

STŘEDISKO VOLNÉHO ČASU SLUNÍČKO
Lomnice nad Popelkou, příspěvková organizace

Komenského 1037, 512 51 Lomnice nad Popelkou
E-mail: info@svclomnice.cz, Tel.: 481 671 979

NABÍDKA NA ŠKOLNÍ ROK 2025/26

KONTAKTY



**Středisko volného času Sluníčko Lomnice nad Popelkou,
příspěvková organizace**

Komenského 1037

512 51 Lomnice nad Popelkou

481 671 979

info@svclomnice.cz

www.svclomnice.cz

www.facebook.com/SVCSlunicko

Jméno:

Bc. Věra Bártová
ředitelka

Telefon:

605 243 787

e-mail:

bartova@svclomnice.cz

Mgr. Jana Šimůnková
pedagog volného času

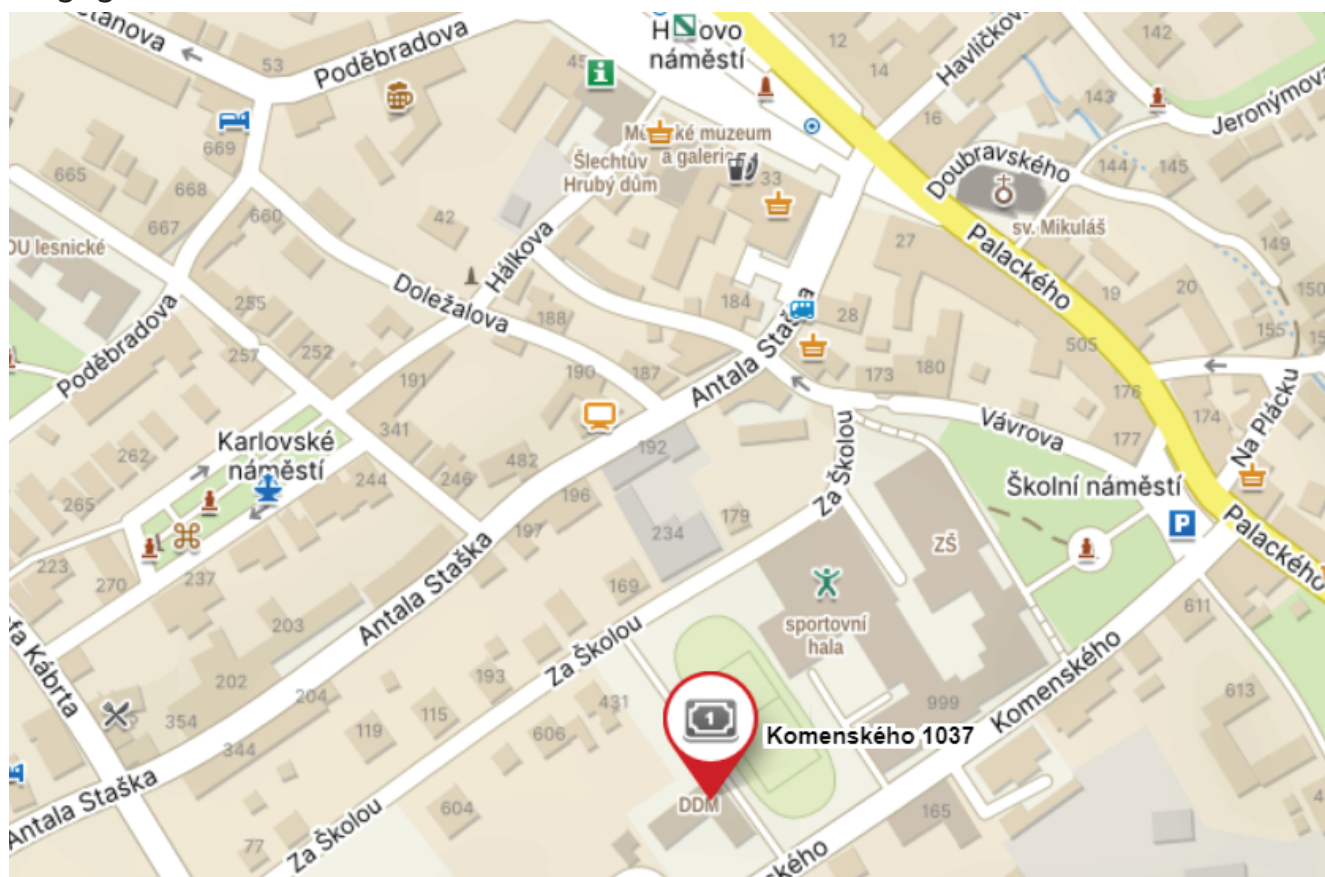
604 528 279

simunkova@svclomnice.cz

Jarmila Cermanová
pedagog volného času

604 611 144

cermanova@svclomnice.cz

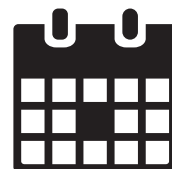


Komenského 1037, Lomnice n.Pop.

Loc: 50.5284961N, 15.3727675E

Po – Pá: 10,00 – 18,00 hodin
Mimo všech prázdnin a svátků.

TĚŠÍME SE NA VÁS V NOVÉM ŠKOLNÍM ROCE

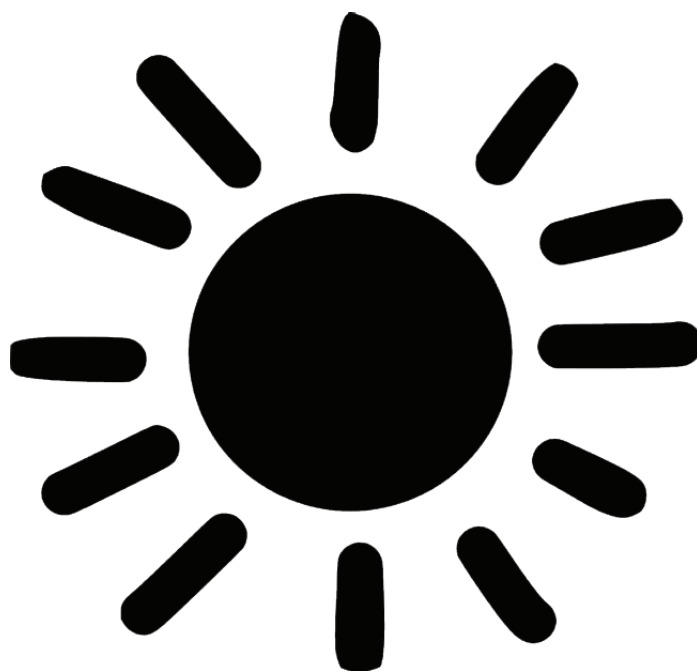


Již třetím rokem je Vám SVČ Sluníčko k dispozici na své tradiční adrese Komenského 1037 v zrekonstruovaných prostorách.

