

Frühjahr 2020

Für Jugendliche + Kinder

X-TRA

JUGENDBÜRO
STADT SUNDERN

KULTURBÜRO
SUNDERN

vhs  Volkshochschule
Arnsberg/Sundern

VERANSTALTUNGSORTE

Rathaus / Rathausplatz

Rathausplatz 1
59846 Sundern

Sportplatz Hagen

Selbecke
59846 Sundern Hagen

VHS Sundern

Franz-Josef-Tigges-Platz 1
59846 Sundern

Hauptschule Sundern

Berliner Str. 57
59846 Sundern

Outdoorzentrum Mosaik

Am Sorpensee 193
59846 Sundern

Hebammenpraxis „MamaMia“

Hachener Str. 94
59846 Sundern

Potts Bauernhof

Hüttebrüchen 12
59846 Sundern

Hachen Schwimmbad

Schulstr. 12
59846 Sundern

Hallenbad Sundern

Berliner Str. 60
59846 Sundern

Treffpunkt: Amecke

Bushaltestelle Amecke, Post
59846 Sundern

Kreativwerkstatt

Lockweg 3
59846 Sundern

Sportpark Langscheid

Langscheider Str. 93
59846 Sundern

KURSE

ABENTEUER

4 - 14

(UN)SINN

15 - 33

WISSEN

34 - 43

LEGENDE



Datum



Uhrzeit



Ort



Dozent



Anmeldung



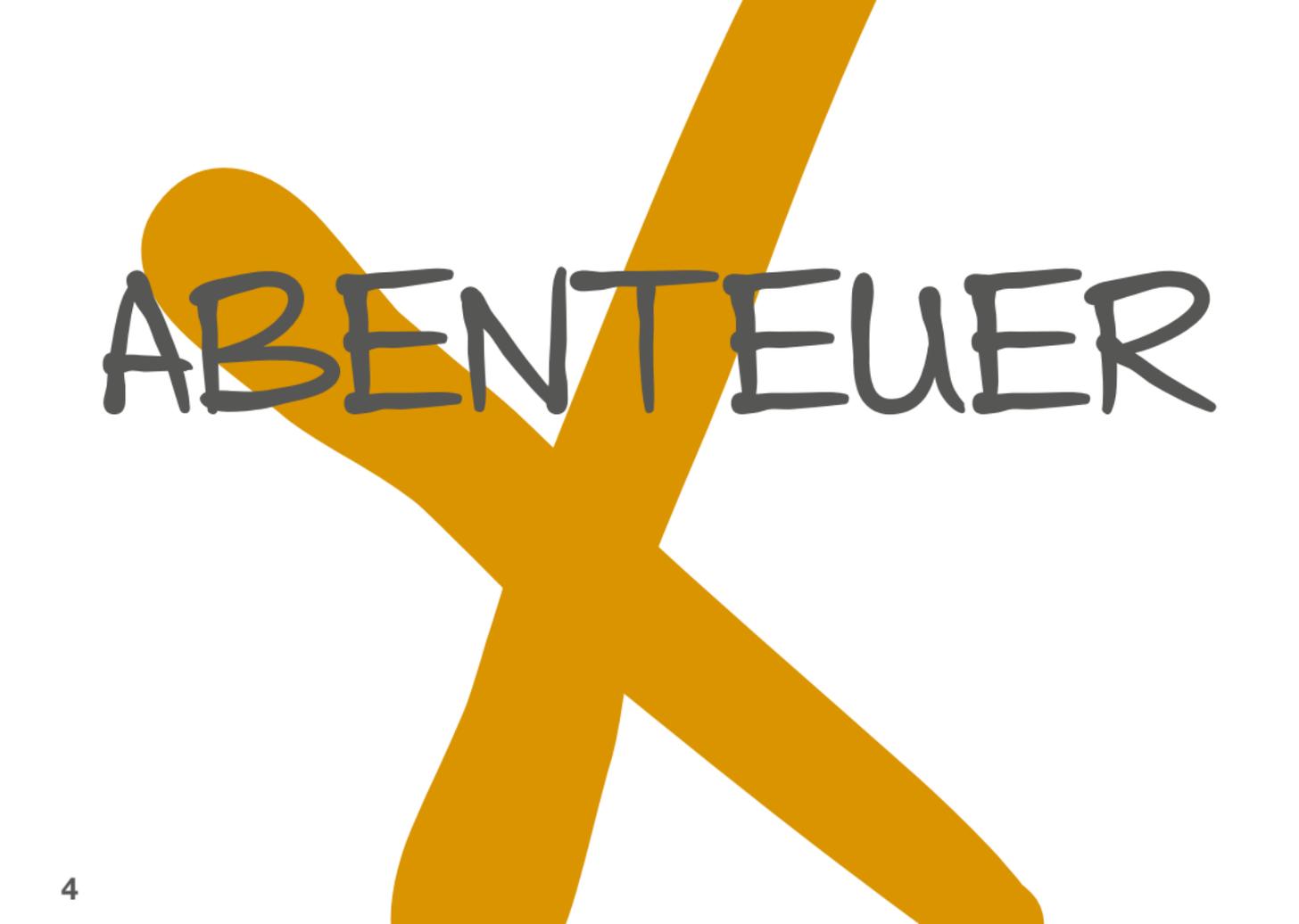
Kosten



Alter

INFO

- ⇒ Die Kosten können über das Bildungs- und Teilhabepaket der Stadt Sunden unter gegebenen Voraussetzungen übernommen werden.
- ⇒ Wenn nicht anders angegeben, sollten die Teilnehmer in jedem Programm Essen und Trinken in Rucksäcken mitbringen.
- ⇒ Die Kurse sind nicht für Kindergeburtstage geeignet!



ABENTEUER

ISERLOHNER ROOSTERS

EISHOCKEY

