

FESTIVAL SLOBODY A DEMOKRACIE

7. – 17. november 2024



Kam v Trenčine november 2024

■ DIVADLO

12. 11. | 19.00 | **Monodráma**

DRUŽBA DRAMA STUDIO | Monodráma Kamila Bystrického.

17. 11. | 19.00 | **SND: Akcia B – rozprávanie o mlčaní**



HVIEZDA | Divadelné predstavenie inšpirované osudmi viac ako 600 slovenských rodín násilne vyštábovaných v 50. rokoch 20. storočia. Účinkujú: Zuzana Kocúriková, Martin Huba, Daniel Žulčák, Michaela Trokanová (ako host). Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

29. 11. | 19.00 | **Palo Seriš a Filip Teller: Improvizácie**

HVIEZDA | Divadelníci a komici Palo Seriš a Filip Teller idú spoločne na pódium.

30. 11. | 19.00 | **Ridina Ahmedová (CZ): Sádlo + diskusia po predstavení**

DRUŽBA DRAMA STUDIO | Predstavenie pre ženu a okolie s názorom. Ako sa hodnotenie samej seba premieňa v závislosti od toho, ako ma hodnotí okolie?

1. 12. | 17.00 | **Perinbaba**

HVIEZDA | V rozprávkovom muzikáli vás budú pribehom Jakuba a Alžbetky sprevádzať láskavá Perinbaba, kmotra Zubatá, veselí komedianti a iné postavy.

■ KONCERTY

9. 11. | 19.00 | **Pavol Hammel Trio**

HVIEZDA | Koncert speváckej a gitarovej legendy Pavla Hammela v spoločnosti svojich hostí: gitaristu Juraja Buriana a klaviristu Petra Preložníka.

9. 11. | 20.00 | **DVA (CZ) + Veneer KLUB LÚČ** | Koncert kapely DVA (Jan Kratochvíl a Barbora Ungerová) a VENEER.

10. 11. | 18.00 | **Festival Hudba pod Hradom: Husľový koncert REFLEKTÁR PIARISTICKÉHO GYMNÁZIA** | Záverečný koncert v rámci festivalu Hudba pod Hradom – Jeseň v podaní Milana Pala – husle, Kataríny Palovej – klavír.

12. 11. | 18.00 | **Knižná galaxia – Čierne diery a Hlava 5: Sochy Trenčína**

HVIEZDA | Knižná galaxia spojená s krsťom knihy, diskusiou a koncertom. Diskusia: Umenie vo verejnom priestore. Hudobný host: Michal Berec. Vstup zdarma.

13. 11. | 19.00 | **Disident dnešnej doby & verše z ulice**

KLUB LÚČ | Mohammed El-Susi je raper, hudobný producent a grafický dizajnér z Gazy v Palestíne, ktorý získal štatút ICORN umelca. V Klube Lúč vystúpi s Tomášom Strakom, básnikom, spisovateľom, performerom, výtvarníkom a tvárou slovenskej Slam Poetry. Slam poetry je populárny žáner básnického prejavu, v ktorom účastníci súťažia o sympatie publika prednesom ich vlastných básní. Vstup zdarma. Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

15. 11. | 18.00 | **Pocťa Ľubovi Dzuríkovi**

PIANO CLUB | Benefičný koncert trenčianskych kapiel a priateľov ako spomienka na zakladateľa trenčianskej legendárnej kapely Chór vážskych muzikantov. Predstaví sa CHVM, Michal Kaščák + Vydrapená bužírka, Cpt. Slice, Šmox a ABnormál.

15. 11. | 18.00 | **Story & Milan Kňažko**

HVIEZDA | Milan Kňažko nie je len líder Novembra 89 a skvelý herec, ale aj výborný spevák s osobitým výrazom. Skladateľ, textár a hudobník Marián Zima je dušou autorského projektu Story, v rámci ktorého sa mu podarilo spojiť kvalitnú pôvodnú tvorbu so zavedenými spevákmi a hudobníkmi. Vstup zdarma. Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

15. 11. | 19.30 | **Mikoláš Chadima & MCH Trio, XAFOO a Teória odrazu**

HVIEZDA | MCH Trio – projekt pôvodne zostavený z rôznych variácií hráčov MCH Bandu, starých páskových i elektronických slučiek a obrazovej projekcie. Teória Odrazu – legendárna rock-alternatívna skupina z Kysúc, ktorá pôsobila na česko-slovenskej scéne v rokoch 1988 – 1993 a 2012. Pri príležitosti 35. výročia vzniku sa obnovila a vydala aj štúdiový CD album spolu s remastrovaným koncertom „...A basta fidiť?! / Live '92“ (Hvhetia 2024), na ktorom ako hostia hrajú Mikoláš Chadima, Vladimír Merta či Richard Rybníček (Bez ladu a skladu). Na koncerte vystúpi pôvodní členovia TO!: Peter „Šteko“ Štekláč (spev, poľnica), Peter „Varso“ Varsavik (gitarra), Julo Fújak (basgitarra, hlas) a Vlado Šustek (bicie); ako hostia s nimi vystúpi spomínaný Rybníček a Edo Fújak (gitarra). XAFOO – Špinavý, to vraj v jednom dialekte svahilštiny znamená slovo „xafoo“ a práve takto pomenovali spoločný intermedialno-hudobný projekt bardí českej a slovenskej alternatívy Mikoláš Chadima (Extempore Kilhets, MCH Band, MCH Trio) a Július Fújak (Teória Odrazu, OTRAS, tEóRia OTRASu), ktorý vznikol roku 2009 pri príležitosti 20. výročia Nežnej revolúcie. Ich hudobno-improvizačný dialóg sa odohráva na pozadí videoprezentácie

fotografií dokumentujúcich kolaborantstvo európskeho kléru počas 2. svetovej vojny či špiclovanie disentu príslušníkmi ŠtB v uliciach Prahy počas reálneho socializmu 70./80. rokov 20. storočia. Vstup zdarma. Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

15. 11. | 21.00 | **Oldschool Newschool feat. Breaking Soundz!**

KLUB LÚČ | Tento večer sa spoja silné beats a skvelý DJ's do jedného nezabudnuteľného zážitku.

