, Rytmus, Los Brados a Kozlaňáci.

## ■ VÝSTAVY

**do 5. 11. | 100 rokov od vzniku Československej republiky**  
**TSK** | Výstava pohľadníc a plagátov Milana Beláša.

**do 14. 11. | Chrobáky – Andrea Bečárová**  
**POSÁDKOVÝ KLUB** | Výstavu pripravuje Klub filatelistov.

**do 14. 11. | Huby**  
**POSÁDKOVÝ KLUB** | Filatelistická výstava.

**do 25. 11. | Anima**  
**GMAB** | Peter Župník patrí k najvýraznejším členom skupiny fotografov Slovenská nová vlna. Jeho tvorbu charakterizuje zobrazenie reality, ktorú stvárnjuje s obrovskou fantáziou a imagináciou.

**do 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, ktorí sa zaradili medzi

osobnosti československej postmodernej fotografie.

**do 30. 11. | Vznik česko-slovenských légii**  
**MESTSKÁ VEŽA** | Výstava zatiaľ nepublikovaných fotografií z francúzskych archívov, ktoré dokumentujú formovanie česko-slovenských jednotiek vo Francúzsku.

**1. – 30. 11. | Osmijanko odporúča**  
**VKMR HASIČSKÁ** | Výstava kníh predstavuje to najlepšie z Osmijankovej literárnej mapy.

**1. – 30. 11. | Jesenné estetično**  
**VKMR JASELSKÁ** | Tematická výstava v priestoroch trencianskej knižnice.

**1. – 30. 11. | Dotyky s ľudovou mágiou (v regióne)**  
**VKMR JASELSKÁ** | Výstava venovaná tradíciám ľudovej mágie v neďalekom slovensko-moravskom pohraničí.

**1. – 30. 11. | Výtvarné improvizácie Jána Hubinského**  
**SAVANNA CAFÉ** | Pozrite si doteraz nevyštavené diela J. Hubinského, ktoré vznikli v priebehu niekoľkých okamihov.

**5. – 30. 11. | Pohľady do prírody**  
**CENTRUM SENIOROV** | Výstava fotografií Igora Gašparíka.

**5. 11. – 12. 12. | 55. Méta**  
**TSK** | Výstava fotografií členov fotokupiny Méta. Vernisáž 5. 11. o 17.00.

**6. 11. – 9. 12. | Výstava Vladimíra Plachého**  
**GALÉRIA VÁŽKA** | Výstava maliieb. Vernisáž 6. 11. o 17.00.

**6. 11. – 2. 12. | Hlava \*\*\*\*\***



**KIC** | Verejné výtvarné umenie v Trenčíne v rokoch 1965 – 1989. Vernisáž 6. 11. o 17.00.

**8. – 10. 11. | Slovak funeral 2018 & Kamenár 2018**  
**EXPO CENTER** | 4. ročník medzinárodnej kontraktáčno-predajnej výstavy pohrebných a kremačných služieb a 15. ročník výstavy kameňopriemyslu a geológie.

**12. 11. – 2. 12. | Kúzlo starých filmových plagátov**  
**MESTSKÁ VEŽA** | Výstava originálnych prvorepublikových filmových plagátov a fotografických prístrojov.

## ■ NEDAJTE SI UJŠŤ

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

**KIC** | Zvyky pri narodení mali zabezpečiť zdravie, dobrý život a ochranu dieťaťa aj matky. Obyčaje pri smrti mali zaistiť mŕtveho pokoj na druhom svete. Čo robila cedulová baba? Prečo sa sadili stromy pri hrobch? Ako sa používal merťuch? Prídte na novembrovú prechádzku mestom a dozviete sa viac o zvykoch a tradíciách.

**14., 17. 11. | Spomienka na november 1989**

**CENTRUM MESTA** | Pripomeňme si pamätné udalosti z novembra 1989. Program podujatia nájdete v novinách INFO na str. 12.

**16. – 21. 11. | Festival francúzskych filmov**



**ARTKINO METRO** | Tohtoročný festival prinesie do Trenčína 12 filmov aj animovaný muzikál pre deti. Informácie o filmoch nájdete na str. 2.

**17. 11. | 16.00 – 23.30 | Noc divadiel**

**KINO HVIEZDA** | Noc divadiel ponúka divadelné predstavenia, rozprávky na pranie detských divákov, výrobu originálnych divadelných masiek, fotenie pri šašovskej fotostene aj výstavu prác študentov odboru scénická a kostýmová tvorba SUŠ v Trenčíne. Program podujatia nájdete v novinách INFO na str. 11.

