

FRÜHJAHR 2023

Für Jugendliche + Kinder

X-TRA

JUGENDBÜRO
STADT SUNDERN

 KULTURBÜRO
Stadt Sundern (Sauerland)

vhs  Volkshochschule
Arnsberg/Sundern

VERANSTALTUNGSORTE

Aula Marienschule

Silmecke 23
59846 Sundern

Hachen Schwimmbad

Schulstr. 12
59846 Sundern

kreativWerkstatt

Röhre 4
59846 Sundern

Schellen Hof

Meinkenbrachter Str. 1
59846 Sundern

Atelier Elke Frommhold

Niedensteinsweg 11
59846 Sundern-Endorf

Hauptschule Sundern

Berliner Str. 57
59846 Sundern

Peter Prinz Bildungshaus

Ehmsenstraße 7
59821 Arnsberg

VHS Sundern

Franz-Josef-Tiggis-Platz
59846 Sundern

Berghaus Stockum

Stockumer Str. 7
59846 Sundern

Jugendcafé Gammon

Kleinbahnstraße 6
59846 Sundern

Potts Bauernhof

Hüttebrüchen 12
59846 Sundern

Fotografie Anja Hilburg

Hauptstraße 103
59846 Sundern

Jugendraum Amecke

Seestraße 6
59846 Sundern

Rathausplatz

Rathausplatz 1
59846 Sundern

KURSE

ABENTEUER

5 - 19

(UN)SINN

20 - 42

GEWUSST WIE

43 - 61

KURSÜBERSICHT

64 - 67

LEGENDE



Datum



Uhrzeit



Ort



Dozent



Anmeldung



Kosten



Alter

INFO



Die Kosten können über das Bildungs- und Teilhabepaket der Stadt Sundern unter gegebenen Voraussetzungen übernommen werden.



Wenn nicht anders angegeben, sollten die Teilnehmer*innen in jedem Programm Essen und Trinken in Rucksäcken mitbringen.



Die Kurse sind nicht für Kindergeburtstage geeignet!



Die aktuelle Corona-Schutz-Verordnung ist zu beachten.

ANMELDEPORTAL

NEU!

Anmeldungen der Jugendbüro und Kulturbüro
Aktionen und Kurse sind ausschließlich
über das neue Anmeldeportal möglich.

Einfach den QR-Code scannen!



Nach der Anmeldefrist werden die Plätze
verlost und offene Plätze im Anschluss
nach dem Windhund Prinzip vergeben!

Alle weiteren Informationen und Fristen
finden ihr im Anmeldeportal!

Einige Angebote und Kurse
werden unterstützt durch:

 Sparkasse
Arnsberg-Sundern



gefördert von

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen





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



24.01.2023 | 15 Termine



dienstags und freitags
16.45 - 17.30 Uhr



Hachen Schwimmbad



Ronja Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-580



84,70 €



ab 5 Jahren



24.01.2023 | 15 Termine



dienstags und freitags
17.30 - 18.15 Uhr



Hachen Schwimmbad



Klaus-Dieter Tillmann
Ronja Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-581



84,70 €



ab 5 Jahren

ABENTEUER



01.02.2023 | 1 Termin



15.00 - 17.00 Uhr



Jugendcafé Gammon



Team vom Gammon



Anmeldungsportal



kostenlos



ab 8 Jahren

weitere Termine:

01.03.,

03.05.,

07.06.

Du hast Lust neue Kinder kennenzulernen? In unserem Gammon stehen dir Kickertisch, Billard und ein Airhockey-tisch bereit. Du kannst frei entscheiden, was du heute machen möchtest. Wir überlegen uns eine kleine Bastel- oder Backaktion, damit du auch etwas mit nach Hause nehmen kannst.

Du darfst gerne spontan vorbeikommen! Zur besseren Planbarkeit ist eine Anmeldung jedoch wünschenswert!

EISHOCKEY ISERLOHNER ROOSTERS

„Ich will zurück zu den Roosters, ich will zurück zum Seilersee“ – du kannst dich schon einmal auf das Eishockey Spiel der Roosters einstimmen. Denn diese spielen am 24. Februar gegen die Kölner Haie.



24.02.2023 | 1 Termin



ab 18.15 Uhr



Rathausplatz



Jugendbüro



Anmeldungsportal



10 €



ab 12 Jahren

ABENTEUER

SCHAUMPARTY

in der Eishalle in Iserlohn



25.02.2023 | 1 Termin



18.30 - 22.30 Uhr



Rathausplatz



Jugendbüro



Anmeldungsportal



5 €



ab 14 Jahren



Schlittschuhe angeschnallt, Handschuhe an, Musik an und los geht's. Heute fahren wir zur Eisdisco nach Iserlohn.