Die Eishockey Saison startet und wir sind wieder dabei – in der „Eishölle am Seiler See“. Dieses Mal spielen die Iserlohn Roosters im Heimspiel gegen die Kölner Haie.



28.02.2020 | 1 Termin



17.30 - 23.00 Uhr



Rathausplatz



Mosaik



Jugendbüro



15 €



ab 12 Jahre

ABENTEUER

STREET ART

IM UNIONVIERTEL DORTMUND

 17.04.2020 | 1 Termin

 9.30 - 18.30 Uhr

 Rathausplatz

 Jana und Lena vom Jugendbüro

 Jugendbüro

 10 €

 ab 14 Jahre

Wir spielen Bingo mit Graffiti!
In Gruppen suchen wir im Unionviertel Dortmund viele Graffitis, Schriftzüge oder Aufkleber - eben alles was zu Street Art zählt. Welche Gruppe zuerst alle Bilder im Street Art Bingo entdeckt – gewinnt. Angeboten wird diese Tour durch den Verein „die urbanisten e.V.“.
Anschließend bleibt genügend Zeit zum Shoppen.

BINGO

FAMILYMPICS - MEGA SPORTS

Der Familiensonntag in Sundern-Hagen lädt alle Kinder ein mit ihren Familien tolle Spielstationen zu durchlaufen. Die Familympics sind Team-Spiele die nur mit zwei oder mehreren Personen zu schaffen sind. Eltern, Kinder, Jugendliche, Omas und Opas – alle sind eingeladen. Die Stationen finden am 26. April 2020 auf dem Hagener Sportsplatz ohne Anmeldungen statt und werden vom Jugendbüro durchgeführt. Auch sonst hat der Familientag noch viel zu bieten – lasst euch überraschen.