**1. 12. | 16.00 | Prechádzky mestom so sprievodcom: Piaristický a farský kostol**

**KIC** | Zvonka jednoduchý, ale vnútri bohatý zdobený barokový piaristický kostol je dominantou Mierového námestia. Na Mariánskom vršku sa vypína farský kostol, ktorý patrí k najstarším trencianskym chrámom. Kde bol pochovaný Juraj Ilešházi? Čo sa nachádzalo okolo farského kostola? Aký erb zdobí priečelie piaristického kostola? Odpovede na tieto otázky a ďalšie zaujímavosti sa dozviete na decembrovej prechádzke mestom.

## FILM

**4. 11. | 18.30 | Retro v Metro**  
ARTKINO METRO | Filmové návraty v rámci festivalu HoryZonty k významným československým horolezeckým výstupom a expedíciám.

### Festival francúzskych filmov

**16. 11. | 18.00 | Kým nás svadba nerozdelí**  
ARTKINO METRO | Ak organizujete dokonalú svadbu na francúzskom zámku, je jasné, že to neprebehne úplne hladko a určite sa veľa vecí pokazí.

**16. 11. | 21.00 | Darebák a pretekárka**  
ARTKINO METRO | Gino a Bénédicte – to je láska na prvý pohľad. Gino však ukrýva nebezpečné tajomstvo. Zachráni svoju lásku aj napriek slabostiam?

**17. 11. | 19.00 | Climax**  
ARTKINO METRO | Skupina tanečníkov si na sústreďení v lese urobí párty s veľkou misou sangrie, do ktorej sa, nevedno ako, dostali drogy. Onedlho majú všetci ťažké neurózy a psychózy.

**17. 11. | 21.00 | Prísľub úsvitu**  
ARTKINO METRO | Šialená láska excentrickej matky urobila z Romaina Garyho jedného z najvýznamnejších románopiscov 20. storočia. Táto láska však bude aj jeho doživotným bremenom.

**18. 11. | 16.00 | Bella a Sebastián 3: Navždy priateľmi**  
ARTKINO METRO | Tretie pokračovanie príbehu o chlapcovi a jeho psovi.

**18. 11. | 18.00 | Obávaný**  
ARTKINO METRO | Popredný režisér nakrúca film so ženou, ktorú miluje. Kritika filmu však u neho vyvolá hlboké pochybnosti a zo slávneho filmára sa stáva umelec stojaci mimo systému.

**18. 11. | 20.00 | Víno nás spája**  
ARTKINO METRO | Jean prerhol všetky putá, ktorá ho spájali s rodinou žijúcou v Burgundsku. Po smrti otca sa vracia späť, aby sa so súrodencami dohodli, čo bude s rodinným vinohradom.

**19. 11. | 17.00 | Lumiere!**  
ARTKINO METRO | Filmoví historici vybrali 108 krátkych snímok, ktoré vytvorili pred viac ako 120 rokmi bratia Lumièreovi, vynálezcovia kinematografie.

**19. 11. | 19.00 | Svadba**  
ARTKINO METRO | Belgickú Pakistanku Zahiru rodičia núti do tradičného manželského zväzku. Uprostred ich požiadaviek a túžby po slobode sa spolieha na pomoc brata Amira.

**20. 11. | 17.00 | Johanka Superstar**  
ARTKINO METRO | Netradičný hudobno-tanečný film o detstve Johanky z Arku, v ktorom je Boh, Duch Svätý, hair metal, rap aj nevydarené scény.

**20. 11. | 19.00 | Nieкто to rád zahalené**  
ARTKINO METRO | Armand a Leila majú v úmysle odísť do New Yorku na stáž. Keď sa Leilin starší brat Mahmoud vráti z dlhodobého pobytu v Jemene, postaví sa proti ľúbostnému vzťahu svojej sestry.

**21. 11. | 18.00 | Beatrice**  
ARTKINO METRO | Claire svoj život zasvätila službe ostatným a snaží sa žiť podľa pravidiel. Až kým jej do života nevstúpi

**12. – 30. 11. | Hory a krajina**  
POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava fotografií.

**15. – 30. 11. | 100. výročie ukončenia 1. svetovej vojny a vzniku Československa**  
POSÁDKOVÝ KLUB | Združená výstava klubov filatelistov, numizmatikov, vojenských historikov, Trenčianskeho múzea a Štátneho archívu Trenčín. Vernisáž 15. 11. o 14.00.