FACK JU GÖTTE

das Musical

DIE STORY:

Als Zeki Müller nach seiner Haftstrafe aus dem Gefängnis entlassen wird, hat er nur eins im Kopf: Die Beute seines letzten Überfalls. Die hat seine Freundin ausgerechnet da verbuddelt, wo nun die Turnhalle der Goethe-Gesamtschule steht. Deshalb bewirbt Zeki sich auf die ausgeschriebene Stelle als Hausmeister. Es kommt zum Missverständnis mit der Direktorin Frau Gerster, die ihn als Aushilfslehrer einstellt. Plötzlich heißt es statt Style und Geld also Faust und Pythagoras für „Herrn Müller“. Und dann wird ihm auch noch die Problemklasse 10b zugeteilt.

Du willst das Musical live erleben?
Dann sei schnell und meld dich an!



01.03.2023 | 1 Termin



17.00 - 23.00 Uhr



Rathausplatz | Bochum



Team vom Jugendbüro



Anmeldungsportal



10 €



ab 14 Jahren

ABENTEUER

POTTSTAUSENDLAND



04.03.2023 | 1 Termin

25.03.2023 | 1 Termin



9.00 - 15.00 Uhr



Pott's Bauernhof



Inge Müskens



Anmeldungsportal



10 €



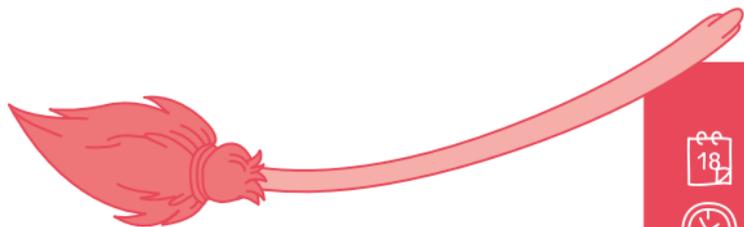
5 - 12 Jahre

Ihr seid haargenau die Kinder, auf die wir im PottsTausendLand schon soooo lange warten. Können wir euch ein riesengroßes Geheimnis anvertrauen?

Möchtet ihr euch dazu auf eine tierisch verrückte Reise über den Bauernhof begeben und wertvolles Land entdecken? Die Koffer, oder besser gesagt die Kisten sind auf jeden Fall schon gepackt und was Leckeres zu Essen gibt es natürlich auch. Du brauchst also kein eigenes Picknick mitbringen, sofern du keine Unverträglichkeiten hast.

Machen wir uns auf den Weg...

BIBI BLOCKSBERG „ALLES WIE VERHEXT“



Heute fahren wir in den Maximilian Park nach Hamm. Dort schauen wir uns das Musical "Bibi Blocksberg - Alles wie verhext" an.



21.04.2023 | 1 Termin



14.30 - 19.00 Uhr



Rathausplatz



Jugendbüro



Anmeldungsportal



5 €



5 - 7 Jahre

ABENTEUER

KLEINE RITTER – GROSSE BURG



25.04.2023 | 1 Termin



15.30 - 18.00 Uhr



Rathausplatz



Verkehrsverein Arnsberg



Anmeldungsportal



5 €

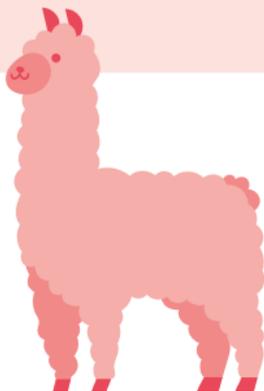


6 - 8 Jahre

Ihr entdeckt im mittelalterlichen Arnsberg einen finsternen Wehrgang mit Fackeln und dann heißt es: "Ran an die Kanonen! Verteidigt die Burg!" Ist der Angriff kampfesmutig abgewehrt, so werdet ihr nach dem Hören einer spannenden Sage zu tapferen Rittern geschlagen.

ALPAKA-ÜBERRASCHUNGS-AKTION

Heute geht's auf den Ennerthof nach Wenigloh und du lernst die Alpakas kennen. Wusstest du, dass auf dem Ennerthof nur männliche Alpakas leben und alle Namen auf „o“ enden? Wieso das so ist, erfährst du heute. Freu dich auf einen spannenden Tag mit witzigen Aktionen mit und über die Alpakas.