26.04.2020 | 1 Termin



11.00 - 15.00 Uhr



Sportplatz Sundern Hagen



Jana und Lena vom Jugendbüro



ohne Anmeldung



kostenlos



Für alle Kinder und Familien

FESTSPIELE BALVER HÖHLE

JIM KNOPF UND LUKAS DER LOKOMOTIVFÜHRER

 09.05.2020 | 1 Termin

 16.00 - ca. 19.30 Uhr

 Rathausplatz

 Jana und Lena vom Jugendbüro

 Jugendbüro

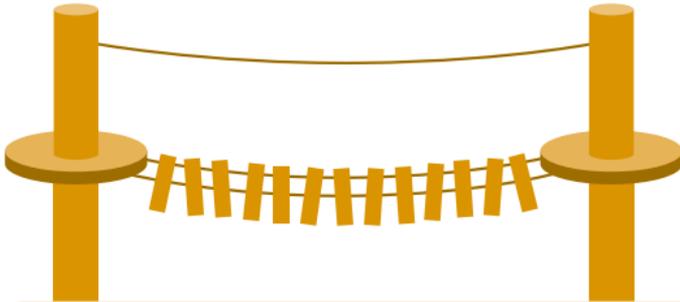
 6 €

 ab 6 Jahre



Wir fahren zum Musical „Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer“ in der Balver Höhle. In ganz besonderer Atmosphäre erleben wir die Abenteuer von Jim Knopf, Lukas und Emma und allen anderen hautnah. Bitte ein Sitzkissen und warme Kleidung oder eine Decke mitbringen.

KLETTERN AM SORPESEE



Es geht hoch hinaus. Im Hochseilgarten am Outdoorzentrum Sorpesee kannst du deine Grenzen testen und die verschiedenen Stationen im Team bewältigen. Ein Highlight ist die Riesenschaukel Giant-Swing, die dir den besten Blick über den Sorpesee erlaubt.



06.06.2020 | 1 Termin



14.00 - 17.00 Uhr



Outdoorzentrum Sorpesee



Mosaik



Jugendbüro



10 €



ab 12 Jahren

ABENTEUER

SCHWIMMVORBEREITUNGSKURS

FÜR KINDER VON 3,5 BIS 5,5 JAHREN

In dem Schwimmvorbereitungskurs wird die Wasserbewegungssicherheit der jungen Schwimmschüler/innen weiter gefestigt und die Einzelbewegungen des Brustschwimmens (Brustarmzug und Brustbeinschlag) werden vermittelt.

Am ersten Kurstermin bitte 15 Minuten früher erscheinen.

Der Eintritt in Höhe von 15,- € ist am ersten Kurstag zu entrichten.



SCHWIMMVORBEREITUNGSKURS

FÜR KINDER VON 3,5 BIS 5,5 JAHREN



03.02.2020 | 10 Termine



montags 17.15 - 18.00 Uhr
donnerstags 18.00 - 18.45 Uhr



Hallenbad Sundern



Ronja Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-578



30 €



3,5 bis 5,5 Jahre



23.04.2020 | 10 Termine



montags 17.15 - 18.00 Uhr
donnerstags 18.00 - 18.45 Uhr



Hallenbad Sundern



Ronja Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-579



30 €



3,5 bis 5,5 Jahre

ABENTEUER

SCHWIMMEN FÜR KINDER

AB DEM 5. LEBENSJAHR

Vom Nichtschwimmer zum Anfängerschwimmer. In diesem Unterricht wird Ihr Kind an das kleinste Schwimmabzeichen, das Seepferdchen, herangeführt. Aufbau der Stunden: Wassergewöhnung, Wasserbewältigung, Bewegungsabläufe der Arme und Beine, Schwimmtechnik und Koordination der Schwimmbewegung. Der Eintrittspreis für das Hallenbad ist im Kursentgelt enthalten.



SCHWIMMEN FÜR KINDER

AB DEM 5. LEBENSJAHR



11.02.2020 | 15 Termine
dienstags und freitags



17.30 - 18.15 Uhr



Hachen Schwimmbad



Klaus-Dieter Tillmann
Ronja Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-583



72,20 €



ab 5 Jahre



21.04.2020 | 15 Termine
dienstags und freitags



17.30 - 18.15 Uhr



Hachen Schwimmbad



Klaus-Dieter Tillmann
Ronja Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-584



68,60 €



ab 5 Jahre

ABENTEUER

KIDS ON BIKE AM SORPEESEE



13.06. + 14.06. 2020

22.08. + 23.08. 2020 | 4 Termine



10.00 - 14.00 Uhr



Sportpark Langscheid



Christian Rademacher



VHS – Kurs-Nr. 300-078



50 €



6 - 12 Jahre

In dem Grundkurs "Mountainbiken" können die Kinder spielerisch und ohne Leistungsdruck den Umgang mit dem Mountainbike erlernen. Ziel ist das Bike in allen Situationen kontrollieren zu können. Die Vermittlung der "Trail Rules" für das natur- und sozialverträgliche Mountainbiken ist ebenfalls Bestandteil der Veranstaltungen. Nach Einübung der Grundtechniken auf einem abgesperrten Übungsplatz wird das zuvor Erlernte gleich auf einer Tour in die Praxis umgesetzt.