**15. – 30. 11. | Za cisára v boji i na popraviskách**  
POSÁDKOVÝ KLUB | Filatelistická výstava.

**15. 11. – 13. 1. | Šimon Chovan – Reading Room**  
GMAB | Reading Room dekonštruuje klasické materiálne podmienky knihy ako média a vytvára nové abstraktné mechanizmy.

**15. 11. – 10. 12. | Alena Adamíková: Cesty k sebe**



**NOVÁ VLNA** | Umelecké diela poznačené istou mierou expresie, pop-artu a surreality sú vytvorené pre požiadavky súčasného diváka. Vernisáž 15. 11. o 19.00.

**16. 11. – 14. 12. | Príroda, životné prostredie a deti**  
ZUŠ | Výstava z 30. ročníka regionálnej výtvarnej súťaže pre deti a žiakov materských, základných, špeciálnych škôl a ZUŠ.

**17. 11. – 28. 2. | Výstava vláčikov**  
TRENČIANSKY HRAD |

**22. 11. – 28. 2. | Osudové osmičky Trenčína**  
TRENČIANSKY HRAD | Vernisáž 22. 11. o 16.00.

**29. 11. – 31. 12. | Vytvorené na Slovensku – U Bazovského**  
GMAB | Kolektívna výstava diel umelcov inšpirovaných tvorbou M. A. Bazovského, ako aj históriou a výrobou modrotlačé.

**30. 11. – 1. 12. | Vinum Laugaricio 2018**  
EXPO CENTER | 14. ročník medzinárodnej výstavy vína, vody a destilátov.

## DETI

**pondelok, streda | Tanečná škola Aura dance**  
KC AKTIVITY | Moderný tanec pre deti vo veku 5 – 15 rokov. Info: 0908 731 125.

**pondelok, streda | Tanečná škola Goonies**  
KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tancu pre deti od 3 rokov. Info: 0915 101 051.

**pondelok – piatok | 9.00 – 12.00 | Rána pre mamičky**  
KREATIVO | Deti predškolského veku pri hre s kockami LEGO® v spoločnosti mamičiek.

**pondelok | 10.00 – 11.00 | Keramické patlámo**  
KC AKTIVITY | Pre deti od 2 rokov v sprievode jedného z rodičov. Info: 0918 561 320, mirka@kcaktivita.sk.

**pondelok | 15.00 – 16.30 | Klub malých keramikárov**  
KC AKTIVITY | Pre deti od 5 rokov. Info: mirka@kcaktivita.sk, 0918 561 320.

**pondelok, utorok, štvrtok | 16.30 – 18.00 | Karate klub ekonóm**  
KC AKTIVITY | Info: 0911 603 068.

**utorok | 10.00 | Podporná skupina mamičiek v dojčení**  
KC STRED | Vhodné aj pre tehotné ako príprava na dojčenie. Vede laktačná poradkyňa Milka Hromníková.

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

**utorok, streda, štvrtok | 15.00, 16.00, 17.00 | Kreatívno-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**  
KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tancu pre deti. Info: 0903 793 557.

**utorok | 17.00 | Hráme sa a športujeme**  
5. ZŠ | Hry pre rodičov aj deti.

**utorok | 17.00 – 18.00 | Capoeira pre deti**  
KC AKTIVITY | Brazílske bojové umenie spojené s akrobaciou, hudbou a tancom. Info: 0911 087 631.

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

**streda | 10.00 | Klubík FS Drobci**  
KC AKTIVITY | Tanec, spev a hry pre deti od 2 rokov. Info: 0904 927 161.

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

**streda | 16.00, 17.00 | štvrtok | 16.00 | piatok | 17.00 | Folklorný krúžok Drobci**  
KC AKTIVITY | Tancujeme, spievame, hráme sa, rozvíjame priestorovú orientáciu, rytmus, rečový prejav. Pre deti od 2,5 do 6 rokov. Info: 0904 927 161.

**streda | 17.00 | Cvičenie pre tehotné – profylaxia**  
KC STRED | Cvičenie vedy pôrodná asistentka Zuzana Duncová.

**2. – 30. 11. | Pasovanie prvákov v knižnici**  
VKMR | Ponuka pre 1. ročník ZŠ, v rámci ktorej prváčikov čaká slávnostný zápis do knižnice. Info: www.vkmr.sk.