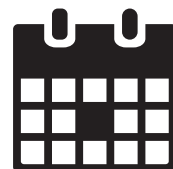
Díky projektu Ministerstva pro místní rozvoj ČR zaměřeného na podporu budování infrastruktury pro zájmové, neformální a celoživotní vzdělávání a díky podpoře zřizovatele SVČ, města Lomnice nad Popelkou, získali děti, mládež i dospělí v roce 2023 důstojné prostory pro organizované volnočasové aktivity a rozvoj svého nadání.

Pro nový školní rok jsme si pro Vás připravili řadu novinek, ale zároveň navážeme na naši tradiční a dlouholetou činnost. Upřímně si vážíme zájmu a důvěry všech našich klientů a těšíme se i na všechny nové zájemce.

Den otevřených dveří v SVČ Sluníčko proběhne v neděli 21. září od 14.00 do 17.00 hodin.



PŘEHLED AKCÍ



FENOMÉN IGRÁČEK: 15. - 26. září 2025

CESTA ZA DUHOU/DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ: 21. září 2025

NOC DESKOVÝCH HER: 26. září 2025

DRAKIÁDA: 5. října 2025

KRAJSKÉ KOLO DESKOVÝCH HER: 18. října 2025

PODZIMNÍ PRÁZDNINY: 27. - 29. října 2025

HALLOWEENSKÁ STEZKA: 31. října 2025

DĚTSKÝ ZÁMECKÝ PLES: 16. listopadu 2025

MIKULÁŠSKÉ DÍLNIČKY: 29. listopadu 2025

HUDEBNÍ ČAJOVNA: prosinec 2025

ADVENTNÍ STEZKA OBOROU: 1. prosince 2025 - 5. ledna 2026

JARNÍ POBYT NA HORÁCH PRO RODINY S DĚTMI: 7. - 11. března 2026

JARNÍ PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR: 9. - 15. března 2026

VELIKONOČNÍ VÝLET: 2. dubna 2026

LOMNICKÉ HUDEBNÍ JARO: 25. dubna 2026

ČARODĚJNICKÁ STEZKA: 26. - 30. dubna 2026

CESTA POHÁDKOVÝM LESEM: 23. května 2026

SLUNÍČKOVÉ RADOVÁNÍ: 29. května 2026

DĚTSKÁ ZÁMECKÁ SOBOTA: 30. května 2026

POBYT RODIČŮ S DĚTMI V KRČKOVICÍCH: červen 2026



CESTA ZA DUHOU – neděle 21. září 2025

12. ročník rodinného putování lomnickými parky

Zábavná stanoviště najdete v lomnických parcích - dětské hřiště, Tyršův park, “Cermaňák”, park Svatopluka Čecha a Karlovské náměstí. Těšit se můžete mimo jiné na lanové překážky od členů lomnického horolezeckého oddílu.

Start na dětském hřišti (bývalý areál DDM) od 14.00 do 15.00 hodin.

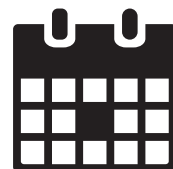
Na každém stanovišti děti získají za splnění úkolu jednu barvu duhy a v cíli cesty (současný areál SVČ) bude pro každého účastníka připravena odměna, pečené bramboráky a další občerstvení.

V zahradě SVČ budou pro děti připraveny další zábavné disciplíny.

Akce je podpořena grantovým programem Libereckého kraje a koná se za každého počasí.



DALŠÍ PŘÍLEŽITOSTNÉ AKCE



FENOMÉN IGRÁČEK - VÝSTAVA, KTERÁ POTĚŠÍ MALÉ I VELKÉ!

Přijďte se podívat na fascinující cestu legendární české hračky, která oslovila generace dětí i dospělých. Výstava Fenomén Igráček vás zavede do světa malého plastového panáčka, který se objevil na pultech již v roce 1976 a dodnes se v České republice vyrábí.

Výstava se koná v SVČ Sluničko od 15. září do 26. září - každý den od 10.00 do 16.00 hodin.

Na výstavě uvidíte historické modely Igráčků od jejich prvních podob až do současnosti i ukázkou výroby hračky krok za krokem. Dostanete možnost vytvořit si vlastního Igráčka a zkusit si rozpohybovat Igráčka v animačním studiu.

Výstava je určena pro celou rodinu. Připraveny jsou i doprovodné aktivity:

- 1. Během výstavy od 15.9. do 19.9. se bude Igráček „pohybovat“ i po našem městě.** Každý den bude vyfocen na jiném místě a ukáže se vám na fb SVČ Sluničko a na www.svclomnice.cz. Kdo první nahlásí na telefon 604 528 279, kde se Igráček nachází, získá odměnu.
- 2. Soutěž „Pošli fotku se svým Igráčkem a napiš k němu krátký příběh“.** Příspěvky se přijímají od 8.9. do 15.9. Nejzajímavější 3 příspěvky budou oceněny. Všechny příspěvky budou zveřejněny na výstavě. Zasílejte na adresu: info@svclomnice.cz



NABÍDKA ZÁJMOVÉ ČINNOSTI

Středisko volného času (SVČ) Sluníčko Lomnice nad Popelkou je příspěvkovou organizací, jejímž zřizovatelem je město Lomnice nad Popelkou. Toto školské zařízení celoročně zajišťuje zájmové vzdělávání v rámci pravidelné činnosti určené především dětem a mládeži, ale i dospělým (v kroužcích, klubech, souborech), dále pořádá akce nepravidelné (zájezdy, přehlídky, festivaly, soutěže, přednášky – určené i pro širokou veřejnost), činnost vzdělávací (výchovně-vzdělávací programy), spontánní činnost (otevřený klub Ulita) a činnost rekreační (tábory, víkendovky, soustředění).