26.04.2023 | 1 Termin



15.30 - 18.30 Uhr



Rathausplatz



Lena Schulte-Stieffermann



Anmeldungsportal



8 €



ab 10 Jahren

ABENTEUER

SPIELEN – MALEN – KREATIV SEIN

Sagenhafte Entdeckungstouren durch Sundern



27.04 + 23.05. + 30.05.2023 | 3 Termine



16.00 - 18.00 Uhr



wird bei Anmeldung bekannt gegeben



Susanne Thoß



Anmeldungsportal



5 €



ab 10 Jahren

Siebenmal kannst du Sunderns geheimnisvollen und sagenhaften Ecken kennen lernen. Ihr entdeckt immer neue Sagen über Sundern, besucht den Frosch auf seinem Hochsitz, den Ossenstein, den Teufelsteich und immer könnt ihr das Gehörte und das was ihr seht auf eurem Malblock festhalten und nehmt was auf dem Weg liegt und gestaltet etwas.

KIKI ISLAND

Du hast Lust auf Toben, Klettern und Rutschen?

Wir verbringen den Nachmittag im Kiki Island. Pack deine Stoppersocken und ausreichend Getränke ein und komm mit.



10.05.2023 | 1 Termin



15.00 - 18.30 Uhr



Rathausplatz



Jugendbüro



Anmeldungsportal



5 €



ab 6 Jahren

ABENTEUER

SUNKATANKA MINI

Großer Tag der Indianer



03.06.2023 | 1 Termin



10.00 - 12.30 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens + Team



Anmeldungsportal



10 €



3 - 5 Jahre



Gemeinsam mit den Ponys tauchen wir in die Welt der Indianer ein. Wir spielen, reiten, lesen Spuren und erleben spannende Abenteuer. Gerne dürft ihr verkleidet kommen. Wir freuen uns auf alle Indianerkinder! Ein Picknick ist inklusive. **Solltest du Unverträglichkeiten haben, bring bitte auch dein eigenes Picknick mit.**

SUNKATANKA MAXI

Großer Tag der Indianer

Gemeinsam mit den Ponys tauchen wir in die Welt der Indianer ein. Wir spielen, reiten, lesen Spuren und erleben spannende Abenteuer. Gerne dürft ihr verkleidet kommen. Wir freuen uns auf alle Indianerkinder! Solltest du Unverträglichkeiten haben, bring bitte auch dein eigenes Picknick mit.



03.06.2023 | 1 Termin



13.30 - 17.00 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens + Team



Anmeldungsportal



15 €



6 - 9 Jahre

ABENTEUER



(UN)SINN

DODOS REISE

Konzert für die ganze Familie im Konzerthaus Dortmund

Ein musikalisches Abenteuer zwischen Südsee und Dortmund

Dodo ist ein abenteuerlustiger Vogel. Er verlässt seine idyllische Insel um uns mit seinen frechen, lustigen und klugen Ideen zu begeistern. Schon seit Monaten möchte Dodo unbedingt einmal die große Bühne im Konzerthaus besuchen um von seiner spannenden Reise zu erzählen. Musikalische Unterstützung bekommt er dabei von den Minimusikern aus Münster und den Dortmunder Philharmonikern.



12.02.2023 | 1 Termin



10.30 - 14.30 Uhr



Rathausplatz



Kulturbüro



Anmeldungsportal



5 €



ab 6 Jahren

(UN) SINN

MASKEN – MEHR ALS KARNEVAL



13.02.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Anne Knapstein



Anmeldungsportal



kostenfrei



ab 11 Jahren

Masken haben eine uralte Geschichte. Sie sind viel älter als z.B. Karneval und haben viele unterschiedliche Bedeutungen. Du gestaltest deine eigene Maske, der du eine bestimmte Bedeutung geben kannst. Wenn du schon eine Vorstellung davon hast, kannst du gerne eigenes Material für die Gestaltung mitbringen, z.B.: Wolle oder Stoff.



MEISTERWERKE WÜRFELN



Wir beschäftigen uns mit so berühmten Künstlern wie Miro, Picasso und Kandinsky. Durch das Erwürfeln einzelner Elemente erschaffen wir unser eigenes Kunstwerk – ganz nach meisterlichem Vorbild.



23.02.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal



5 €



ab 8 Jahren

(UN) SINN

SUPERHELDEN FÜR DIE WAND



24.02.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal

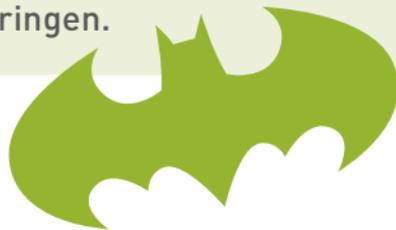


5 €



ab 8 Jahren

Egal, wer dein Superheld ist – wir bannen ihn oder sein Logo auf Leinwand. Mit knalligen Farben in Pop-Art Manier oder in schwarz-weiß entsteht ein ganz neuer Blick auf deinen Lieblingshelden. Gerne kannst du auch ein Bild als Vorlage mitbringen.