**3. 11. | 15.00 | Dielnička pre deti – Horizonty**  
KAVIAREŇ NA CESTE |

**8., 22. 11. | Podporná skupina nosenia detí**  
MC SRDIEČKO | Vedú lektorky nosenia Zuzana Čizmarová a Janka Mištinová.

**8., 22. 11. | 9.30 – 11.30 | Galerikovo**  
GMAB | Tvorivé dielničky pre deti od 18 mesiacov do 6 rokov.

**8. – 10. 11. | Aktivity pre deti**  
KINO HVIEZDA, KLUB LÚČ | Aktivity pre deti počas filmových blokov festivalu dobrodružných filmov HoryZonty.

**10. 11. | 9.00 – 13.00 | Sprievodné podujatia festivalu HoryZonty**  
ZÁTOKA POKOJA | Aktivity pre deti v rámci festivalu HoryZonty.

**11. 11. | 14.00 – 16.00 | Nedeľné výtvorky**  
GMAB | Vikendové tvorivé stretnutie pre deti, ktoré sa chcú zoznámiť s umením.

**19. 11. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku**  
VKMR | Čítanie rozprávok pre najmenšie deti a ich rodičov. Podujatie sa koná v poobedných na Hasičskej, na Juhu (KC Aktivity), na Dlhých Honoch a v Kubrej.

**22. 11. | 16.30 | Cyklus rodičovských diskusií**  
KC STRED | Diskusia s psychologičkou Mgr. Veronikou Kuricovou. Téma: „Bezpečná vzťahová väzba“ ako ochranný faktor pre život.

**24. 11. | 15.00 – 18.00 | Tvorivé dielničky**  
OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky pre deti spojené so zábavou, súťažami a spevom.

**24. 11. | 16.00 – 17.00 | TS Bambula**  
OC LAUGARICIO | Tanečné vystúpenie detí pod vedením Janky Košťálovej.

**25. 11. | 15.00 – 18.00 | Vianočné tvorivé dielničky**  
OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky s vianočnou tematikou pre deti.

**25. 11. | 16.00 | Tvorivé dielne**  
CENTRUM PRE RODINU | Vytvorte si s deťmi adventný veniec.

**27. 11. | 17.00 | Máme radi umenie**  
VKMR | Prezentácia umeleckej činnosti žiakov ZSUŠ Trenčín.

**29. 11. | 16.30 | Montessori po domácky**  
KC STRED | Montessori nie sú pomôcky, je to prístup k dieťaťu a k svetu okolo nás. Vedie Andrea Boháčová z OZ Múdra sovička.

**3. 12. | 17.00 | Cesta na severný pól**  
KINO HVIEZDA | Rodinný rozprávkový muzikál.

## SENIORI

**streda | 8.00 – 9.30 | Babi, pošli mi to mejlom**  
VKMR JASELSKÁ | Bezplatná inštruktáž na zvládnutie základov PC a e-mailu pre seniorov. Info: 032/770 83 14.

**6., 20. 11. | 9.00 – 11.30 | Ateliér pre seniorov**  
GMAB | Tvorivé dielne nielen pre seniorov na rôzne témy a techniky.

**8., 21. 11. | 15.30 – 17.30 | 23. 11. | 15.00 – 19.30 | Klub JDS č.30**  
KC AKTIVITY | Klubová činnosť, vedie Zdenka Buryová.

**8. 11. | 16.00 | Skleróza multiplex – cvičenie**  
CENTRUM SENIOROV |

**14. 11. | 13.30 | Akadémia tretieho veku**  
KC STRED | Prednášky: Ako predchádzať diabetu – PhDr. L. Mičíková. Zlepšenie



prístupu obetí trestných činov k službám a vytvoreniu kontaktných bodov pre obeť – Ing. E. Kucejová.

### 15. 11. | 15.00 | Jesenné spoločenské stretnutie seniorov

POSÁDKOVÝ KLUB |

### 21. 11. | 14.00 | Stretnutie jubilanov

POSÁDKOVÝ KLUB | Spoločenské posedenie, pripravuje Klub vojenských veteránov.