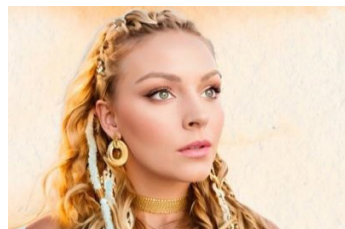
17. 11. | 14.00 – 17.00 | **Opatovské heligónky**

KS OPATOVÁ | Medzinárodné stretnutie harmonikárov a heligónkárov. Programom sprevádza Jan Grabec.

17. 11. | 20.00 – 21.00 | **Moonlight concerts**

EVANJELICKÝ KOSTOL | Vypočujte si to najlepšie z filmovej hudby v prostredí kostola, kde tisíce sviečok vytvárajú nádhernú scénu. Hudobné teleso: Ister String Quartet (sláčikové kvarteto).

20. 11. | 19.00 | **Barbora Švidraňová a BFB**



HVIEZDA | Koncert žilinskej rodáčky, speváčky a herečky Barbory Švidraňovej, s jej vlastnou tvorbou v podaní kapely, ktorú založila v roku 2015 spolu s jej bratom Šimonom a jeho partiou skvelých hudobníkov z Martina a Žiliny. Odznejú skladby z ich debutového albumu Fénix (2016), Barborine neskoršie sólové single aj jej najnovšia tvorba.

21. 11. | 17.00 | **Silvester – verejná televízna nahrávka TV Šláger**

PIANO | Televízna nahrávka TV Šláger s občerstvením a tancovačkou.

22. 11. | 19.00 | **Oldies Night**

HASIČ PUB | Príďte si vychutnať najväčšie hity 90-tych rokov. Vstupné dobrovoľné.

22. 11. | 19.00 | **Katarína**

Knechtová – Svetý tour 2024

POSÁDKOVÝ KLUB | Speváčka predstaví svoje skladby v špeciálnych úpravách a hudobnom prevedení tak, ako ste ich doteraz ešte nemali možnosť zažiť.

23. 11. | 20.00 | **Nina Kohout: Gentle Autopsy tour**

KLUB LÚČ | Koncert speváčky, skladateľky a producentky Niny Kohout, ktorá vo svojej hudbe spája tajomné odtienky

■ NEDAJTE SI UJST

7. – 9. 11. | **HoryZonty 2024**



POSÁDKOVÝ KLUB | Festival dobrodružných filmov HoryZonty sa v meste pod Trenčianskym hradom uskutoční už po devätnástykrát. Ponúkne výber 24 outdoorových a horských filmov z dvanástich krajín sveta.

7. – 17. 11. | **Festival slobody a demokracie**

RÔZNE MIESTA TRENČÍN | Multizánrový medzinárodný festival, ktorý pripomína obdobie neslobody na Slovensku. Čaká na vás bohatý program plný filmov, výstav, koncertov a diskusií so zaujímavými hosťami. Príďte si pripomenúť dôležité okamihy našej histórie a diskutovať o význame slobody a demokracie dnes. Organizátorom Festivalu slobody a demokracie je mesto Trenčín. Festival je financovaný z grantov EHP a Nórska.

■ KINO

10. 11. | 16.00 | **ArtKino Metro: Sobík Niko a cesta za polárnu žiaru**

HVIEZDA | Sobík Niko sa túži stať členom Santových lietajúcich posíl. Namiesto toho však stratí Santove sane a pri snahe získať ich späť sa naučí, aké dôležité je priateľstvo a robiť veci po svojom.

10. 11. | 17.30 | **ArtKino Metro: Poklad**

HVIEZDA | Film rozpráva príbeh nielen o hľadaní legendárneho a dávno strateného zlatého pokladu, ale aj o láske a spoločnej ceste, ktorú dvaja hlavní hrdinovia zdanlivo stratili.

10. 11. | 19.15 | **ArtKino Metro: Beetlejuice Beetlejuice**

HVIEZDA | Beetlejuice je späť! Po nečakanej rodinnej tragédii sa tri generácie rodiny Deetzovcov vracajú domov do Winter River.

11. 11. | 18.00 | **Klubové kino: Vtáčnik**

HVIEZDA | Film Vtáčnik preniká do života obyvateľov jednej bratislavskej štvrte. Fragments lokálnych príbehov obyvateľov štvrte s príznačným názvom Vtáčnik sa miešajú so spomienkami režisérky Evy Krížkovej

KINO

na detstvo a úvahami o vtáčom spoločensťve. Po skončení filmu sa uskutoční diskusia s hosťami, medzi ktorými nebude chýbať ani režisérka filmu Eva Križková. V úlohe moderátora bude hosť sprevádzať Omar Mirza.

12. 11. | 16.30 | ArtKino: Keď sa svetlo zlomí

HVIEZDA | Mladý chlapec a dievča sa do seba zamilujú. Ich vzťah sa môže stať oficiálnym, keď sa on rozide so svojou súčasnou priateľkou. Sľúbi, že tak urobí, ale skôr ako sa tak stane, zmrie pri dopravnej nehode.

12. 11. | 18.00 | ArtKino: Poklad
HVIEZDA | Film rozpráva príbeh nielen o hľadaní legendárneho a dávno strateného zlatého pokladu, ale aj o láske a spoločnej ceste, ktorú dvaja hlavní hrdinovia zdanlivo stratili.

12. 11. | 19.45 | ArtKino: Tatami
HVIEZDA | Iránska judistka Leila a jej trénerka Maryam prichádzajú na majstrovstvá sveta v jude s odhodlaním získať pre Irán zlatú medailu.

13. 11. | 16.00 | ArtKino Metro: Za horami

HVIEZDA | Rafík je zúfalý človek. Po prepustení z tuniského väzenia, kde si odsedel štyri roky za zdemolovanie kancelárie, v ktorej pracoval, je teraz presvedčený, že vie lietať, a napriek skepse svojej rodiny je odhodlaný dokázať svojmu malému synovi Yassinovi, že jeho vízia je skutočná.

13. 11. | 17.45 | ArtKino Metro: Janžurka

HVIEZDA | V dokumentárnom portréte je Iva Janžurová – ikona českého filmu, televízie a divadla – nazeraná citlivým pohľadom svojej dcéry, dokumentaristky Theodory Remundovej.