ES WIRD BUNT

Einfach malen und zeichnen

Du möchtest ein Bild malen, weißt aber nicht wie. Hier schaffst du das mit ganz viel Spaß beim Malen und dem Umgang mit Farben. Versprochen!

Ihr experimentiert mit verschiedenen Materialien und Techniken und probiert diese aus.



01., 08. & 15.03.2023 | 3 Termine



mittwochs 16.00 - 17.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Michaela Pieper



VHS – Kurs-Nr. 207-395



kostenfrei



ab 10 Jahren

Kultur
Rucksack
NRW



(UN) SINN

POUR(E) MAGIE



07.03. & 27.03.2023 | 2 Termine



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Anne Knapstein



Anmeldungsportal



kostenfrei



ab 12 Jahren

Hast du schon mit Acrylfarben und Pouring gearbeitet? Hier erlernst du weitere Techniken, und erlebst die Magie, die Farbe immer wieder auf uns ausübt.



KLiKis – COLLAGEN

„Papier trifft Holzlatte“

Wir sammeln Motive aus Zeitschriften, Bilder und Schriften aus alten Büchern und bringen sie auf eine Holzlatte.

So entstehen individuelle und dekorative Kunstwerke. Wir leisten einen Beitrag zum Thema Nachhaltigkeit durch eigenes Gestalten mit nachwachsenden Rohstoffen.

Bitte Farbkasten und – wer hat – ein Schnitzmesser mitbringen.

Die KlimaKids – KliKis leisten einen Beitrag zum Thema Klimaschutz und Nachhaltigkeit, indem kreativ mit natürlich Rohstoffen gestaltet wird!



07.03.2023 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Jugendraum Amecke



Susanne Thoß



Anmeldungsportal



5 €



ab 8 Jahren

(UN) SINN

ALLE VÖGEL SIND SCHON DA ...



09.03.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal



5 €



ab 8 Jahren

Frühling – herrlich! Schon mit den ersten Sonnenstrahlen zwitschern die Vögel. Ein guter Grund, einen bunten Fantasie-Vogel auf die Leinwand zu bannen. Oder doch lieber als Fensterbild? Du hast die Wahl!

UNTERWASSERWELTEN

Wusstest du, dass es am Meeresgrund ganz dunkel ist? Macht nichts, wir bringen Licht ins Dunkel und malen eine Unterwasserwelt, die wir mit Taschenlampen erkunden können.



23.03.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal



5 €



ab 6 Jahren

(UN) SINN

KLiKis - SPIELESAMMLUNG IM KARTON

„Von Mikado bis Mensch ärgere dich nicht!“



30.03.2023 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Jugendraum Amecke



Susanne Thoß



Anmeldungsportal



5 €



ab 8 Jahren

Wir sammeln Ideen und Steine im Wald für eine Spielesammlung zum Mitnehmen. Im Jugendraum schnitzen, schmirgeln und bemalen wir die Naturmaterialien. Dann spielen wir. Wir leisten einen Beitrag zum Thema Nachhaltigkeit durch eigenes Gestalten mit natürlichen Rohstoffen.

Bitte Farbkasten und – wer hat – ein Schnitzmesser mitbringen.

Die KlimaKids – KliKis leisten einen Beitrag zum Thema Klimaschutz und Nachhaltigkeit, indem kreativ mit natürlich Rohstoffen gestaltet wird!

Konzert für die ganze Familie im Konzerthaus Dortmund

Jeder kennt die Geschichte des neugierigen und freundlichen Mädchens, das sein Zuhause in den Bergen hat.



16.04.2023 | 1 Termin



10.30 - 14.30 Uhr



Rathausplatz



Kulturbüro



Anmeldungsportal



5 €



ab 6 Jahren

BLUMENWIESE MIT BIENE



20.04.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal



5 €



ab 6 Jahren

Die Frühlingssonne lässt es in den Wiesen summen und brummen. Wir malen uns eine schöne Wiese mit dem Pinsel und schauen mal nach, was sich da zwischen unseren Blumen tummelt ...



TUKAN, DER TOLLE VOGEL AUS DEM REGENWALD



Habt viel Spaß mit diesem schönen Motiv,
gemalt mit Acrylfarbe.



24.04.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.30 Uhr



Berghaus Stockum



Elke Frommhold



Anmeldungsportal



5 €



ab 10 Jahren

(UN) SINN

MUTTERTAG



04.05.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal



5 €



ab 6 Jahren

Hier wird gar nicht viel verraten!
Nur so viel – wir fertigen Schönes
für die besten Mamas der Welt an.

für Mama

KNALLBUNTE KUH



Wir haben großen Spaß mit unseren Wiederkäuern!