### 29. 11. | 15.00 | Skleróza multiplex – klub Trenčín

CENTRUM SENIOROV |

## ■ PREDNÁŠKY

streda | 15.00 | **DIA mapa**  
CENTRUM SENIOROV |

### 7. 11. | 16.00 | Katarína Nádaská: Iracionálne príčiny chorôb a prostriedky ľudového liečenia

VKMR HASIČSKÁ | Prednáška etnologickej, historickej, autorky monografie Čary a veštbý (Mágia v ľudovej kultúre Slovenska).

### 8. 11. | 16.00 | Literárny klub Omega

VKMR HASIČSKÁ | Stretnutie priaznivcov literatúry na diskusiu a prezentáciu vlastnej tvorby.

### 9. 11. | 10.00, 16.00 | Beseda s Ruďom Prekopom a Vasilom Stankom



GMAB | Beseda s predstaviteľmi Slovenskej novej vlny o ich tvorbe a o výstave Návraty v čase, spojená s odborným hodnotením prinesených fotografií účastníkov besedy.

### 12. 11. | 16.00 | Príprava záhrady na zimu – beseda

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša plk.v.v. Ing. Emil Polakovič.

### 14. 11. | 17.00 | Povedz mi, čo čítaš... Jozef Ďuráči

KNIŽNICA HASIČSKÁ | Talkšou trenčianskej herečky Zuzany Mišákovéj nielen o literatúre. Host: ľudovo-umelecký remeselník a folklorista Jozef Ďuráči.

### 15. 11. | 16.00 | Ohlas obyvateľstva v Trenčíne a okolí na vznik ČSR

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Mgr. Mária Ďurčová.

### 16. 11. | 16.30 | Jozef Banáš: Prebijem sa! Štefánik

VKMR HASIČSKÁ | Beseda s Jozefom Banášom spojená s prezentáciou komplexného románu o M. R. Štefánikovi.

### 17. 11. | 15.00 | Po stopách 1. svetovej vojny v Slovinsku a Taliansku

KAVIAREN NA CESTE | Prednáša p. Tluka.

### 20. 11. | 14.30 | Zvoľ si zdravý životný štýl a myslí na prevenciu rakoviny hrubého čreva

CENTRUM SENIOROV | Prednáška.

### 20. 11. | 16.30 | Spomienky na rok 1968 v Trenčíne

VKMR HASIČSKÁ | Prednáška Vojtecha Brabca zachytávajúca známe i neznáme osobnosti a súvislosti okupácie Československa v roku 1968 s dôrazom na Trenčín.

### 20. 11. | 18.00 | Na vlastných nohách 2



GALÉRIA VÁŽKA | Ako realizovať vlastné nápady a robiť to, čo máme radi a na čom nám záleží? Hostia: Michaela Prekopová (Primát), Michal Rafaj (Popular), Jana Hososová (Žuľaňa), Tina Minorová (Tina Minor Illustration) a Peter Bigoš (Peter Bigoš Záhrady). Info: www.voices.sk.

### 21. 11. | 16.30 | Lucia Sasková: Rozpoltená

VKMR HASIČSKÁ | Beseda s autorkou, ktorá sa do povedomia čitateľov zapísala najmä úspešnou trilógiou Zlatokopka, spojená s prezentáciou nového románu Rozpoltená.

### 21. 11. | 17.30 – 19.30 | Zdeňka Jordánová – Muž a žena, umenie žiť

GALÉRIA VÁŽKA | Stretnutie so spisovateľkou Zdeňkou Jordánovou.

### 22. 11. | 16.00 | Keď bolí duša, telo nemlčí

VKMR HASIČSKÁ | Téma: Psychika a telo – spojená nádoba. Diskutuje: MUDr. K. Kusá.

22. 11. | 18.00 | **Cestou necestou**  
KLUB LÚČ | Na cestovateľskom festivale zaznejú prednášky Janky a Romana Hromníkovcov o dobýjaní severočílskych sopiek (o 18.00) a Michala Knitla o siedmich túrach v Karakorame a Himalájach (o 19.30).

### 24. 11. | 9.00 – 17.00 | Očista a harmonizácia sleziny a žalúdka

KERAMOPROJEKT | Intenzívny seminár zameraný na očistu podľa ročného biorytmu. Lektor: Stanislav Kertis. Info: 0907 493 654 zuzana.kozacek@gmail.com.

### 24. 11. | 15.00 | Liek alebo jed

KAVIAREN NA CESTE | Prednáša p. Blahuš.

## ■ 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. Info: info@kcaktivty.sk.

### pondelok | 18.15 | Bezplatný kurz meditácie s Vladom Kulíškom

KC AKTIVITY | Čo je meditácia a aký je význam mantier? Súčasťou budú praktické cvičenia. Info: 0905 268 873.