Komu je naše nabídka určena?

V nabídce najdete zájmové kroužky pro děti předškolního a školního věku, ale i pro mládež a dospělé, včetně seniorů. Dále pořádáme akce nepravidelné a rekreační, které jsou určeny jak členům kroužků, tak i ostatním zájemcům z řad široké veřejnosti.

Jakým způsobem se přihlásit do ZÚ?

Od pondělí 1. září je možné si vyzvednout přihlášku v SVČ Sluníčko, ale také v informačním centru na Husově náměstí, v KnihoBudce (pod přístupovou rampou SVČ Sluníčko) nebo ji najdete na webových stránkách www.svclomnice.cz.

Vyplněnou přihlášku odevzdejte do schránky vedle KnihoBudky, do schránky v turistickém informačním centru nebo odešlete elektronicky na adresu info@svclomnice.cz nejpozději do 26. září 2025.

V případě volných míst je možné se do kroužků přihlásit i během školního roku. Při naplnění kapacity vybraného kroužku bude zájemci nabídnut náhradní, podobného charakteru. Kromě přihlášek na pravidelnou činnost je možné se přihlásit individuálně na akce rekreační. Podrobné informace k akcím najdete na letáčcích SVČ Sluníčko a na webových stránkách www.svclomnice.cz.

Během prázdnin, ředitelského volna ZŠ Lomnice n. Pop. a svátků se pravidelné ZÚ nekonají a nenahrazují, konají se příležitostné akce a příměstské tábory.

Kdy a kde zaplatit zápisné?

Zápisné je možno zaplatit přímo v SVČ Sluníčko nebo zaslat na účet u Komerční banky Lomnice nad Popelkou číslo 78-9630830237/0100.

Celoroční zápisné je nutno uhradit nepozději do 31. října 2025.

AKTIVITY PRO RODIČE S DĚTMI

Keramika rodičů s dětmi

Účastníci mají možnost pracovat s keramickou hlinou, vytvářet a zdobit dekorativní i užitékové předměty. Tato činnost navíc rozvíjí motorické dovednosti dětí a podporuje navazování vztahů s jejich vrstevníky.

Termín schůzek: 1x za 14 dní, den a čas budou upřesněny

Vedoucí: Romana Dlouhá, Bc. Věra Bártová

Cena: 70 Kč/hodina

Cvičeníčko

Začít s pohybem lze už v útlém věku a tento zájmový útvar umožňuje hravou formou pomoci básniček a písniček podpořit psychomotorický rozvoj kojenců a batolat spolu s jejich rodiči.

Kromě různých druhů cvičení s pomůckami i bez na zúčastněné čekají i zpívánky s hudebními nástroji či chvíle věnované cvičení zaměřenému na maminky.

Schůzky se konají každé pondělí: 9.00 – 9.45 hod. pro děti od 2 do 3 let

10.00 – 10.45 hod. pro děti od 1 do 2 let / chodící /

11.00 – 11.45 hod. pro děti do 1 roku

Vedoucí: Jarmila Cermanová

Cena: 70 Kč/hodina

Masáže dětí a kojenců + základy aromaterapie

Ukážeme si, jak lze využít dotek a jemného hlazení k relaxaci a pocitu pohody. Naučíme se sestavu velmi citlivého masírování dětského těla, která napomáhá uvolnění svalového napětí, stimuluje krevní oběh děťátka, zlepšuje činnost jednotlivých orgánů, tkání a svalů, dýchání a pozitivně ovlivňuje koordinaci pohybů. Ideální věk dětí je od narození do 8 měsíců, ale lze začít i kdykoliv později. Kurz je vhodný nejen pro (nastávající) rodiče a trvá 2 hodiny.

Termín: dle dohody

Lektor: Jarmila Cermanová

Cena: 300 Kč

Otevřená herna

Hravé dopoledne v prostorách SVČ je určeno pro rodiče s dětmi bez omezení věku. Děti si v přítomnosti ostatních vrstevníků zvykají na kolektiv a učí se novým dovednostem. Rodiče si navzájem sdílejí, navazují přátelství a společně plánují nové aktivity.

Termín schůzek: úterý 9.00-12.00 hod.

Vedoucí: Jarmila Cermanová

Cena: 70 Kč/setkání

Dopolední výlety pro rodiče s dětmi

Krátké dopolední výlety pro rodiče na RD a jejich děti, pěšky, vlakem i autobusem.

“Každý výlet je zážitek, i sebemenší změna dne nás obohatí.”

Termíny a ceny jednotlivých výletů budou zveřejňovány průběžně.

PŘEDŠKOLÁCI A MLADŠÍ DĚTI

Tanečky s Amálkou.

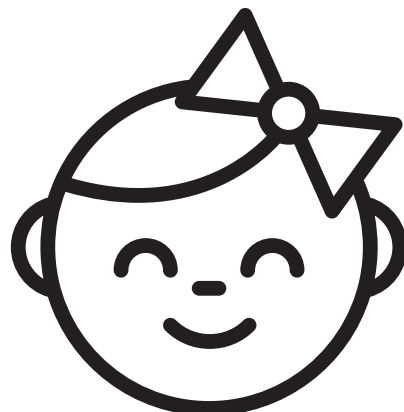
Rozvoj motorických dovedností, koordinace pohybu, prostorové představivosti a podpora navazování vztahů s vrstevníky.

Kroužek pro holčičky i kluky od 4 do 6 let.

Vedoucí: : Kateřina Jaško, Bc. Pavlína Sezimová
a PhDr. Lucie Urbaczková

Termín schůzek: pondělí 16.00 – 17.00

Cena: 1500 Kč/rok



MINI mažoretky

Zlepšení držení těla, koordinace pohybu a vnímání rytmu.