13. 11. | 19.45 | ArtKino Metro: Výnimočný stav

HVIEZDA | Rozhlasový spravodajca Karol priľieta na otocov z Blízkeho Východu do Prahy. Má podozrenie, že ho jeho priateľka Marta podvádza s mladým kolegom z redakcie.

16. 11. | 19.00 | Filmový večer (ne)slobody

HVIEZDA | Filmová prehliadka, ktorá sprostredkuje život v čase totality. Ponúka dva dokumenty z dielne Ústavu pamäti národa (November +20, Prežili sme gulag) a kultový trhák s Janom Potrěšilom, Romanom Skamene a Tomášom Hanákom Bony a klid. Vstup zdarma. Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

20. 11. | 17.30 | Artmax Balet Onegin

CINEMAX | Puškinov najznámejší príbeh o neopätovanej láske v krehkom, dojemnom tanečnom predstavení vás chyť za srdce.

22. 11. | 16.30 | ArtKino Metro: Mój kamarát tučniak

HVIEZDA | Očarujúce dobrodružstvo o malom stratenom tučniakovi.

22. 11. | 18.15 | ArtKino Metro: Hypnóza

HVIEZDA | André a Vera sú partneri nielen v súkromí, ale aj v podnikaní. Všetko podriaďujú vlastnému start-upu. Ich uhladený osobný život musí vyhovovať všetkým škatuľkám, ktoré vedú k úspechu.

starého slovenského folklóru, vážnej hudby a sviežosť temnej elektroniky.

25. 11. | 18.00 | ABBA Slovakia tour 2024

POSÁDKOVÝ KLUB | Koncert tribute kapely.

28. 11. | 20.00 | Korben Dallas / Turné Pohyb!

HVIEZDA | Kapela Korben Dallas vydala nový album Pohyb! Na jar ho predstavila fanúšikom na klubovom turné, na jeseň ale vyráža do klubov znovu.

VÝSTAVY

4. – 30. 11. | Slovenské poštové známky

POSÁDKOVÝ KLUB | Filatelistická výstava.

5. – 27. 11. | Celorezortné súťažné prehliadky FotoAtak 2024 a Galéria MIL 2024

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: PÚ Liptovský Mikuláš v spolupráci s PK Trenčín.

5. 11. – 31. 12. | Príroda, životné prostredie a deti

KC SIHOŤ | Výstava prác žiakov SZUŠ Gařarínova 7.

7. 11. – 10. 12. | 61. MÉTA

TSK | Výstava fotografií fotokupiny MÉTA.

7. – 21. 11. | Timotej Križka: Pokojní v nepokoji

MIEROVÉ NÁMESTIE A KIC | Timotej Križka niekoľko rokov navštevoval ženy a mužov, politických väzňov, ktorí na sklunku svojho života hovorili o rokoch strávených vo väzení počas komunizmu. Za to, že sa stretávali, študovali alebo len jednoducho žili podľa svojho presvedčenia. Do knihy a na výstavu vybral svedectvá tých, ktorých pobyt vo väzení nezlomil a napriek nepravosti, ktorá bola na nich spáchaná, si zachovali vnútornej slobodu. Ich tváre a príbehy ukazujú, že medzi vonkajšou neslobodou a vnútorným postojom existuje priestor úplnej slobody duše. Svedčia o tom, že vnútro človeka tvaruje jeho zovňajšok a že aj v nepokoji je možno nájsť hlboký pokoj. Výstava sa koná v rámci Festivalu slobody a demokracie, ktorý organizuje mesto Trenčín a je financovaný z grantov EHP a Nórska.

do 9. 11. | Príbehy na stenách: Ilustrácie ožívajú

GMAB | Ilustrácie na stenách galérie odhaľujú skryté príbehy a charaktéry, ktoré vytvorili slovenskí a nórski ilustrátori.

do 10. 11. | Pozri, čo mi rastie pod posteľou

GALÉRIA FOR MAAT | Výstava, ktorej témou je vnútorné prežívanie, sociálne fóbie a strachy, ktoré každý človek v rôznej miere prežíva.

14. 11. – 1. 2. | Navečer vstúpili do ateliéru deti

GMAB | Výstava zo zbierok Galérie M. A. Bazovského predstaví diela, ktorých hlavným námetom sú deti a ich svet. Zobrazovať deti nie je len ženská záležitosť, ako by sa mohlo zdať na základe zaužívaných stereotypov. Dieťa je pre umelca zaujímavým objektom či už pre svoju bezprostrednosť, inú proporcionálnu tela alebo pre náročnosť zachytenia, keďže neobsedá na jednom mieste príliš dlho. Galéria má vo svojom depozitári zastúpenú tému dieťaťa vo všetkých médiách – maľba, grafika, kresba, socha, fotografia.

15. – 24. 11. | Skúška svetiel

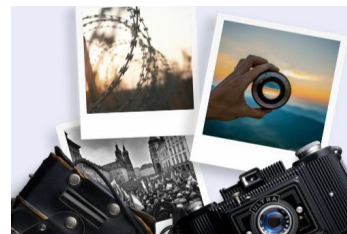
MIEROVÉ NÁMESTIE | Mierové námestie v inom svetle. Svetelnú inštaláciu pre Trenčín navrhol český umelec Lukáš Dřevjaný alias oxoo, ktorý pri tvorbe

používa obrazovky, pohyblivé svetlá či lasery. Svetlo je preňho prostriedkom, ako prinášať silné zážitky. Nebude to inak ani v Trenčíne. Jeho osem metrov vysoká inštalácia bude prvou tejto veľkosti v našom meste. Zároveň pôjde o interaktívne dielo. To znamená, že čo sa na inštalácii zobrazí, budú priamo ovplyvňovať ľudia svojím pohybom. Skúška svetiel sa začne v piatok 15. novembra o 19.30. Nasledujúce dni poskytnú zážitok od 10.00 do 22.00, a to až do nedele 24. novembra. Potom ju vymení tradičný vianočný stromček. Skúška svetiel je ochutnávkou Light Art Festivalu Trenčín (LAF), ktorý vzniká vďaka Európskemu hlavnému mestu kultúry Trenčín 2026 a pripravuje ho trenčianske občianske združenie TRAKT. Prvý ročník Light Art Festivalu Trenčín si budete môcť naplno naplniť už o pár mesiacov, v apríli 2025.

do 17. 11. | Barbara Celjská

TRENČIANSKY HRAD | Výstava vznikla pri príležitosti 600. výročia nadobudnutia Trenčianskeho hradu jednou z najmocnejších panovníčok stredoveku Barbore Celjskou. Výstava je tiež obohatená o nádherný dokument o Barbore Celjskej, o jej pôvode, živote i povestiach s ňou spájaných.