Bitte mitbringen: Ein eigenes Mountainbike, sowie ein passender Helm, Handschuhe, ggf. Brille, Rucksack mit Verpflegung, dem Wetter angepasste Kleidung.



KUNDSINN

T-SHIRT SELBST GESTALTEN



20.01.2020 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Gabi Schmoll



Jugendbüro



6 €



ab 8 Jahre



Ein T-Shirt kaufen kann jeder. Aber sein eigenes T-Shirt in Batikeffekttechnik zu gestalten ist sehr spannend. Lasst euch überraschen was aus einem einfachen weißen T-Shirt so werden kann.
Bitte ein einfaches weißes T-Shirt mitbringen.

HANDLETTERING

Lettering

Das ist die Kunst, Buchstaben oder Wörter besonders schön zu schreiben. Im PC findest du viele schöne Schriften, aber keine ist dein persönliches Handlettering. Finde heraus, was deine Hand besonders gut kann. Mit Tusche über Filzstift und Kreide bieten sich dir viele Möglichkeiten.



06.02.2020 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Anne Knapstein



Jugendbüro



6 €



ab 12 Jahren

(UN)SINN

MINI-KÜNSTLER



Kleine Künstler stellen ihre Werke aus. Egal ob mit Stift oder Pinsel, Kleber oder Papier ... schon und gerade die Allerjüngsten haben die wildesten Fantasien und Ideen. Alle Gemälde und Kunstwerke die in beiden Workshops entstehen, werden anschließend in einer kleinen Ausstellung präsentiert.



MINI-KÜNSTLER

-  24.01.2020 | 1 Termin
-  15.30 - 17.00 Uhr
-  Kreativwerkstatt
-  Britta Cramer
-  Jugendbüro
-  6 €
-  3 - 6 Jahre (mit Eltern)

-  28.02.2020 | 1 Termin
-  15.30 - 17.00 Uhr
-  Kreativwerkstatt
-  Britta Cramer
-  Jugendbüro
-  6 €
-  3 - 6 Jahre (mit Eltern)

(UN)SINN

LUNCHBAG



10.02.2020 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Gabi Schmoll



Jugendbüro



6 €



ab 8 Jahren

Wenn ihr morgens zur Schule geht, packt ihr euch sicher etwas zu Essen für die Pause ein. Heute achten wir alle stark auf unsere Umwelt. Aus diesem Grund fertigen wir uns sozusagen unsere eigene Brot-Dose, aber nicht aus Plastik sondern aus Baumwollstoff und Bienenwachs. Dies ist eine Umweltfreundliche Alternative zu Plastik.



PORTRAIT ZEICHNEN LERNEN



Mit vielen Tipps und Regeln für das Zeichnen von Portraits entsteht ein perfektes Bild nach einem Foto von dir oder einer anderen Person, das als Vorlage dient. Bitte eine Fotografie auf Papier mitbringen.
Digitale Fotos auf dem Handy kann man leider nicht richtig abmalen.



28.02.2020 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Olga Shabanova



Jugendbüro



6 €



ab 7 Jahren

SUCHTEPPICH ODER SUCHBALL



02.03.2020 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Gabi Schmoll



Jugendbüro



6 €



ab 8 Jahren

Habt ihr schon mal etwas von einem Suchteppich oder Suchball gehört? Nein, diese suchen nichts, aber eure Haustiere können den Teppich oder Ball durchsuchen. Das wird dir und deinem Haustier sicher sehr viel Spaß bereiten. Wie Du diesen tierischen Spaß herstellst erfährst du in diesen Workshop.