Po secvičení choreografií mini mažoretky vystupují na nejrůznějších kulturních či sportovních akcích, zatím bez účasti na soutěžích v mažoretkovém sportu.

Soubor určený dívkám ve věku 4 – 6 let.

Vedoucí: Michaela Šádková a Bc. Kateřina Zechovská

Termín schůzek: úterý 15.30 – 16.30

Cena: 1500 Kč/rok

Pohádkový kroužek

Děti budou společně objevovat kouzlo tradičních pohádek a skrze ně rozvíjet řeč, fantazii, motoriku i koordinaci těla a zakončí své snažení závěrečným vystoupením na konci školního roku.

Schůzky se konají v loutkové scéně. na lomnickém zámku.

Vedoucí: Mgr. Jana Šimůnková

Termín schůzek: čtvrtek 16.00 - 17.00

Cena: 1500 Kč/rok

Klub ježečků a malých zahradníků

V kroužku se z malých dětí stávají zvědaví zahradníci, objevitelé a milovníci přírody. Je určen pro všechny, kteří mají chuť poznávat svět okolo sebe - od semínek až po broučky. Zábavnou formou budeme pečovat o rostlinky, pozorovat proměny v přírodě, vyzkoušíme si jednoduché přírodovědné pokusy.

Vedoucí: Markéta Pivková

Termín schůzek: bude upřesněn

Cena: 1500 Kč/rok

Zpívanky

Nejen hudební výchova pro děti od 4 do 6 let.

Hlavním cílem společných setkání bude podpořit v dětech radost ze zpívání spojeného s pohybovou aktivitou. Rozvoj rytmického cítění, hraní na hudební nástroje i podpora vzájemných vztahů s kamarády.

Vedoucí: Anna Barochová

Termín schůzek: středa 16.00 - 17.00

Cena: 1500 Kč/rok



Sportík

Pohybový kroužek určený **holčkám a klukům od 4 let do 6 let**, kteří rádi běhají, skáčou a dovádějí. Základy nejruznějších sportů a pohybových aktivit, které jsou přizpůsobeny věku účastníků.

Rozvoj komunikace mezi vrstevníky. Schůzky probíhají ve sportovní hale ZŠ.

Vedoucí: Markéta Brožová, Mgr. Jana Šimůnková

Termín schůzek: středa 16.00 - 17.00

Cena: 1500 Kč/rok



Keramika pro předškoláky a prvňáčky

Práce s keramickou hlinou různými technikami (modelování, vykrajování, otisky materiálů a zdobení vytvořených výrobků).

Setkání se budou konat 1x za 14 dní v keramické dílně SVČ.

Na schůzky si po dohodě s rodiči budeme děti vyzvedávat po obědě z MŠ či ZŠ.

Vedoucí: Mgr. Hana Podzimková, Romana Dlouhá

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Kutílci

Děti si vyzkouší práci s nejruznějšími materiály a kutilským nářadím. Budeme lepit, natírat, vrtat i řezat. Děti si tak navíc budou rozvíjet fantazii, jemnou motoriku, schopnost soustředit se a naučí se různé praktické dovednosti.

Vedoucí: Mgr. Jana Šimůnková

Termín schůzek: pondělí 15.30 - 16.30

Cena: 1500 Kč/rok

ŠKOLÁCI

V případě některých kroužků se lze s rodiči dohodnout na “vyzvedávání” dětí ve školní družině a jejich doprovodu do místa konání pravidelné činnosti.

Robohrátky – děti z 1. a 2. třídy

Malý robot Ozobot se stane vaším průvodcem počítačovým světem. Naučíte se základy ovládání počítače, základní počítačové programy a programovat robota. Počítač vám bude pomáhat v poznávání písmenek i čísel, rozvíjení jemné motoriky, představivosti a kreativity.

Vedoucí: Mgr. Jana Šimůnková

Termín schůzek: dle dohody od 14 hodin

Cena: 1500 Kč/rok

Mladí kodéři

V kroužku se naučíte programovat pomocí stavebnice Fischertechnik nebo VEX. Umožní vám spojení programování s reálným světem techniky. Stavíme modely strojů, robotů, aut a pomocí počítače je ovládáme a programujeme. Naučíte se řízení pomocí senzorů a motorů. Týmovou spolupráci pak můžete využít na technických soutěžích, na které jezdíme.

Kroužek je určen pro začátečníky i pokročilé od 6. třídy.

Vedoucí: Mgr. Pavel Šmejce, Petr Hyška

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

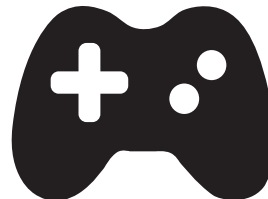
Minecraft

Minecraft není jen hra - je to nástroj pro rozvoj kreativity, logického myšlení, týmové spolupráce a řešení úkolů. Děti se naučí základy programování nebo vytváření vlastního světa.

Termín schůzek: dle dohody

Vedoucí: Artur Pivka, Michal Fiala

Cena: 1500 Kč/rok



Programování hrou

Zábavný svět technologií pro malé programátory! Chceš si hrát a přitom se naučit něco nového? Zábavnou formou si osvojiš základy programování, logického myšlení a práce s počítačem. Budeme používat stavebnice VEX, Fischertechnik a další robotické stavebnice.

Kroužek je určen dětem od 3. třídy ZŠ.

Vedoucí: Petr Hyška

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Elektrotechnika

Děti se v tomto kroužku učí práci s pájkou, sestavování el. obvodů, stavebnic a dalším elektrotechnickým dovednostem.

Vedoucí: Pavel Zelenka

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Mechatronika a modelová železnice

Z německých stavebnic Fischer technik si děti staví nejrůznější věci - od autíček, jeřábů až po výrobky ovládané počítačem. V kroužku máme modelovou železnici. Děti se naučí stavbu, úpravu kolejíště a dalších doplňků (tvoření budov, krajiny...). Dochází zde k rozvoji trpělivosti, jemné motoriky a spolupráce. Spolupracujeme se sdružením AMAVET.

Kroužek je určen pro děti od 1. třídy.