15.05.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.30 Uhr



Atelier Elke Frommhold



Elke Frommhold



Anmeldungsportal



5 €



ab 10 Jahren

(UN) SINN

GRAFFITI-KUNST: ANFÄNGER WORKSHOP

für Kinder und Jugendliche von 8 bis 17 Jahren



12.05. & 13.05.2023 | 2 Termine



1. Termin: 15.00 - 18.00 Uhr

2. Termin: 10.00 - 12.00 Uhr



VHS Sundern



Marcel Veneman



VHS – Kurs-Nr. 207-600



kostenfrei



10 - 14 Jahre

Kultur
Rucksack
NRW



Ihr wollt die Kunst des Graffitis kennenlernen und auch selber euren Namen im Graffiti-Stil umsetzen? Dann seid ihr in diesem Kurs richtig. Zunächst erfahrt ihr etwas über die Geschichte der Graffiti-Kunst, wo und wie sie angefangen hat, und auch was legal und was illegal ist (also wo der Spaß aufhört). Darauf aufbauend lernt ihr, wie man mit Schrift gestaltet und wie man lustige Comicfiguren entwirft. Dabei entstehen Skizzen, z. B. wird euer Name als Graffiti umgesetzt. Zum zweiten Termin treffen wir uns im Außenbereich vor einer großen Wand, die wir dann gemeinsam mit unseren Graffitis gestalten. Am ersten Tag werdet Ihr die theoretischen Grundlagen lernen und selbstständig erste Zeichnungen anfertigen. Am zweiten Tag erfolgt dann die praktische Umsetzung. Es werden alle Materialien (Sprühdosen, Handschuhe usw.) außer Atemschutz gestellt.

GRAFFITI-KUNST FÜR FORTGESCHRITTENE

für Kinder und Jugendliche von 8 bis 17 Jahren

Ihr habt schon Erfahrung mit dem Sprühen von Graffiti? Dann seid ihr in diesem Kurs richtig. Am 2. Tag erfolgt dann die praktische Umsetzung. Es werden alle Materialien (Sprühdosen, Handschuhe usw.) außer Atemschutz gestellt.



19.05. & 20.05.2023 | 2 Termine



1. Termin: 15.00 - 18.00 Uhr
2. Termin: 10.00 - 12.00 Uhr



VHS Sundern



Marcel Veneman



VHS – Kurs-Nr. 207-601



kostenfrei



10 - 14 Jahre

(UN) SINN

CARDBOARD-PORTRAITS



25.05.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal



5 €



ab 6 Jahren

Aus Pappkartons ein Gesicht modellieren, das ist die Herausforderung. Ob du dich selber oder jemand anderen porträtierst – am Ende steht ein Bildnis in 3D – fast ganz ohne Malen :o)

KLiKis – BUNTE VIELFALT

wir bemalen und dekorieren „alles, was wir finden“

Wir sammeln im Wald und Jugendraum, gestalten und bemalen alles, was uns gefällt z.Bsp. Naturmaterialien und Papprollen. Wir dekorieren zusätzlich mit bunten Wollresten. Wir leisten einen Beitrag zum Thema Nachhaltigkeit durch eigenes Gestalten mit natürlichen Rohstoffen.

Bitte Farbkasten und - wer hat - ein Schnitzmesser mitbringen.

Die KlimaKids – Klikis leisten einen Beitrag zum Thema Klimaschutz und Nachhaltigkeit, indem kreativ mit natürlich Rohstoffen gestaltet wird!



25.05.2023 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Jugendraum Amecke



Susanne Thoß



Anmeldungsportal – Jugendbüro



5 €



ab 8 Jahren

(UN) SINN

HAPPY ANIMALS



01.06.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal



5 €



ab 8 Jahren



Wir schnuppern ein bisschen in die Welt der Illustration und erschaffen mit Aquarellfarben und Buntstiften verrückte und witzige Tiere. Vielleicht entstehen sogar kleine Geschichten!

DSCHUNGELKUNST

Der Dschungel ist für manche Tiere ein ganz schön gefährliches Pflaster. Deshalb haben sie gelernt sich gut zu tarnen. Du malst ein Dschungelbild, und lässt die Betrachter raten, welches Tier, oder vielleicht auch mehrere, du im Bild versteckt hast.