17. – 25. 11. | Sloboda



HVIEZDA | Fotografii žijúci v mestách Trenčín a Bodo vystavujú fotografie, ktoré vznikli v rámci otvorenej výzvy Sloboda, súvisiace s projektom KULTÚRA SPÁJA – TREFØ VIAC KULTÚRY, podporeného z Grantov EHP a Nórska. V novembri uplynie tridsaťpäť rokov od Nežnej revolúcie (1989). Túto udalosť si pripomíname výstavou fotografií, ktorých spoločným motívom je SLOBODA. Jedno krátke slovo, ktoré každý z autorov chápe a vo svojich fotografiách stvárnil po svojom. Vznikol súbor fotografií, ktorý ponúka porovnanie vnímania slobody fotografiami u nás a autorov žijúcich v Nórsku. Kurátorský výber fotografií bude slávnostne predstavený 17. novembra 2024 počas vernisáže v Kultúrno-kreatívnom centre Hviezda v Trenčíne a neskôr vo verejnej knižnici Stormen bibliotek v partnerskom meste projektu Bodo v Nórsku. Na vernisáži v KKC Hviezda vystúpi Komorný orchester mesta Trenčín so skladbami, ktoré spája téma slobody. Vstup zdarma. Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

do 31. 1. | Výstava Nová Dubnica alias Vorošilov

GMAB | Nová Dubnica mala v čase svojho vzniku fungovať ako modelové ideálne mesto s množstvom výtvarných prvkov a zelene. Bola navrhnutá významným českým architektom a národným umelcom Jiřím Krohom, výstavba prebiehala od 1951 do 1956.

do 2. 2. | Čaro objavovania – od hieroglyfov k Tutanchamónovi

TRENČIANSKY HRAD | Výstava, ktorá vznikla v spolupráci s Českým egyptologickým ústavom, vás oboznámi s počiatkami egyptológie.

do 2. 2. | Egypt – dar Nílu

TRENČIANSKY HRAD | Výstava prezentuje repliky najkrajších a najznámejších egyptských artefaktov zo súkromnej zbierky cestovateľa Jána Hertlíka.

DETI

1. – 30. 11. | Tancujúce tigríky – detská tanečná škola

TANCUJÚCE TIGRÍKY | Výučba tancov pre najmenšie deti vo veku 1,5 – 6 rokov. Prihlásenie a rozvrh: www.tancujuce-tigricky.sk.

1. – 30. 11. | LEGO krúžok v KreaTivo

KREATIVO | Pre deti od 4 – 12 rokov. Vopred potrebná rezervácia na 0918 883 505

8. 11. | IV. kolo detských cyklopretekov

TRENČÍN | Pre všetkých malých milovníkov cyklistiky vo veku od 0 – 13 rokov. Tentokrát sa bude súťažiť v „jazde zručnosti“. Stretne sa na trávnatej ploche medzi plavárňou, basketbalovým ihriskom a malým železničným podchodom. Pred pretekmi je potrebné sa zaregistrovať na www.divozdruzenie.sk.

10. 11. | 16.00 | Detský divadelný klub: Jano a drak

KLUB LUČ | Klasická, marionetami hraná rozprávka o odvážnom Janovi, nešťastnom kráľovi a princeznej v problémoch. O popletenej mamičke, lakomom barónovi a kúzelnjej babičke. O kráľovej cvičenej žabe, o dreve, ktoré rastie ďaleko. O silnom mlynárovi a jeho rieke. Ale hlavne o láske a obetavosti a taktiež o tom, že aj veľká smola sa môže zmeniť v nečakané šťastie.

14., 28. 11. | 9.30 – 11.30 | Galeriko

GMAB | Veselé tvorivé stretnutie pre deti do 5 rokov a ich rodičov. Deti sa hravým a zábavným spôsobom oboznámujú s výtvorným umením.

15. 11. | 17.00 | Lampiónový sprievod sv. Martina

FARSKÝ KOSTOL NARODENIA PANNY MÁRIE | Víťani sú hlavne škôlkari a žiaci 1. stupňa základných škôl, no potešíme sa aj mamičkám s nosičmi, ako aj väčším deťom a mládeži. Tradícia sprievodov je inšpirovaná priateľským gestom sv. Martina, ktorý sa podelil na ceste s chudobným o svoj plášť, čím v ňom zapálil svetlo nádeje a lásky.

16. 11. | 16.00 – 17.30 | Bál stríg a strigónov

KD ZLATOVCE | Pozývame deti (od 5 rokov) a ich rodičov na BÁL stríg a strigónov. Pretancujeme sa svetom s Tancami pre radosť. Potrebné prihlásenie: 0910 196 456.

17. 11. | 14.00 – 16.00 | Detské dielničky

HASIČ PUB | Nedela s programom pre našich najmenších. Detičkám sa povenujú lektorky, no a rodičia si zatiaľ môžu odýchnuť pri káve či drinku. Vstupné je dobrovoľné.

21. 11. | 16.30 – 17.30 | Zaži galériu

GMAB | Zažite spolu s deťmi galériu. Spoločná prehliadka doplnená úlohami a malým tvorením priamo vo výstavných priestoroch. Pre deti do 8 rokov v sprievode rodičov.

utorok | 16.45 – 17.45 | Happy Kiddo – rozvoj osobnosti detí

ŠTÚDIO NEW YOU | Učíme deti zamerať pozornosť správnym smerom. Vďaka tomu sú pokojnejšie, šťastnejšie, vyrovnanejšie a sebavedomejšie. Zlepšujú sa v škole. Zvládajú svoje emócie bez toho, aby ich potlačali. Kontakt: 0905 393 872, mail: bea@newyou.sk, www.newyou.sk

štvrtok | 16.00 – 18.00 | Neboj sa remesla pre deti

KD ZLATOVCE | Celoročné tvorivé dielne

pre deti od 10 – 15 rokov. Prihlasovanie na: www.nebojsaremesla.sk/deti2024

SENIORI

pondelok | 18.00 – 20.00 |

Hudobné pondelky v Perle

REŠTAURÁCIA PERLA | Posedenie pri pesničke a kavičke alebo pohárikú vína. Na heligónke hrá a spieva Jan Grabec. Rezervácie miest na tel: 0902 091 441

5., 19. 11. | 9.00 – 11.30 | Ateliér pre seniorov

GMAB | Rôzne témy a techniky prepojené s vystavenými dielami.