Vedoucí: Radek Růžička

Termín schůzek: pondělí od 15.00 – 15.30 hodin

Cena: 1500 Kč/rok

Základy informatiky

Určeno pro děti ze 2. - 4. třídy, které už si prošly základy počítačového světa. Připraveny jsou aktivity z oblasti práce na PC programování, rozvoj logického myšlení a porozumění základním principům digitálních technologií.

Vedoucí: Mgr. Josef Svoboda, Mgr. Jana Šimůnková

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Mladý technik - modelář

Členové kroužku si vyzkouší práci s nejrůznějšími materiály a kutilským nářadím. Budeme řezat, vrtat, lepit, natírat...Konstruovat modely aut či letadel... Kutilství rozvíjí u dětí jemnou motoriku, fantazii, schopnost soustředit se a naučit se praktické věci do života.

Vedoucí: Jindřich Boháč

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Animáček

Animace je báječná - a **děti z 2.-7. třídy** si to u nás mají šanci vyzkoušet.

V kroužku budou moci vdechnout pohyb krásným obrázkům, rozpohybovat postavy z papíru, modelíny, či lega. Zkusí si také vytvořit vlastní animační studio s loutkami a natočit svůj krátký film.

Vedoucí: Mgr. Lenka Morávková, Vojtěch Morávek

Termín schůzek: úterý od 15.00 hodin

Cena: 1500 Kč/rok



Filmové triky a animace

Kroužek je určen pro zájemce o tvorbu filmové animace, řešení filmových triků a kombinace techniky hraného a výtvarného filmu **od 7. třídy ZŠ**. V kolektivu mají místo jak zkušení tvůrci, tak úplní začátečníci. K účasti na kroužku není potřeba mít vlastní techniku, vše bude k dispozici.

Vedoucí: Ing. Miloslav Beneš

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

3D Print

Praktické základy 3D tisku. Naučíte se používat 3D tiskárnu. Vytvoříte si své modely, které si odnesete domů. Pro zkušenější máme připravené nové výzvy k řešení. Nadchnete se pro další modelování.

Vedoucí: Mgr. Pavel Šmejck

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

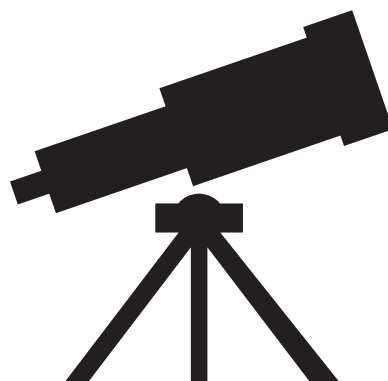
Koumák

Věda hrou - přírodní vědy zábavně a bezpečně. Budeme experimentovat a bádát, zhotovovat jednoduché fyzikální hračky a řešit hlavolamy. Poznávat budeme také zákonitosti našeho vesmíru.

Vedoucí: Vojtěch Bíža

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok



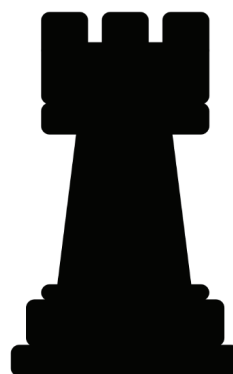
Šachy

Královská hra, která si za tisíciletou historii našla miliony příznivců a nadšenců. Dětem pomáhá tříbit mysl a rozvíjet logické a strategické myšlení.

Vedoucí: Ing. Václav Volman

Termín schůzek: pátek 15.00 – 16.30

Cena: 1500 Kč/rok



Výuka hry na flétnu

Výuka hry na flétnu pro začátečníky, mírně pokročilé i pokročilé. Zvládnutí základní techniky. Přechod od jednoduchých písniček ke složitějším skladbám.

Vedoucí: Jana Pfeiferová

Termín schůzek: pondělí, čas bude upřesněn

Cena: 1500 Kč/rok



Výuka hry na kytaru

Jednotlivé skupiny jsou rozděleny na začátečníky, mírně i více pokročilé. Výuka je postupně řazena od prvotního seznámení s nástrojem, rytmiky pravé ruky a držení základních akordů, tréninky jednoduchých přehmatů a přehrávání prvních písniček až po náročnější skladby stylu folk, country a moderní.

Vedoucí: Jarmila Cermanová, Jiří Brož, Mgr. Lucie Čapková, Pavel Matějka

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Netradiční sportovní hry

Kroužek pro **kluky i holky od 1. do 5. třídy**, kteří se chtějí věnovat pohybovým aktivitám pro radost. Během roku si vyzkoušíte ringo i baseball, trampolíny, netradiční míčové hry a sportovní aktivity.

Vedoucí: Mgr. Jakub Rajm, Vojtěch Bíža

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Základy sebeobrany

Kroužek pro chlapce i dívky, kteří si chtějí osvojit základy sebeobrany, první pomoci a přežití v přírodě. Kromě tréninku obranných technik je kladen důraz na fyzickou kondici a osvojení základních pohybových dovedností hravou formou, čímž rozvíjí předpoklady pro další sporty a navíc podporuje zdravou sebedůvěru, morálku a kamarádství. **Pro děti od 10 do 15 let.**

Vedoucí: Filip Mařas

Termín: pátek, dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Mažoretkový soubor „Popelky II” a „Popelky III“

Pro všechny dívky, kterým se zalíbil mažoretkový sport. Děvčata vystupují na nejruznějších kulturních a sportovních akcích a zároveň se účastní soutěží.

Soubory jsou rozděleny dle věku na dívky od 6 do 10 let a dívky od 11 let.

Vedoucí: Šárka a Jiří Peškarovi

Termín schůzek: středa a pátek

Cena: 1500 Kč/rok



Jóga pro děti

Cvičení jógy pomáhá dětem otevřít zcela nový pohled na pohyb, vnímání a své prožitky. Děti se učí nenásilnou a zábavnou formou zacházet správně a ohleduplně se svým tělem i emocemi, učí se tzv. funkčnímu dýchání a přirozeně objevují radost z pohybu. To vše je přínosem pro jejich zdraví v dětství i do dospělosti.