WALDKOBOLDE



Im Abenteuerwald erforschen die Waldkoblode Tiere, Pflanzen und vieles mehr. Bitte Snack und Getränk mitnehmen.



14.03.2020 | 1 Termin



10.00 - 11.30 Uhr



Langscheid

Treffpunkt wird noch bekannt gegeben



Britta Cramer



Jugendbüro



6 €



6 - 8 Jahre

(UN)SINN

LESEKNOCHEN GESTALTEN



23.03. + 30.03.2020 | 2 Termine



17.00 - 18.00 Uhr



VHS Sundern



Gabi Schmoll



VHS – Kurs-Nr. 206-265



10 €



ab 6 Jahre

nur in Begleitung eines Erwachsenen

Gemeinsam gestalten Großeltern oder Eltern mit Ihren Enkelkindern oder Kindern einen Leseknochen, dieser gleicht einer Nackenrolle. Wir bedrucken im ersten Schritt den Stoff selbst, im zweiten Schritt fertigen wir uns das entsprechende Schnittmuster an. Im Anschluss stellen wir unseren ganz persönlichen individuellen Leseknochen her. Für diesen Kurs sind keine besonderen Nähfähigkeiten notwendig. Wer eine eigene Nähmaschine hat, darf diese natürlich, zum zweiten Termin, gerne mitbringen. Zusätzlich werden 10€ Materialkosten vor Ort abgerechnet.

WALDZWERGE IM OSTERWALD



Hör mal, wer da hoppelt! Die Waldzwerge erforschen den Osterwald. Bitte Snack und Getränk mitnehmen.



28.03.2020 | 1 Termin



10.00 - 11.30 Uhr



Langscheid

Treffpunkt wird noch bekannt gegeben



Britta Cramer



Jugendbüro



6 €



4 - 5 Jahre (mit Eltern)

EIER - FARBEN



07.04.2020 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Anne Knapstein



Jugendbüro



6 €



ab 10 Jahren

Eier sind ganz spannend. Man kann sie essen, man kann sie bemalen und seit dem Mittelalter stellt man Malfarben aus ihnen her. Wir können das alles zusammen. Wetten?



IM LAND DER SCHATTEN



Zum Fürchten oder zum Träumen? Du schaffst dir einen eigenen Schattenriss. Der kann ganz romantisch oder aber auch sehr abenteuerlich sein. Aber auf jeden Fall hat er eine tolle Wirkung.



07.05.2020 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Anne Knapstein



Jugendbüro



6 €



ab 10 Jahren

(UN)SINN

WALDZWERGE



Nix wie raus! Die Waldzwerge erforschen den Zauberwald.
Wetterfeste Kleidung und kleinen Snack mitbringen.

WALDZWERGE

 25.04.2020 | 1 Termin

 10.00 - 11.30 Uhr

 **Langscheid**
Treffpunkt wird noch bekannt gegeben

 **Britta Cramer**

 **Jugendbüro**

 **6 €**

 **4 - 5 Jahre (mit Eltern)**

 09.05.2020 | 1 Termin

 10.00 - 11.30 Uhr

 **Langscheid**
Treffpunkt wird noch bekannt gegeben

 **Britta Cramer**

 **Jugendbüro**

 **6 €**

 **4 - 5 Jahre (mit Eltern)**

(UN)SINN

FAHRT ZUM FAMILIENKONZERT

NAFTULE UND DIE REISE NACH JERUSALEM



26.04.2020 | 1 Termin



10.15 - 14.30 Uhr



Rathausplatz



Uta Koch vom Kulturbüro



Jugendbüro



7 €



ab 6 Jahren

nur in Begleitung eines Erwachsenen

Ein Erlebnis für die ganze Familie von 6 bis 110 Jahren im Konzerthaus Dortmund. Sinfonien, die schönste Stadt der Welt! Nur leider kennt sie kaum jemand. Deswegen machen sich Naftule und Anna Fingerhut gemeinsam auf den Weg. Mit einem fliegenden Melodien-Teppich reisen die Beiden einmal um die ganze Welt. Unterwegs erleben sie spannende Abenteuer, begegnen unterschiedlichsten Kulturen und treten dabei unbewusst in das ein oder andere Fettnäpfchen: Eine spannende Reise durch die Welt der Musik!