12. 11. | 13.30 | Seminár Akadémie tretieho veku

TRENČIANSKA UNIVERZITA | Program: Privítanie, predstavenie hostí. Očné choroby – MUDr. Ľuboš Fraňo, očný lekár, súkromná očná klinika Berlín. Padajúce hviezdy – RNDr. Zdenka Baxová, stredoškolská profesorka, Gymnázium Ľ. Štúra Trenčín. Plasty, odpady z plastov, ich zber a spracovanie – Ing. Miroslav Zavřel, zástupca spol. Marius Pedersen. Predaj.

9. 11. | 15.30 – 18.00 | Strava ako základ zdravia psov a mačiek

HVIEZDA | Prednáška o správnej výžive psa a mačky. Prednášajúci: MVDr. Petra Domesová. Predaj vstupeniek online alebo v KIC Trenčín.

PREDNÁŠKY

7., 21. 11. | 17.00 | Komentovaná prehliadka výstavy Nová Dubnica alias Vorošilovo

GMAB | Komentovaná prehliadka výstavy s jej autorkami. Vstup voľný.

8. 11. | 17.00 – 20.00 | Podpora svojej pľúca a hrubé črevo

TVORIVÝ ATELIER MELISSIA | Rád by si podporil svoje pľúca a hrubé črevo podľa ich prírodnej biorytmu? Info: 0907493654

9. 11. | 15.00 | Keňa, Tanzánia a Zanzibar

KAVIAREŇ NA CESTE | Cestovateľská prednáška Michala Floriša.

12. 11. | 17.00 | Jozef Golonka – Rebel s číslom 9

VKMR – HASIČSKÁ | Beseda so spisovateľkou a novinárkou Marikou Studeničovou a hokejovou legendou Jozefom Golonom spojená s prezentáciou ich spoločnej knihy s podtitulom Rebel s číslom 9. Rezervácia miest: info@vkmr.sk.

14. 11. | 18.00 | O slobode s Havranom



HVIEZDA | Diskusiu o tom, ako sa nám pred 35 rokmi otvorila sloboda a ako sa nám ju darí žiť, povedie spisovateľ a skúsený moderátor diskusných večerov Michal Havran. S hosťami sa bude rozprávať o časoch rozpadu železnej opony v Európe, jeho príčinách a dôsledkoch v kontextoch slovenských a nórskeho reálií. Diskutovať budú Kristenn Einarsson (NO), prezident WEXFO (World Expression Forum – Svetové fórum slobody prejavu), Beáta Balogová (SK), novinárka, šéfredaktorka SME, Jozef Gertlík Dangler (SK),

ilustrátor, maliar a autor komiksov. Vstup zdarma. Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

16. 11. | 17.00 | Juraj Malíček:

O popkultúre Husákových detí

HVIEZDA | Slovenský teoretik popkultúry, publicista, estetik, filmový kritik a vysokoškolský pedagóg na Filozofickej fakulte Univerzity Konštantína Filozofa v Nitre Juraj Malíček porozpráva o filme, hudbe a mnohých ďalších aspektoch kultúry obdobia normalizácie v Československu. Vstup zdarma. Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

19. 11. | 18.00 | Prieniky s Hanou Lasicovou a Luciou Molnár Satinskou



HVIEZDA | Príďte sa stretnúť s Hanou Lasicovou a Luciou Molnár Satinskou! Budeme hľadať spoločné prieniky, dozvieme sa, ako sa im darí v ich profesii, ako sa k nej dostali, kto im pomohol, čo ich teší a čo čaká, aké majú záľuby a názory. Moderuje Ivan Ježík z Voices. Stáleho hudobného hosťa Ericha Vladára (klavír) doplní Jozef Brindzák (kontrabas) a Veronika Staňková (husle).

21. 11. | 18.00 | Pavel Klusák: Gott, Československý príbeh

KLUB LÚČ | Audiovizuálny program, ktorý nadväzuje na rovnomennú úspešnú knihu, ktorá sa stala laureátom ceny Kniha roku v Literárnych cenách Magnesia litera v roku 2022. Program prináša celý rad menej známych skutočností z kariéry najväčšej hviezdy Československa, a to ako z hudby samotnej, tak aj z kultúrnych, spoločenských a politických súvislostí doby. Stretnite sa s publicistom, ktorý skúmal Gottove archívy niekoľko rokov, vie o ňom ako málokto – a dokáže príbeh speváka sugestívne odovzdať.

22. 11. | 17.30 – 20.00 | Nástrahy a príležitosti v technickom svete

GALÉRIA VÁŽKA | Novovzniknutá trenčianska technická komunita pozýva na panelovú diskusiu s témou: „Nástrahy a príležitosti v technickom svete“. Diskutovať prídu Tomáš Jánošík (TECHSIM), Peter Pecho (Sygic a iné), David Scherhauser (Startup funding specialist) a Ľuboš Lahký (Dedoles). Víťaní sú všetci, ktorých zaujíma téma, komunita, alebo stretnutie s hosťami. Vstup voľný, registrácia potrebná na <https://lu.ma/3ron43di>. Viac info na stránke registrácie.