Vedoucí : Lad'ka Suchardová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok



Moderní tance

Opět otevíráme taneční hodiny pro **děti od 1. do 4. třídy**. Základy tanečního pohybu a různých tanečních stylů a forem budou postupně rozvíjeny jednoduchými tanečními vazbami a variacemi. Děti se během lekcí také naučí vnímat své tělo a koordinovat pohyb.

Vedoucí: Kateřina Jaško, Mgr. Karolína Kloboučková

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Paletka

Tvořivá dílna pro **děti z 1. a 2. tříd**. Seznámíme se s různými výtvarnými technikami. Budeme malovat, kreslit, skládat a tvořit s rozmanitými materiály. Čeká nás vyrábění k různým příležitostem a vytváření sezónních dekorací.

Vedoucí: Pavlína Šmejcová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok



Keramické dílny

Práce s keramickou hlinou různými technikami (modelování, lepení plátů, otisky materiálů) a zdobení hotových dekoračních i užitkových předmětů glazurou i oxidy. Setkání 1x za 14 dní.

Vedoucí: Romana Dlouhá, Mgr. Hana Podzimková, Bc. Věra Bártová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Tvořivá dílna

Hand-made výrobky např. vánoční a velikonoční dekorace, výroba moderních doplňků, decoupage, výroba šperků, malba na kameny, šití, háčkování, pletení, aranžování květin. Vhodné pro **dívky i chlapce, od 8 do 12 let.**

Vedoucí: Miroslava Dobiášová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Loutkářský soubor „Popelka“

Členové LS rozdávají svými pohádkami pravidelně radost malým dětem.

Práce s javajkami a marionetami, výroba kulís i loutek.

Vedoucí: Ladislav Sůva

Termín schůzek: úterý 18.00 – 20.00



Klub DofE

Vždy jsi chtěl dělat něco smysluplného, ale nikdy jsi nenašel motivaci? Láká tě výzva? Zapoj se do mezinárodního projektu The Duke of Edinburgh a splň si své cíle. **Pro všechny od 14 do 24 let.**

Vedoucí: Artur Pivka, Natálie Duštová

Termín schůzek: dle dohody

Angličtina pro děti

Kroužek angličtiny přizpůsobený věku účastníků, ve kterém se hravou formou seznámí se základními anglickými slovíčky a frázemi a budou své schopnosti dále rozvíjet.

Jednu skupinu tvoří prvňáčci, druhou pak ti, kteří kroužek navštěvovali v loňském roce.

Vedoucí: Mgr. Kateřina Zelmanovičová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Francouzština pro začátečníky

Parlez-vous francais? A chtěli byste začít? Společně můžeme udělat první kroky ve francouzštině naučit se základní slovíčka a první fráze. **Vhodné pro žáky od 7. třídy.**

Vedoucí Mgr. Monika Bártová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Akvaristický kroužek

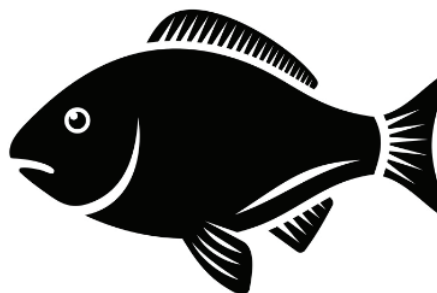
Seznámíte se s novými druhy ryb
i skladbou jejich potravy a se základy péče o akvária
a jejich příslušenství.

Pro děti od 6 do 15 let.

Vedoucí: Radek Růžička

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok



Máme rádi zvířata, pejsek je můj kamarád

Kroužek je zaměřen na chovatelství - domácí zvířata i zvířata ve volné přírodě. Pozorovat budeme v zimě ptačí rodinku, stopy zvířat, vyrábět krmítka... na jaře pozorovat žáby v Oboře. Pejsek s námi bude na každé hodině, některé hodiny budou přímo o něm...

Vedoucí: Ing. Maria Kohlová PhD.

Termín schůzek: úterý, čas bude upřesněn

Cena: 1500 Kč/rok

Včelaři

Kroužek mladých včelařů se kromě samotné práce s včelami a včelími produkty věnuje také dalším aktivitám, kterými si členové kroužku prohlubují teoretické i praktické znalosti o přírodě.

Vedoucí: Alena Stará, Mgr. Martin Skořepa

Termín schůzek: pátek 15,00 – 16,30 hodin

Cena: 1500 Kč/rok



Hrátky s přírodou

Zajímáš se o přírodu? S lupou i bez lupy, venku či vevnitř, z dálky i z blízka - prozkoumáme přírodu kolem nás, provedeme pokusy, vyrobíme jednoduché fyzikální hračky a ponoříme se do tajů a krás přírody.

Pro žáky od 1. třídy.

Vedoucí: Markéta Pivková

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Vaření

Kroužek je určen děvčatům i chlapcům, kteří chtějí s vařením a pečením začít, nebo se ve svém kulinářském umění zdokonalit. Budeme se inspirovat recepty tradičními i moderními. Výsledky svého snažení ochutnáte nejen vy, ale budete se s nimi moci pochlubit i vašim blízkým.

Vedoucí: Bc. Věra Bártová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

TEENAGEŘI, DOSPĚLÍ A SENIOŘI

Keramika pro začátečníky a mírně pokročilé

Práce s keramickou hlinou, modelování, odlévání do sádrových forem, zdobení keramiky, glazování i práce na hrnčířském kruhu.

Vedoucí: Mgr. Hana Podzimková

Termín schůzek: 1x za 14 dní, čtvrtek 17.00 - 18.30 hodin

Cena: dle hmotnosti vytvořených výrobků (1kg = 300 Kč)

Keramika pro pokročilé

Práce s keramickou hlinou, modelování, odlévání do sádrových forem, zdobení keramiky, glazování i práce na hrnčířském kruhu.

Vedoucí: Bc. Vlasta Otmarová

Termín schůzek: 1x za 14 dní, úterý od 16.30 hodin

Cena: dle hmotnosti vytvořených výrobků (1kg = 300 Kč)

Výuka hry na kytaru - začátečníci

Základní akordy a písničky ve stylu country, folk i moderní.