### utorok | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk – pokročilí

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

utorok | 19.00 – 20.00 |

### Francúzsky jazyk II. ročník

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

### štvrtok | 17.30 – 19.30 | Kurz keramiky a točenie na kruhu

KC AKTIVITY | Práca s hlinou, jej spracovanie a použitie. Info: mirka@kcaktivty.sk, 0918 561 320.

6., 20. 11. | 16.00 – 18.30 |

### Večerný ateliér pre dospelých

GMAB | Tvorivý ateliér pre dospelých na rôzne témy a techniky.

### streda | 17.30 – 19.00 | Tvorivý ateliér pre dospelých

OC LAUGARICIO | Tvorivé kurzy pre dospelých. Batikovanie: 7. a 14. 11. Mikuláška čizma: 21. a 28. 11. Prihlasovanie: 0918 561 320, mirka@kcaktivty.sk

### 10. – 11. 11. | 9.30 – 16.00 | Kurz hypnózy

YOGA SHALA | Kurz ponúka prepracovaný program, v rámci ktorého si osvojíte techniky hlbokjej relaxácie, vizualizácie a autohypnózy. Info: www.yogashala.sk.

### 10. 11. | 10.00 | Fotoworkshop – portrét



GMAB | Kurz vedie Jiří Víšek, absolvent FAMU. Info: barbora.petrikova@gmab.skojená

### 15. 11. | 16.30 – 19.30 | Hry s hudbou – Mterapie

KC AKTIVITY | Workshop o možnostiach využitia hudby v pomáhajúcich profesiách. Lektor Peter Kusý. Info: mterapie@gmail.com.

### 19. 11. | 9.30 | Workshop strojového šitia

CENTRUM PRE RODINU | Účastníčky sa zoznámia so základnými krokmi a technikami. Prihlasovanie: info@cprtrenčin.sk.

### 24. 11. | 8.30 – 18.30 | Príbehy duše – konštelačný seminár

GEMINI CENTRUM | Celodenný seminár pre tých, ktorí si uvedomujú, že sa im v živote opakujú určité životné situácie. Info: 0944 548 885.

### 24. 11. | 8.30 – 18.30 | Škola intuície

KC AKTIVITY | Nový koncept alternatívneho vzdelávania detí a teenagerov v oblasti rozvoja pravej hemisféry a intuície. Info: www.intuicia.eu, 0915 850 251.

### 30. 11. – 1. 12. | Hormonálna joga

KC AKTIVITY | Kurz hormonálnej jogy, vedie Mirka Bartošová. Info: 0944 707 631, www.hormonyoga.sk.

## ■ ŠPORT

### pondelok | 17.00 | Joga pre vitálne tehotenstvo

YOGA SHALA | Lekcie špeciálne navrhnuté pre spokojnosť mamičiek a ich bábätiak, pre rozhybanie a uvoľnenie celého tela.

### pondelok, streda | 18.45 – 20.00 | piatok | 17.00 – 18.15 | Klasická joga

GEMINI CENTRUM | Info 0944 548 885.

## ■ FILM

milenka jej mŕtveho otca, vrtošivá a sebecká žena, ktorá je jej pravým opakom.

21. 11. | 20.00 | **Rock'n roll**  
ARTKINO METRO | Guillaume žije rozprávkový život, až kým mu mladá herecká kolegyňa nepovie, že už nie je „in“. A tak sa rozhodne ihneď radikálne zmeniť.

## ■ ZÁPASY

1. 11. | 14.30 | **1. FBC FLORBAL Trenčín – ATU Košice**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, extraliga muží.

3. 11. | 17.30 | **1. FBC FLORBAL Trenčín – FK AS Trenčín**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, extraliga junióri.

4. 11. | 17.00 | **HK DUKLA Trenčín – HC 07 Detva**  
ZIMNÝ ŠTADIÓN P. DEMITRU | Zápas hokejovej Tipsport ligy 2018/2019.

10. 11. | 14.30 | **AS Trenčín – MŠK Žilina**  
FUTBALOVÝ ŠTADIÓN | 15. kolo futbalovej Fortuna ligy 2018/2019.

14. 11. | 18.30 | **1. FBC FLORBAL Trenčín – FBC Žilina**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, extraliga junióri.