KURZY

1. – 30. 11. | Neboj sa remesla

KD ZLATOVCE | Kurzy tradičných remesiel pre dospelých. Viac informácií a prihlasovanie: www.nebojsaremesla.sk

štvrtok | 19.15 – 20.15 |

Meditujeme – meditácie na každý deň

ŠTÚDIO NEW YOU | Vstup do oázy pokoja a relaxácie, kde sa starosti a napätie rozplynú. Nechaj sa pohliadiť kódmi svetla, unášať zvukmi vedenej meditácie a objav krásu vnútorného pokoja. Prihlásenie: 0905 393 872, bea@newyou.sk, www.newyou.sk

1. – 30. 11. | Kurzy tradičných remesiel – Paličkovaná čipka

KD ZLATOVCE | Kurz je vhodný pre dospelých – začiatočnikov a mládež. Kurz je zameraný na spoznanie paličkovanej čipky do hĺbky, naučenie sa rôznych typov väzieb a ich obmieňanie či použitie rôznych ozdôb. Viac informácií a prihlasovanie: www.nebojsaremesla.sk

utorok | 19.15 – 20.15 | Chi Kung – 8 brokátov pre zdravie, krásu a dlhovekosť

ŠTÚDIO NEW YOU | Vítame všetkých, ktorí túžia objaviť vlastnú cestu k dlhovekosti, pokoju tela a mysle, zlepšiť svoju postavu a nájsť hlbokú relaxáciu v každom pohybe. Prihlásenie: 0905 393 872, mail: bea@newyou.sk, www.newyou.sk

5., 19. 11. | 16.00 – 18.30 | Večerný ateliér pre dospelých

GMAB | Tvoriť stretnutia pre všetkých priaznivcov výtvarného umenia.

9. 11. | 14.00 – 16.00 | Workshop živica

KAVIAREŇ CILINN | Workshop výroby živicových obrazov, kde si osvojíte modernú a fascinujúcu techniku práce s epoxidovou živicom. Počet miest je obmedzený, preto sa prihláste na 0908 990 460.

9. 11. | 17.30 | Tvorba keramiky

BRANECKÉHO 14 | Kurz, kde si vlastnými rukami vytvoríte originálne umelecké diela, ktoré môžete nielen obdivovať, ale aj používať v každodennom živote. Prihlásenie: cilincin@gmail.com 0908990460

23. 11. | 14.00 – 17.00 | Workshop: Adventný veniec

HASIČ PUB | Predvianočný workshop v spolupráci s One Decor, kde si môžeš vytvoriť svoj vlastný adventný veniec. Prihlášky na 0902 495 550.

23. 11. | 14.30 | GUA SHA workshop

CHILLIN_ART_TN | Workshop s certifikovanou terapeutkou tradičnej čínskej medicíny Barborou Nemčík. Objav tajomstvá krásy pomocou gua sha omladzovacích techník čínskej medicíny a nauč sa dosiahnuť vonkajšiu i vnútornú harmóniu. Rezervuj si svoje miesto: 0948205064

26. 11. | 16.00 | Workshop Novodubnické mozaiky

GMAB | Workshop mozaiky inšpirovane mozaikami v Novej Dubnici. Vstup voľný. Na podujatie je nutné sa prihlásiť cez prihlasovací formulár na webovej stránke www.gmab.sk. Max. 10 účastníkov.

30. 11. | 15.00 | Kurz výroby vianočného venca

CHILLIN_ART_TN | Počas kurzu budete mať k dispozícii prírodný materiál vrátane eukalyptu, rôznych prírodných dekorácií a vianočných ozdôb, ktoré dodajú vášmu vencu jedinečný vzhľad. Prihlásenie na 0908 990 460.

ŠPORT

pondelok | 19.00 | štvrtok | 17.45

| Strong s Peťou

KS OPATOVÁ | Tréning s váhou vlastného tela. Info: 0903 949 966, zumba-trencin.sk. Facebook: ZUMBA Peta Trenčín

pondelok, streda | 17.45 | Zumba s Peťou

KS OPATOVÁ | Tanečná fitness hodina plná energie, skvelej hudby a dobrej nálady. Info: 0903 949 966, zumba-trencin.sk

pondelok | 18.00 – 19.00 |

Jumping interval

LIONFITNESS | Dynamický tréning na profi

KINO

22. 11. | 20.00 | ArtKino Metro: Beetlejuice Beetlejuice

HVIEZDA | Beetlejuice je späť! Po nečakanej rodinnej tragédii sa tri generácie rodiny Deetzovcov vracajú domov do Winter River.

23. 11. | 16.00 | ArtKino Metro: Medvedík Panda v Afrike

HVIEZDA | Kdesi v Číne si spolu užívajú život pandie medvieda Pang a jeho kamarátka, dračica Jielong.

23. 11. | 17.40 | ArtKino Metro: Môj kamarát tučniak

HVIEZDA | Očarujúce dobrodružstvo o malom stratenom tučniakovi.

23. 11. | 19.30 | ArtKino Metro: Iný človek

HVIEZDA | Príbeh ťažko znetvoreného muža, ktorý dostane šancu na nový, lepší život.

26. 11. | 17.00 | ArtKino Metro: Hypnóza

HVIEZDA | André a Vera sú partneri nielen v súkromí, ale aj v podnikaní. Všetko podriaďujú vlastnému start-upu. Ich uhladený osobný život musí vyhovovať všetkým škatulkám.

26. 11. | 18.45 | ArtKino Metro: V KUCHYNI / be2can

HVIEZDA | Život v kuchyni newyorskej reštaurácie, kde sa počas obedňajšej špičky miešajú kultúry z celého sveta.

30. 11. | 16.00 | ArtKino Metro: VAIANA 2

HVIEZDA | Príbeh o odvážnom dievčati.

30. 11. | 17.45 | ArtKino Metro: Rok vdovy

HVIEZDA | Film rozpráva príbeh o odvahu, nádeji a sile začať znova po smrti životného partnera.

30. 11. | 17.45 | ArtKino Metro: Iný človek

HVIEZDA | Príbeh ťažko znetvoreného muža, ktorý dostane šancu na nový, lepší život.

ZÁPASY

do 17. 11. | Trenčianska hokejbalová liga

SIHOŤ ZA POLYFUNKČNOU BUDOVOU TERMION | V Trenčine sa hral súťažný hokejbal nepretržite 28 sezón, až kým neprišiel jeho postupný zánik. Po päťročnej pauze sa od roku 2023 snaží nová organizácia TNHL o jeho návrat. Liga sa hrá každú nedeľu na hokejbalovom ihrisku na Sihoti. Viac informácií, rozpis zápasov a kompletné štatistiky nájdete na stránke tnhl.sk.

17. 11. | 14.00 | BK AS Trenčín – Poprad

ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal, 1. liga ženy – tréningová hala.

23. 11. | 9.00 | BK AS Trenčín – Prievídza

ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal, staršie žiačky – tréningová hala.