06.06.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Anne Knapstein



Anmeldungsportal



kostenfrei



ab 10 Jahren

(UN) SINN

KLOPAPIERROLLENFISCHE



15.06.2023 | 1 Termin



16.00 - 18.00 Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Stephanie Messer



Anmeldungsportal



5 €



ab 6 Jahren



Hast du noch nie vom Klopapierrollenfisch gehört? Macht nichts, wir lernen diese seltene Art kennen und basteln uns ein eigenes seltenes Exemplar!



GEWUSST WIE

KOREANISCH FÜR ANFÄNGER/INNEN

Online



25.01.2023 | 10 Termine



18.30 - 20.00 Uhr | mittwochs



VHS Sundern



Klara-Sophie Schulte



VHS – Kurs-Nr. 426-200



84 €



ab 16 Jahren



Im Koreanischkurs für Anfänger/-innen lernst du das koreanische Alphabet Hangeul, grundlegende Grammatik und wie du dich im koreanischen Alltag verständigen kannst.

Dazu zählen neben wichtigen Vokabeln und Redewendungen auch ein kulturelles Verständnis in Bereichen wie Esskultur, Etikette, Reisen, Einkaufen uvm. Ab Sitzung 3 wird das 'New Sogang Korean 1A Student's Book', sowie das 'New Sogang Korean 1A Workbook' gebraucht. Die Grammatik und Vokabellisten im Buch sind auf Englisch, können auf Nachfrage aber auch auf Deutsch bereitgestellt werden.

Junge Erwachsene sind ebenfalls herzlich willkommen im Kurs.

New Sogang
Korean 1A
Student's Book
ISBN 10-8976995724

Sogang Korean
1A Workbook
ISBN 10-8976995724

INTUITIVES BOGENSCHIESSEN

Achtsame Konzentration auf das Hier und Jetzt

Gemeinsam in einer kleinen Gruppe lernst du die spannende und entspannende Kunst des Bogenschießens kennen. Es macht riesigen Spaß. Intuitives Bogenschießen bedeutet: Konzentration, Haltung, Gelassenheit, Entspannung. Ziele zu fokussieren ohne Wettkampf und Erfolgsdruck.

Info: Kinder ab 7 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen



28.01.2023



10.00 - 17.00 Uhr



Forum – Peter Prinz Bildungshaus



Heike Hoffmann



VHS – Kurs-Nr. 301-800



65 €



Erwachsene und Kinder ab 7 Jahre

GEWUSST WIE

UKULELE

für Einsteiger & Refresher



28.01.2023 | 1 Termin

18.06.2023 | 1 Termin



11.00 - 15.00 Uhr



VHS Sundern



Dietmar Spatz



VHS – Kurs-Nr. 213-151 & 213-152



52€



ab 8 Jahren

Ukulele spielen(d) lernen an einem Tag. Die Ukulele ist ein preiswertes Instrument und leicht zu erlernen. Eigentlich das ideale Instrument für alle, die einen unproblematischen Einstieg in die Welt der Musik und des eigenen Musizierens suchen. Ohne Notenkenntnisse und mit viel Spaß in allen Musikstilen von Blues, Country, Klassik bis hin zum Volkslied oder Kirchenlied - alles lässt sich auf dem kleinen, überschaubaren Instrument interpretieren. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Motto: 4 Saiten sind weniger als 6!

Leih-Ukulele: 5€



An einem Tag Mundharmonika spielen(d) lernen: Ein Singer-Songwriter und Blues-Harp-Spezialist zeigt wie das geht! Die Mundharmonika ist in der Hosentasche zu transportieren und leicht zu erlernen. Am ersten Tag "geht schon die Post ab" und man kann ein Lied spielen. Die TeilnehmerInnen erlernen beim renommierten Blues Harp Virtuosen und Musikschulleiter die Basis und das rhythmische Grundlagenwissen zum Spielen auf der diatonischen Mundharmonika. Einfache Volkslieder, Traditionelles, Blues-Songs sowie die Blues-Kadenz können Sie nach diesem Schnupperkurs spielen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Eine C-Dur gestimmte diatonische (10 Kanäle) Blues-Harp-Mundharmonika Richter Stimmung ist mitzubringen oder im Kurs zu erwerben.

MUNDHARMONIKA

für Einsteiger & Refresher



28.01.2023 | 1 Termin

18.06.2023 | 1 Termin



15.15 - 19.15 Uhr



VHS Sundern



Dietmar Spatz



VHS – Kurs-Nr. 213-185 & 213-186



52€



ab 8 Jahren

GEWUSST WIE

FLINKE FINGER, FLOTTER TEXT

10 Finger-Tast schreiben



23.02.2023 | 5 Termine



16.30 - 18.45 Uhr | donnerstags



Hauptschule Sundern, EDV-Raum



Ingo Lange



VHS – Kurs-Nr. 501-830



75 €



ab 10 Jahren

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 lernt ihr, Texte schnell und richtig einzugeben - und zwar mit zehn statt zwei Fingern! Dazu üben Sie einen effizienten Umgang mit der Tastatur und trainieren Ihre Griffsicherheit. Ein Kurs für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre.