Vedoucí: Jarmila Cermanová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 3000 Kč/rok

Výuka hry na kytaru - pokročilí

Výuka složitějších akordů a rytmů, náročnější písně nejrozličnějších žánrů.

Vedoucí: Mgr. Lucie Čapková

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 3000 Kč/rok



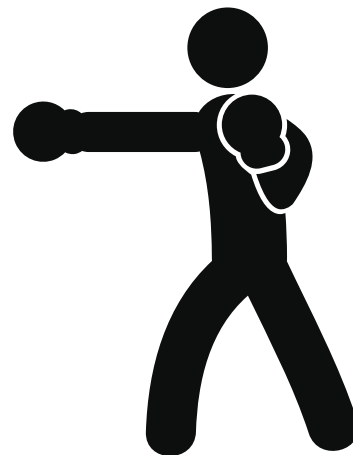
Bodyforming box

Skupinové, zábavné a energeticky vysoce účinné cvičení na speciálně upravených boxovacích totemech, při kterém vyplavíte endorfiny a dostanete se do fyzické kondice.

Vedoucí: Michala Hromádková

Termín schůzek: dle rezervace, pondělí, čtvrtek

Cena: 70 Kč/hodina



Klub paličkování

Klub je určen dívkám a ženám, které již znají základy krajkářství a tuto tradiční ruční práci chtějí rozvíjet v kolektivu. Společně si pod vedením lektorky budete mít možnost vyrobit dekoraci do bytu, originální bižuterii nebo dáreček pro své blízké.

Vedoucí: Vlasta Velísková, Pavla Bartoníčková

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1500 Kč/rok

Tvořivá dílna pro dospělé

V kroužku se seznámíte se základy ručních prací (šití, háčkování...), budete tvořit z rozmanitých materiálů. Vyrobite si módní doplňky i originální bytové dekorace.

Vedoucí: Pavlína Šmejcová

Termín schůzek: 1x za 14 dní 2 hodiny, dle dohody

Cena: 90 Kč/setkání + materiál

Loutkářský soubor „Popelka“

Členové LS rozdávají svými pohádkami pravidelně radost malým dětem.

Práce s javajkami a marionetami, výroba kulís i loutek.

Vedoucí: Ladislav Sůva

Termín schůzek: úterý 18.00 – 20.00



Cvičení na míčích

Zábavná forma skupinového cvičení s hudbou. Cvičenky si od základních pohybů na míči postupně přidávají složitější balanční prvky. Tento cvičební styl posiluje svaly celého těla, zlepšuje pružnost a rovnováhu.

Vedoucí: Vlad'ka Králová

Termín schůzek: pondělí, čas bude upřesněn

Cena: 2000 Kč/rok

Cvičení na trampolínách

Moderní zábavné intenzivní cvičení na malých trampolínách kombinované s posilováním všech partií těla a protahováním.

Vedoucí: Mgr. Nikola Barochová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 90 Kč/hodina

Běhej (v) Lomnici

Pravidelné běhání po lesních stezkách v Lomnici a blízkém okolí pro začátečníky a mírně pokročilé. Nacvičíme techniku a zlepšíme kondici i náladu.

Vedoucí: Mgr. Jan Urbaczka, PhD.

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1000 Kč/rok

Bajkeři z Rohanu

Baví Tě ježdění na kole a chceš zkusit něco nového?

Naučíš se, jak si užít Rohanské stezky a další lesní traily v blízkém okolí Lomnice. **Na kroužek je nutné mít vlastní horské kolo spolu s helmou a rukavicemi.**

Vedoucí: Mgr. Jan Urbaczka, PhD.

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 1000 Kč/rok



Ladies Latin Dance

Podlehnete rytmu latinsko-amerických tanců... ZÚ je určen pro ženy každého věku. Jedná se o individuální tanec bez partnera - potřeba je pouze láska k pohybu a taneční hudbě.

Vedoucí: Soňa Šolcová

Termín: dle dohody

Cena: 2000 Kč/rok



Svobodný - spontánní - intuitivní tanec

Tanec je pohyb, který se neřídí žádnými pravidly. Tanec je lidská přirozenost, osvobození, cesta ke klidu a vnitřnímu naplnění sebe sama, uvolnění těla, mysli a emocí.

Vedoucí: Jarmila Cermanová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 90 Kč/hodina

Mažoretky „Popelky I“

Mažoretkový soubor Popelky má v Lomnici n. Pop. již téměř třicetiletou tradici. Děvčata vystupují na plesích a nejrůznějších sportovních i kulturních akcích po celé ČR i v zahraničí.

Vedoucí: manželé Šárka a Jiří Peškarovi

Termín schůzek: středa a pátek

Cena: 2000 Kč/rok



Chilli babyčky

Pokud byste měli chuť a čas, zapojte se do nácviků nejrůznějších nenáročných tanců. Věk a počet osob není omezen, senioři jsou vítáni.

Tance jsou vhodné i pro zájemce bez tanečních zkušeností.

Přijďte příjemně trávit svůj volný čas.

Vedoucí: Mgr. Jana Šimůnková

Termín schůzek: čtvrtek od 10 hodin

Cena: 2000 Kč/rok

Jóga

Ucelený systém fyzických, dechových a relaxačních technik, vedoucích k zlepšení tělesného i duševního zdraví a celkové harmonii těla.

Vedoucí: Miluška Vaňková

Termín schůzek: čtvrtek, dle dohody

Cena: 2000 Kč/rok



Acro jóga pro začátečníky

Zábavné párové cvičení kombinující prvky jógy, párové akrobacie a pohybového umění. Přihlašovat se mohou páry i jednotlivci.

Vedoucí: PhDr. Lucie Urbaczková, Mgr. Jan Urbaczka, Ph.D.

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 90 Kč/hodina/osoba

Fly jóga

Antigravitační cvičení v hedvábných šálách zavěšených na stropu vychází z prvků klasické jógy, posilovacích cviků a základů akrobacie. Inverzní pozice (hlavou dolů) uvolňují páteř, fly jóga působí na lymfatický i zažívací systém, zpevňuje celé tělo a zlepšuje náladu. Lekci uzavírá relaxace.