23. 11. | 11.00 | BK AS Trenčín – Prievídza

ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal, staršie žiačky – tréningová hala.

30. 11. | 13.00 | BK AS Trenčín – Čaňa

ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal, juniori – tréningová hala.

trampolínkach. Info, prihlasovanie a aktuálny rozvrh na www.ivkafitaktivty.sk

utorok | 18.00 – 19.00 | **Body forming**

LIONFITNESS | Cvičenie vlastnou váhou. Info a prihlasovanie www.ivkafitaktivty.sk

streda | 18.00 – 19.00 | **Jumping interval/TABATA**

LIONFITNESS | Dynamický tréning na profi trampolínkach. Info a prihlasovanie na www.ivkafitaktivty.sk.

štvrtok | 18.00 – 19.00 | **Kruhový tréning (nielen) pre ženy**

LIONFITNESS | Kruhový tréning na posilnenie celého tela. Aktuálne informácie a prihlásenie na tréning na www.ivkafitaktivty.sk.

streda | 9.00 – 10.00 | **Fit mama**

LIONFITNESS | Pridaj sa a udržuj sa vo forme i počas materskej. Prihlásenie na www.ivkafitaktivty.sk, 0917 483 921.

1. – 30. 11. | **Jemné cvičenie s relaxáciou**

SOKOLOVNĀ | Pre ženy každého veku, prevenciu celého tela s následným uvoľnením mysle. Každý pondelok: 16.30 – 17.45 v Sokole Trenčín, každý utorok: 16.45 – 18.00 nám. sv. Anny 21 Trenčín, každú stredu: 18.00 – 19.15 v Kultúrnom dome Zlatovce. Potrebné prihlásenie: 0910 196 456.

utorok | 18.00 – 19.00 | **Chi Kung – prax pre zdravie, krásu a dlhovekosť**

ŠTÚDIO NEW YOU | Víťame všetkých, ktorí túžia objaviť vlastnú cestu k dlhovekosti, pokoju tela a mysle, zlepšiť svoju postavu a nájsť hlbokú relaxáciu v každom pohybe. Prihlásenie: 0905 393 872, mail: bea@newyou.sk, www.newyou.sk

streda | 17.30 | **Sebaobrana pre ženy**

OC JUŽANKA | Tréningy sú zamerané predovšetkým na nácvik základnej účinnej sebaobrany určenej pre ženy (všetky vekové kategórie nad 14 rokov) a na efektívne zvládnutie sebaobrany bez zbrane. Kontakt: 0904481001.

nedeľa | 8.30 – 10.00 | **Hatha joga**

TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE | Cvičenie s ohľadom na možnosti vášho tela a rešpektom k nemu.

sobota | 8.00 – 9.00 | **Ranná joga v štúdiu Váš guru zdravia**

ELEKTRICNÁ 334/11 | Lekcia je zameraná na harmonizáciu tela, ducha i mysle prostredníctvom jednoduchých jogových pozícií, dychových cvičení i meditácie.

pondelok | 15.30 | **Joga krok po kroku**

ELEKTRICNÁ 334/11 | Základné jogové pozície. Prihlásenie: 0908 455 859.

pondelok | 17.00 – 18.15 | **Joga v štúdiu Váš Guru zdravia**

ELEKTRICNÁ 334/11 | Lekcia jogy vhodná pre začiatočníkov i pokročilých.

pondelok, štvrtok | 19.00 – 20.00 | **Kalanetika pre ženy**

SOKOLOVNĀ | Osvedčený postup cvičenia na spevnenie všetkých svalových partií tela. Info: 0905 531 442, www.sokoltrencin.sk.

pondelok, štvrtok | 17.00 – 18.30 | **Sokolská všestrannosť deti (3 – 7 rokov)**

SOKOLOVNĀ | Základom pohybových aktivít detí a žiakov je gymnastika, atletika, cvičenia na trampolíne, hry a súťaže. Info: 0908 720 164, www.sokoltrencin.sk.

utorok | 17.30 – 19.00 | **Joga v dnešnom živote**

SOKOLOVNĀ | Telesné, dychové aj duševné cvičenia. Info: 0905 530 610, www.sokoltrencin.sk.

štvrtok | 14.00 – 15.00 | **Joga (nielen) pre seniorov**

DC SIHOŤ | Veľmi jemná joga určená začiatočníkom. Prihlasovanie a info: +421 908 455 859

štvrtok | 19.30 – 20.30 | **Basketbal pre dospelých**

SOKOLOVNĀ | Info: 0905 323 381, www.sokoltrencin.sk.

■ TANEČNÉ

pondelok | 17.45 – 18.45 | **Tance pre radosť**

SOKOLOVNĀ | Kolektívne a párové tance so striedaním partnerov. Potrebné prihlásenie: 0910 196 456.

utorok | 18.00 – 19.00 | **Body Groove**

TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE | Tanečné cvičenie vhodné pre mužov, ženy i deti. Prvá lekcia zdarma. Prihlasovanie: 0905 827 307.

piatok | 18.00 – 19.00 | **Kurz havajských tancov**

TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE | Kurz pre začiatočníčky. Prihlasovanie: 0908 506 611.

8. 11. | 19.00 | **Ladies Latino RnB Night**

HASIČ PUB | Ženy, prosecco, kokteily a obľúbené Latino a RnB rytmy.

16. 11. | 21.00 | **Balkan Bashavel, Malalata**

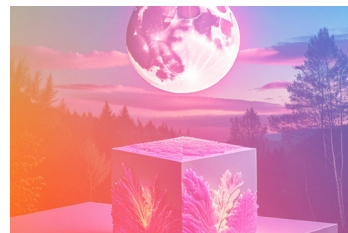
KLUB LÚČ | Koncert v rytmoch balkan beats, gypsy, reggae a world music.

■ INÉ...

9. 11. | 19.00 | **Get Busy: HipHop Edition**

HASIČ PUB | DJ Baxyman z Freestyle Boys Sound tentokrát „zabruší“ do HipHopu.

do 12. 11. | **Bienále Brezina**



LESOPARK BREZINA | Prvý ročník Bienále v lesoparku na Brezine. Spojenie súčasného umenia s prírodou v jedinečnom lesoparkovom prostredí mesta Trenčín. Projekt je zámerne cielený na náhodného diváka.