Das zugrunde liegende Lehrbuch ist im Kursentgelt enthalten. Bitte einen Stift mitbringen.

FOTOWORKSHOP

Fest im Blick – und Klick!

Im zweitägigen Foto-Schnupper-Kurs zeigt dir Fotografin Anja Hilburg worauf es beim Fotografieren ankommt. Du lernst, wie eine Kamera aufgebaut ist und wie du das perfekte Foto schießen kannst. Du fotografierst draußen und im Studio. Anschließend geht's an die Bildbearbeitung. Zum Schluss darfst du deine besten Fotos selber zuschneiden, auf eine Platte ziehen und dann mit nach Hause nehmen.

P.S.: Wenn du hast, bring eine eigene Kamera mit!



13. & 14.03.2023

2 Termine



15.00 - 18.00 Uhr



Fotografie Anja Hilburg



Anja Hilburg



Anmeldungsportal



10 €



ab 10 Jahren



06. & 07.03.2023

2 Termine



15.00 - 18.00 Uhr



Fotografie Anja Hilburg



Anja Hilburg



Anmeldungsportal



10 €



ab 10 Jahren

DIE WILDE PONYHERDE

Ponyworkshop für Mini's



18.03.2023 | 1 Termin



10.00 - 12.30 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens



Anmeldungsportal



15 €



3 - 5 Jahre (ohne Eltern)

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! Bitte bring ein kleines Picknick mit.

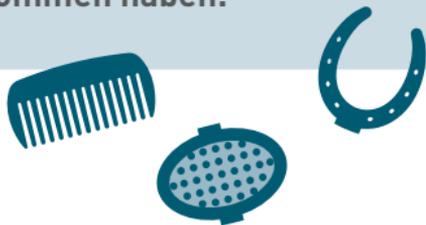
Der Kurs ist nur für die Kinder, die noch nicht teilgenommen haben. Der Kurs findet ohne Begleitung der Eltern statt.

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. Bitte bring ein kleines Picknick mit.

Der Kurs ist nur für die Kinder, die noch nicht teilgenommen haben.



18.03.2023 | 1 Termin



13.30 - 17.00 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens



Anmeldungsportal



20 €



6 - 9 Jahre

GEWUSST WIE

DREH DEINEN KURZFILM



05.04. - 09.04..2023 | 5 Termine



1. - 3. Termin: 11:00 – 15:00 Uhr
4. + 5. Termin: 11:00 – 17:00Uhr



kreativWerkstatt
im Kunstverein Sundern-Sauerland



Maximilian Osterholz



Anmeldungsportal



kostenfrei



10 - 14 Jahre

Kultur
Rucksack
NRW



Es wird spannend: du bist Autor*innen, Schauspiel*in, Regisseur*in und Produzent*in und drehst deinen eigenen ersten Kurzfilm.

Innerhalb der ersten drei Tag erfahrt ihr alles was notwendig ist, um einen Film zu drehen, schreibt auch euer Drehbuch und werdet diese Grundlagen direkt anwenden um selber einen bis zu 10-Minütigen Kurzfilm zu konzipieren und zu schreiben. Ihr bekommt zudem einen guten Eindruck in die geheime Welt des Films.

TIGGESHOF AINKHAUSEN

Wo kommen unsere Lebensmittel her?

An diesem spannenden Nachmittag auf dem Tiggeshof werden Waffeln gebacken. Dazu müsst Ihr alle dafür benötigten Zutaten auf dem Hof sammeln, selbst Mehl mahlen & vieles mehr.



19.04.2023 | 1 Termin



14.00 - 18.00 Uhr



Rathausplatz



Tiggeshof + Jugendbüro



Anmeldungsportal



10 €



ab 6 Jahren



11.05.2023 | 1 Termin



14.00 - 18.00 Uhr



Rathausplatz



Tiggeshof + Jugendbüro



Anmeldungsportal



10 €



ab 6 Jahren

GEWUSST WIE

FLUGHAFEN AIRLEBNIS + STÄDTETRIP

ab 12 Jahren



22.04.2023 | 1 Termin



die genauen Abfahrzeiten werden
vor dem Programm mitgeteilt



Rathausplatz



Jugendbüro



Anmeldungsportal



5 €



ab 12 Jahren

Auf geht's zum Flughafen Paderborn-Lippstadt. Durchläuft eine echte Sicherheitskontrolle und erfahrt, welche Wege euer Koffer ohne euch geht. Highlight der Führung ist die Fahrt mit dem Bus über das Vorfeld mit dem Blick auf startende und landende Flugzeuge. Im Anschluss fahren wir weiter in die Paderborner Innenstadt.