16. 11. | 18.00 | **HK DUKLA Trenčín – MHC MIKRON Nové Zámky**  
ZIMNÝ ŠTADIÓN P. DEMITRU | Zápas hokejovej Tipsport ligy 2018/2019.

17. 11. | 9.00 – 16.00 | **ŠKN Trenčín – 12. ročník**  
ŠPORTOVÁ HALA | Futbalový turnaj nepočujúcich.

18. 11. | 10.00 | **1. FBC FLORBAL Trenčín – FLORPĚDO Bratislava**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, 1. liga ženy.

18. 11. | 16.00 | **HK DUKLA Trenčín – HK Poprad**  
ZIMNÝ ŠTADIÓN P. DEMITRU | Zápas hokejovej Tipsport ligy 2018/2019.

19. 11. | 8.00 – 13.30 | **Turnaj o pohár primátora Mesta Trenčín**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, základné školy 1. stupeň.

23. 11. | 18.00 | **HK DUKLA Trenčín – MHK 32 Liptovský Mikuláš**  
ZIMNÝ ŠTADIÓN P. DEMITRU | Zápas hokejovej Tipsport ligy 2018/2019.

25. 11. | 17.00 | **HK DUKLA Trenčín – MAC Újbuda**  
ZIMNÝ ŠTADIÓN P. DEMITRU | Zápas hokejovej Tipsport ligy 2018/2019.

25. 11. | 10.30 | **HK AS Trenčín „B“ – Partizánske**  
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky HK AS Trenčín.

26. 11. | 8.00 – 14.30 | **Turnaj o pohár primátora Mesta Trenčín**  
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, základné školy 2. stupeň.

**pondelok | 17.15 – 19.15 | SM system**

KC AKTIVITY | Info: 0905 705 431.

**pondelok | 17.40 – 18.40 | Zumba KS OPATOVÁ**

Info: 0903 949 966.

**pondelok | 18.00 – 19.00 | Tabata**

ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

**pondelok | 18.15 – 19.15 | Kruhový tréning s Monikou**

KC AKTIVITY | Info: 0907 673 887.

**pondelok | 19.00 – 20.00 | štvrtok | 17.30 – 18.30 | Strong by Zumba**

KD OPATOVÁ | Info: 0903 949 966.

**pondelok, štvrtok | 19.00 – 20.00 | Port De Bras**

ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

**pondelok, streda | 19.30 – 20.30 | piatok | 19.00 – 20.00 | Cvičenie pre ženy s Vladom**

KC AKTIVITY | Info: 0903 793 557.

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

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

**utorok | 16.45 – 17.45 | Zdravotný pilates**

KC AKTIVITY | Info: 0905 705 431.

**utorok, štvrtok | 17.00 | Powerjoga s Monikou**

LADIES ECLUB | Info: www.ladyeclub.sk.

**utorok | 17.15 – 18.30 | Joga – zdravý chrbát**

GEMINI CENTRUM | info: 0944 548 885.

**utorok | 17.30 – 18.15 | Family yoga**

YOGA SHALA | Info: 0904 363 312.

**utorok, štvrtok | 17.50 – 18.50 | Cvičenie pilates pokročilí**

KC AKTIVITY | Info: 0905 705 431.

**utorok | 18.00 – 19.00 | Jemné cvičenie s relaxáciou**

KINO HVIEZDA | Info: 0910 196 456.

**utorok | 18.15 – 19.15 | Kruhový tréning**

ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

**utorok, štvrtok | 18.15 – 20.00 | Capoeira**

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

**utorok | 19.00 – 20.15 | Joga s Alenkou**

KC AKTIVITY | Info: 0903 271 444.

**streda | 18.00 – 19.00 | Bodywork a Tabata s Monikou**

KC AKTIVITY | Info: 0903 772 157.

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

KC AKTIVITY | Info: 0948 855 870.

**streda | 18.30 – 19.30 | Deep Work**

ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

**streda | 18.30 – 19.30 | Zumba**

KC AKTIVITY | Info: zumba-trencin.sk, 0903 949 966.

**štvrtok | 16.30 – 17.30 | Joga pre začiatočníkov**

KC AKTIVITY | Info: 0944 707 631.

**štvrtok | 18.00 – 19.00 | Body Work**

ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

**štvrtok | 19.00 – 20.00 | Cvičenie pilates začiatočníci a mierne pokročilí**

KC AKTIVITY | Info: 0905 705 431.

**piatok | 16.00 | Jemná joga**

YOGA SHALA | www.yogashala.sk.