Vedoucí: PhDr. Lucie Urbaczková

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 90 Kč/hodina

Dopolední cvičení pro ženy

Cvičení zaměřené na protahování všech svalových skupin, na zdravotně relaxační pasáže a cvičení s malými míčky.

Vedoucí: Jarmila Cermanová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 50 Kč/hodina

Cvičení pro zdraví

Klidné protahování celého těla se zapojením funkčního dýchání, včetně protažení fascií těla (vrstvy kolagenních vláken propojených v síť a vrstvy, jejichž vzájemná kluznost je klíčová pro zdraví pohybového aparátu a správnou funkci vnitřních orgánů).

Součástí je i cvičení s masážními válci.

Vedoucí: Jarmila Cermanová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 90 Kč/hodina



Cvičení pro těhotné

Psychoprofylaktická a pohybová příprava na pokojný průběh těhotenství a porodu.

Vedoucí: Zdeňka Řezníčková, DiS.

Termín: dle dohody

Cena: 150 Kč/hodina

Na hodiny cvičení bude možné v prostorách SVČ navázat Kurzem předporodní přípravy paní Zdeňky Řezníčkové, diplomované porodní asistentky a matky čtyř dětí.

Cvičení s Lad'kou

Procvičování svalů kolem páteře, posilování svalových skupin, jógové dýchání, protažení a relaxace. Ke cvičení je využíváno overbalových míčů.

Vedoucí: Lad'ka Suchardová

Termín: pondělí nebo čtvrtek, dle dohody

Cena: 2000 Kč/rok

Francouzština pro začátečníky

Parlez-vous français? A chtěli byste začít? Společně můžeme udělat první kroky ve francouzštině, naučit se základní slovíčka a první fráze. Vhodné pro dospělé.

Vedoucí: Mgr. Monika Bártová

Termín schůzek: dle dohody

Cena: 2000Kč/rok

Hodina zpěvu

Dopolední hodinka zpívánek lidových i umělých písní pro všechny věkové kategorie. Hudební doprovod: akordeon, kytara.

Vedoucí: Petr Starý

Termín schůzek: dle dohody, 1x 14 dní (1,5 h)

Cena: 90 Kč/lekce



Klub DofE

Vždy jsi chtěl dělat něco smysluplného, ale nikdy jsi nenašel motivaci? Láká tě výzva? Zapoj se s námi do mezinárodního projektu The Duke of Edinburgh a splň si své cíle.

Výzva vhodná pro všechny od 14 do 24 let.

Vedoucí: Artur Pivka, Natálie Duštová

Termín schůzek: dle dohody

DALŠÍ NABÍDKA:

Práce s internetem, výuka na počítačích, tvorba webu, práce s digitálním fotoaparátem

Individuální výuka dle požadavků jednotlivých klientů.

Vedoucí: Mgr. Jana Šimůnková

Čas konzultací dle dohody

Cena: 90 Kč/hodina

Fajn dílna

Máte nápad a chcete jej uskutečnit?

Nabízíme prostory nové moderní dřevodílny všem, kteří by si chtěli vytvořit svůj výrobek a nemají pro to vhodné prostory.

Po telefonické domluvě se můžete přijít podívat, jak to ve Fajn dílně funguje. Ukážeme vám veškeré vybavení dílny a také se dozvíte podrobnosti o možnosti využít prostor pro svůj projekt.

Cena pronájmu: 90 Kč/hodina

DALŠÍ AKTIVITY SVČ SLUNÍČKO

Mateřské centrum „Dudlík“

Mateřské a rodinné centrum Dudlík nabízí prostor pro setkávání rodičů i rodinných příslušníků a jejich dětí při nejrůznějších aktivitách.

Otevřený klub ULITA

Bezpečný prostor pro trávení volného času pro děti a mládež. Otevřen pondělí až pátek od 12 do 17 hodin. K dispozici deskové hry, stavebnice, stolní fotbal...



Regionální centrum programu: Mezinárodní cena vévody z Edinburghu (DofE)

Výzva pro mladé od 14. let.

Chceš se v něčem zlepšit, poznat nové lidi, vidět kus světa a zasportovat si? Protože to všechno s DofE dokážeš. Už jsi někdy měl zajímavé plány, ale pak se něco zvtlo a ty jsi to vzdal? Nebo jsi jen nenašel příležitost, jak tyto plány zrealizovat? Pak je pro tebe DofE to pravé.

Regionální centrum pro zřízení SENIOR PASU

Aktivních seniorů neustále přibývá a hledají stále nové a zajímavé způsoby, jak trávit čas. A právě v tom jim pomáhá Senior pas. Kromě slev na zboží či služby přináší také řadu nápadů a tipů na výlety, zájezdy nebo návštěvy galerií a muzeí.

Programy pro školy, školská zařízení, neziskové organizace a kluby:

Drumbeny a djembe

Program pro děti, dospělé i seniory. Tancování, zpívání a hra na hudební nástroje, výtvarné techniky. Programy: "Slunce", "Kouzelníci", "Afrika".

Deskové hry

Výukový program na základě moderních společenských her. Deskové a karetní hry, puzzle a další interaktivní zábavní program. Délka programu dle potřeby objednavatele.

Nebojme se robotů!

Cílem programu je přiblížit účastníkům základy robotiky. Ze stavebnic Fischer technik si účastníci vyzkouší postavit nejrůznější věci – od autíček, jeřábů, malých robotů až třeba po výrobní linku. Naučí se ovládat ozobota, seznámí se se základy jeho programování. Vyzkouší si základy elektrotechniky a 3D tisku.

Cestujeme Českem i Evropou.

Pořad pro děti z mateřských škol, žáky ZŠ i středoškoláky, ve kterém si účastníci interaktivní formou zopakují a rozšíří své znalosti o Česku i ostatních zemích Evropy.

Dramatická výchova se zaměřením na loutkové divadlo

Poznáte zákulisí loutkového divadla a na chvíli se z vás stanou herci.

Kurzy ve spolupráci s Národním institutem dalšího vzdělávání Praha.

Možnost uskutečnění praxe pro studenty středních a vysokých škol.