BLUMENBILD IN ÖL



Ein Stilleben mit Blumen, Obst und schönem Geschirr - ihr lernt wie die großen Meister von der Natur abzumalen.



15.05.2020 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Olga Shabanova



Jugendbüro



6 €



ab 7 Jahren

KANNST DU KUNST?



28.05.2020 | 1 Termin



16.00 - 19.00 Uhr



Kreativwerkstatt



Anne Knapstein



Jugendbüro



6 €



ab 10 Jahren

Mit Ölfarben und Leinwand bist du auf jeden Fall ein echter Künstler und malst ein tolles Stillleben. Keine Angst, Stillleben sind überhaupt nicht langweilig. Am Ende nimmst du ein total modernes, super Highlight mit nach Hause. Ölfarben trocknen nur langsam und können im nassen Zustand nur schlecht transportiert werden. Deshalb könnt ihr die Bilder am 03.06.2020 um 16 Uhr abholen.

UNSER SOMMER



Der Klassiker und schon eine Tradition – die Landschaft in der freien Natur malen. Wir werden in der Nähe des Amecker Golfplatzes malen.



05.07.2020 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Bushaltestelle Amecke, Post



Olga Shabanova



Jugendbüro



6 €



ab 7 Jahren

(UN)SINN



WISSEN

MFM - WORKSHOP

DIE ZYKLUS-SHOW - WAS IST LOS IN MEINEM KÖRPER?

Das MFM Projekt (Mädchen – Frauen – Meine Tage) vermittelt spielerisch, altersgerecht und wertschätzend welche Veränderungen sich im Körper eines Mädchens während der Pubertät abspielen. Die Zyklus-Show ist für Mädchen geeignet, die am Anfang ihrer Pubertät stehen. Sie werden auf die Veränderungen während der Pubertät vorbereitet, mit anschaulichen und liebevoll konzipierten Inhalten, dazu gehören Musik, Spiele und jede Menge Überraschungen.



27.03.2020 Elternabend

28.03.2020 Workshop



19.00 Uhr Freitag

10.00 - 16.00 Uhr Samstag



Hebammenpraxis „MamaMia“



Gunhild Schmidt



Jugendbüro



10 €



Mädchen von 9 - 12 Jahre

WISSEN

FLINKE FINGER, FLOTTER TEXT

10-FINGER-TASTSCHREIBEN

Wo war das W noch gleich? Auch der beste PC führt nicht daran vorbei: Ob in Schule, Beruf oder privat – Texte werden immer noch über die Tastatur eingegeben. Dabei kostet das berüchtigte Zwei-Finger-Suchsystem Zeit, es produziert Fehler und raubt die Motivation am Schreiben. In diesem Kurs lernet ihr, Texte schnell und richtig einzugeben - und zwar mit zehn statt zwei Fingern! Dazu übt ihr einen effizienten Umgang mit der Tastatur und trainiert Eure Griffsicherheit. Ein Kurs für Kinder ab 10 Jahre und Erwachsene. Das zugrunde liegende Lehrbuch ist im Kursentgelt enthalten.

Bitte einen Stift mitbringen.