**7., 21., 28. 11. | 18.30 – 19.30 | 14. 11. | 19.15 – 20.15 | Zumba s Petrou**

KC AKTIVITY | Info: 0903 94 99 66.

**10. 11. | 10.30 | Beh o pohár HoryZontov**

SLÁDKOVIČOVA ULICA | 6-kilometrové preteky centrom mesta a Brezinou.

**■ FESTIVALY****8. – 10. 11. | HoryZonty**

KINO HVIEZDA | 13. ročník festivalu dobrodružných filmov.

**■ TANEC****streda | 17.45 – 18.45 | Tance pre radosť**

SOKOLOVNÁ | Kolektívne a kruhové tance.

**24. 11. | 18.00 | Katarínsky BAL FOLK**

KD ZLATOVCE | Hrá kapela Drowsy Maggie.

**■ INÉ...****utorok | 17.00 – 20.15 | Klub spoločenských hier**

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

**streda | 18.00 – 21.00 | Hvezdáreň v Trenčine**

GYMNÁZIUM Ľ. ŠTÚRA | Pozorovanie objektov nočnej oblohy pomocou astronomických ďalekohľadov spojené s prednáškou. Viac na www.hvezdaren.tnuni.sk.

**piatok | 16.00 – 19.00 | Skauting na juhu**

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

**2. – 30. 11. | Burza kníh**

VKMR JASELSKÁ | Jedinečný spôsob, ako získať literatúru za symbolický poplatok.

**3. 11. | Celoslovenské stretnutie numizmatikov**

POSÁDKOVÝ KLUB | Stretnutie numizmatikov spojené s burzou a aukciou numizmatického materiálu.

**3. 11. | 14.00 – 20.00 | Čerti na Trenčianskom hrade**

TRENČIANSKY HRAD | Program vhodný od 12 rokov.

**5. 11. | 19.00 | Večerné zamyslenia**

REFEKTÁR PIARISTICKÉHO GYMNAZIA | Zamyslenia spojené s diskusiou s rektorom Kostola piaristov, Petrom Franekom.

**8., 22. 11. | 18.00 – 20.00 | Meditácia v pohybe**

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

**9., 16. 11. | 17.00 – 20.00 | Mohendžodáro – tantrajoga pre ženy**

KC AKTIVITY | Posvätné tantrické cvičenie vychádzajúce zo starodávnej indickej tradície. Info: 0948 609 701.

**14. 11. | 15.30 | Voľná beseda o leteckých zážitkoch našich členov**

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub letcov a parašutistov SLZ.

**17. 11. | 9.30 – 12.00 | Čakrová meditácia s tibetskými miskami**

GEMINI CENTRUM | Odblokovanie čakier tibetskými miskami, ktoré dokážu zbaviť chronických bolestí, migrény a pod. Rezervácie: geminicum.sk, 0944 548 885.

**17. 11. | 10.00 | Rodinný výlet**

KOSTOL SV. RODINY | Výlet na Tematín pre deti aj dospelých.

**23. 11. | 18.30 – 20.00 | Kundalini meditácia**

GEMINI CENTRUM | Praktizovaním Kundalini meditácie sa rozpadajú duševné úzkosti, sexuálne aj emocionálne problémy. Rezervácie http://geminicum.sk/rozvrh, 0944 548 885.

**24. 11. | Burza starožitností a Gazdovské trhy**

EXPO CENTER | Burza starožitností, rôznych zberateľských predmetov, zaujímavostí a Gazdovské trhy.

**25. 11. | 15.15 – 16.15 | Abadá Capoeira**

OC LAUGARICIO | Ukážky brazílskeho bojového umenia. Súčasťou bude aj workshop pre verejnosť.

**30. 11. | 10.00 | Literárna súťaž Jozefa Braneckého**

VKMR HASIČSKÁ | Slávnostné vyhodnotenie výsledkov XXVI. ročníka celoslovenskej literárnej súťaže Jozefa Braneckého „Štúňa sa tajne s dažďom zhovára“.

**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.geminicum.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 Kultúrno-informačné centrum	Mierové námestie 9, 032/ 6504 709, 650 47 11, 650 47 12
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.expo-center.sk
YOGA SHALA	Osloboditeľov 667/1A, 0944 394 471, yogashala.sk
ZUŠ K. PÁDIVÉHO	Základná umelecká škola K. Pádivého, Nám. SNP 2