Diváci zažijú vizuálnu a zmyslovú hru prostredníctvom rôznorodých umelckých land-artových foriem. Umelci vytvoria jedinečný site-specific zážitok pre všetkých návštevníkov Breziny, turistov i obyvateľov mesta Trenčín. Výstava prenesie súčasné umenie z tradičného galerijného priestoru do verejného prostredia – do prírody – a zameriava sa na prepojenie ľudí s ňou. Viac informácií na stránke www.bienalebrezina.trakt.sk

13. 11. | 17.00 – 22.00 | **Večer spoločenských hier**

HASIČ PUB | Príďte si užijť náš úplne prvý večer spoločenských hier, večer plný zábavy, kde si môžete zahrať rôzne spoločenské hry.

15. 11. | 18.00 | **Tematický večer: Movie Songs**

HASIČ PUB | Tentokrát vám budú hrať k dobrému drinku počas celého večera najlepšie Movie Songy.

16. 11. | 16.00 | **Spomienka na obeť totality**

NÁMESTIE SV. ANNY | Položenie kvetov k Pamätníku obeť komunizmu. Podujatie v rámci Festivalu slobody a demokracie.

26. 11. | 15.00 | **Spoločenské posedenie KVV**

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Klub vojenských veteránov pri PK Trenčín.

22. 11. | 18.00 – 20.00 | **Ramivana – liečivá cesta zvukom – muzikoterapia**

ELEKTRICNÁ 334/11 | Nechajte sa uniesť relaxačnou cestou zvukom, plnou bohatých tónov Khoomei mongolských hrdelných spevov a harmonických hudobných nástrojov z celého sveta.

Tieto nádherné vibrácie putujú okolo a cez vaše telo, čo vám dovolí sa uvoľniť a ísť hlboko na vašu osobnú cestu, pričom sa spúšťa úžasný samoliečiaci proces. Večer sa končí otvorenou diskusiou. Je potrebná registrácia na: 0908 455 859, majdapeka@zpramena.sk.

22. 11. – 31. 12. | **Atrio Vianoce 2024**

ATRIO CAFE | Otvorenie vianočných trhov v Atrio cafe dňa 22. novembra 2024.

26. 11. | 18.00 | **Kvíz Ďalej**



HVIEZDA | Moderovaná zábavná kvízová show s Ludwigom Baginom a Lacom Laurinčíkom.

26. 11. | 19.00 | **Call Me Maybe?**

HASIČ PUB | Event pre študentov a všetkých mladých ľudí, ktorí sa chcú spoznať a baviť. Music by Vahram. S ISIC-om welcome drink grátis.

27. 11. | 19.00 – 22.00 | **Kvízový večer**

HASIČ PUB | Príďte si preveriť svoje znalosti z rôznych oblastí vo všeobecnom kvíze, prvom kvíze v novom Hasičovi.

30. 11. | 19.00 | **Blesk Party Time**

HASIČ PUB | Dobrá hudba, skvelé drinky, super atmosféra. House Music by Vahram.

KONTAKTY

CINEMAX TRENČÍN – OC MAX	Gen. M. R. Štefánika 426, www.cine-max.sk
DENNÉ CENTRUM SIHOŤ	Osvienčinská 1720/3, dcsihot@trencin.sk , 0901 714 266
Družba Drama Studio – OC Družba	Soblahovská 1508/4, 1. poschodie vedľa knižnice, 0903 027 910
FITNESS LION CENTER	Bavlnárska 320/15, 0902 406 604, lion.fitnesscentrum@gmail.com
FOR MAAT GALÉRIA – areál bývalej Meriny	Železničná 3, www.formaat.sk , info@formaat.sk
GMAB Galéria M. A. Bazovského	Palackého 27, 032/743 68 58, www.gmab.sk
HOTEL ELIZABETH	Gen. M. R. Štefánika 2, www.hotelelizabeth.sk , 032/650 61 11
HASIČ PUB	Hasičská ulica, 0903 390 113, zahassmad@gmail.com
KAVIAREŇ NA CESTE – KATOV DOM	Matúšova ulica, 0951 257 966
Kaviareň Čili & Čin Čin	Branekého 14, 0908 990 460, cilicincin@gmail.com
KC AKTIVITY	Kyjevská 3183, info@kcactivity.sk , www.kcactivity.com
KD Zlatovce	Hlavná ulica 10, 0904 920 306
KDaM TIGRÍKY – PO QUEENS	Pred Polom 9, Trenčín, 0903 783 724, www.tancujucetigriky.sk
KIC Kultúrno-informačné centrum	Mierové nám. 9, visit.trencin.sk , 032/650 47 09
KLUB LÚČ	Mierové nám. 19, 0903 027 910, www.klubluc.sk
KKC HVIEZDA – Kultúrno-kreatívne centrum Hviezda	Kniežata Pribinu 197/3, hviezda@trencin.sk , www.hviezda.eu
KREATIVO	Gen. M. R. Štefánika 372/9, 0918 883 505, www.kreativotn.sk
KS Opatová	Opatovská 96, ksopatova@gmail.com
MESTSKÁ ŠPORTOVÁ HALA	Mládežnícka 1, office@fbctrencin.sk , 0910 500 000
PIANO CLUB	Pod Sokolice 12, 0904 819 090, www.pianoclub.sk
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16, 0960 333 803, www.domarmady.sk
Reštaurácia & Pub Perla Trenčín	Legionárska 49, perla.trencin@gmail.com
SOKOLOVNĀ	Mládežnícka 2, 032/743 42 01, sokoltrencin@gmail.com
ŠTÚDIO NEW YOU	Bezručova 64, 0905 393 872, info@beataliptakova.sk
Tanečné štúdio Anide	Kyjevská 3183, 0908 788 560, anide@seznam.cz
Trenčianska univerzita	Študentská 2, 032/740 01 11, pr@tuni.sk
Trenčiansky hrad	Matúšova 75/19, 032/743 56 57, www.muzeumtn.sk
TSK – TRENČIANSKY SAMOSPRÁVNÝ KRAJ	K dolnej stanici 7282/20A, 032 / 6555 111, www.tsk.sk
VKMR Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčíne	Ulice Jaselská a Hasičská 1, 032/770 83 00, www.vkmr.sk