FLINKE FINGER, FLOTTER TEXT

10-FINGER-TASTSCHREIBEN



27.02.2020 | 5 Termine



16.30 - 18.45 Uhr



EDV-Raum Hauptschule Sundern



Ingo Lange



VHS – Kurs-Nr. 501-502



82,50 €



ab 10 Jahren



23.04.2020 | 5 Termine



16.30 - 18.45 Uhr



EDV-Raum Hauptschule Sundern



Ingo Lange



VHS – Kurs-Nr. 501-505



82,50 €



ab 10 Jahren

WISSEN

ALPAKAFÜHRERSCHEIN



31.03.2020 | 1 Termin



15.30 - 18.30 Uhr



Rathausplatz



Jana und Lena vom Jugendbüro



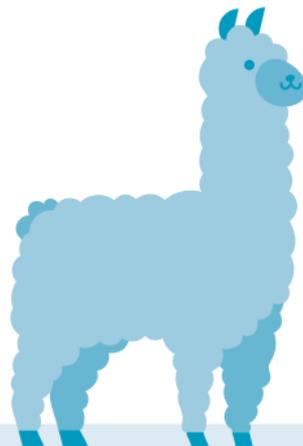
Jugendbüro



8 €



ab 8 Jahren



Bei dem Alpakaführerschein auf dem Ennerhof in Wennigloh sind verschiedene Herausforderungen zu meistern. Nach dem Halftern und Füttern erfolgt eine Einweisung in die Führtechnik der Alpakas. Der Führerschein ist nach absolviertem Gruppenquiz und einem Geschicklichkeitssparcours bestanden. Bitte warme und wasserfeste Schuhe oder Stiefel anziehen.

ELTERN - KIND - PONYZEIT

PONYWORKSHOP FÜR 2 BIS 4 JÄHRIGE



Gemeinsam lernen wir die Ponys kennen, striegeln und versorgen sie. Spielerisch können die Kinder erste Erfahrungen auf dem Ponyrücken machen. Unsere kleine Ponybande freut sich schon auf Euch!



09.05. + 10.05.2020 | 2 Termine



jeweils 10.00 - 11.30 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens



Jugendbüro



8 €



2 - 4 Jahre

in Begleitung einer erwachsenen Person

DIE WILDE PONYHERDE

PONYWORKSHOP FÜR MINI'S



06.06. + 07.06.2020 | 2 Termine



jeweils 10.00 - 12.00 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens



Jugendbüro



10 €



3 - 5 Jahre

Gemeinsam tauchen wir in die Welt der Ponys ein. Wir pflegen und versorgen sie, erkunden mit den Ponys die Natur und spielen spannende Reiterspiele in der Reithalle. Die Ponyherde auf Potts Bauernhof freut sich schon auf Euch!



AUF DIE PONYS, FERTIG LOS ...

PONYWORKSHOP FÜR MAXI'S



Gemeinsam entdecken wir die Welt der Ponys. Wir putzen und versorgen sie, lernen ihre Sprache und den richtigen Umgang mit ihnen kennen und werden so zu echten Ponyexperten. Und dann geht es auf die Ponys, fertig los. In der Reithalle reiten wir, führen die Ponys und erleben spannende Reiterspiele.



02.05. + 03.05.2020 | 2 Termine



jeweils 10.00 - 13.30 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens



Jugendbüro



12 €



9 - 10 Jahre

WISSEN

ENGLISH SUMMER CAMP

5. UND 6. SCHULJAHR



27. - 31.07.2020 | 5 Termine



09.30 - 12.00 Uhr



VHS - Sundern



Olga Geueke



VHS – Kurs-Nr. 406 - 164



49,50 €



5. und 6. Schuljahr

Spielerisches Training von Vokabeln,
Grammatik und Konversation.

A B

ENGLISH SUMMER CAMP

7. UND 8. SCHULJAHR

Spielerisches Training von Vokabeln,
Grammatik und Konversation.



03. - 07.08.2020 | 5 Termine



09.30 - 12.00 Uhr



VHS - Sundern



Olga Geueke



VHS - Kurs-Nr. 406 - 165



49,50 €



7. und 8. Schuljahr

WISSEN

JUGENDBÜRO STADT SUNDERN

JUGENDBÜRO STADT SUNDERN

Lena Willeke & Jana Fricke
Rathausplatz 1
59846 Sundern

Tel. 0 29 33 - 81 112 oder -261
jugendbuero@stadt-sundern.de
www.jugendbuero-sundern.de

KULTURBÜRO SUNDERN

KULTURBÜRO STADT SUNDERN

Uta Koch
Rathausplatz 1
59846 Sundern

Tel. 0 29 33 - 81209
u.koch@stadt-sundern.de



VHS ARNSBERG-SUNDERN

Franz-Josef-Tigges-Platz 1
59846 Sundern

Tel. 0 29 33 - 40 70
www.vhs-arnsberg-sundern.de



Ein Kooperationsangebot der VHS Arnsberg-Sundern,
Kulturbüro und Jugendbüro Sundern.