Im Frühling sprießt das Grün überall um uns herum. Sicher kennst du Löwenzahn und Gänseblümchen. Doch wir schauen genauer hin. Lass dich überraschen welche Pflanzen wir finden und welchen Bauernhoftieren wir damit eine Freude machen können. Auf einer Kräuterkarte kannst du einige deiner gesammelten Schätze mit nach Hause nehmen.

SCHELLEN HOF

Was wächst denn da?



04.05.2023 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Schellen Hof in Meinkenbracht



Martina Droste



Anmeldungsportal



10 €



ab 6 Jahren

GEWUSST WIE

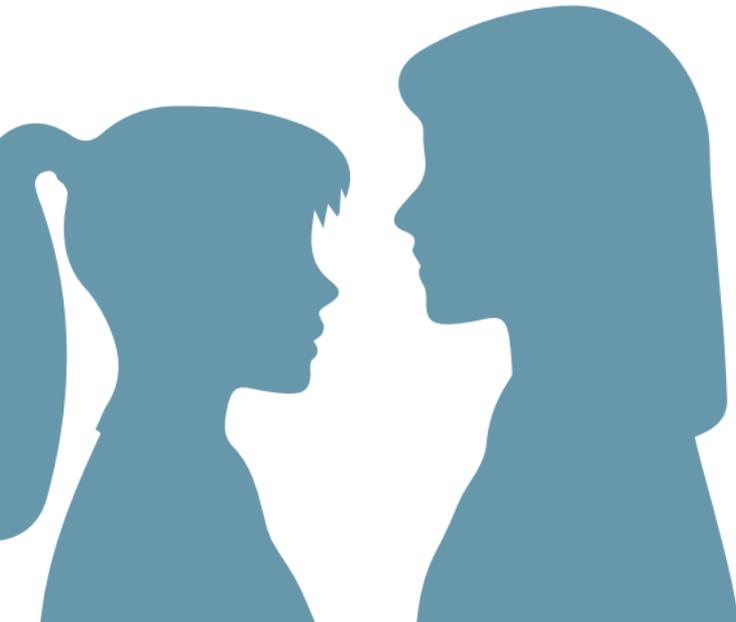
MUMMY & ME

Ein Team auch in stürmischen Zeiten

Ein Workshop für Mütter mit ihren 9 - 11 jährigen Töchtern. Was hat ein Säbelzahneisbär mit Baustellen im Kopf zu tun? Und warum kann uns gerade dann ein kleiner Schmetterling helfen? Auf diese Fragen bekommt ihr bei unserem gemeinsamen Mütter-Töchter Workshop garantiert eine Antwort! Wir machen es uns ganz gemütlich und tauchen ab in die Welt der Neurobiologie. Ihr lernt, wie euer Gehirn funktioniert und was in stürmischen Zeiten in eurem Nervensystem so los ist. Beim Auftauchen helfen uns die sog. S-O-S Übungen: eine Reihe von einfachen Körperübungen, die wunderbar helfen, euer Nervensystem zu trainieren. So könnt ihr Stress, der aufkommt, immer besser regulieren. Mehr Konzentration, mehr Entspannung beim Lernen, erholsamer Schlaf und weniger innere Unruhe und Grübeln - für Mütter und Töchter. ;) Ihr stärkt euch für besondere Zeiten und bekommt das passende Handwerkszeug für alle Wellen!

MUMMY & ME

Ein Team auch in stürmischen Zeiten



13.05.2023 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Aula Marienschule



Nadine Deimel



Anmeldeportal



10 € pro Mutter-Tochter-Team



9 - 11 Jahre + Mutter

GEWUSST WIE

ALPAKAFÜHRERSCHEIN

 14.06.2023 | 1 Termin

 15.30 - 18.30 Uhr

 Rathausplatz

 Lena Schulte-Stieffermann

 Anmeldeportal

 10 €

 ab 8 Jahren

Bei dem Alpakaführerschein auf dem Ennerthof 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 Geschicklichkeitsparcours bestanden.





Kennst du das besondere
"Bauernhofgefühl"?

Viel Platz zum Spielen mit Freunden,
die typischen Gerüche nach Tieren,
Silo und Heu und überall soo viel
Spannendes zum Entdecken und
Ausprobieren...

SCHELLEN HOF

Bauernhof entdecken



15.06.2023 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Schellen Hof in Meinkenbracht



Martina Droste



Anmeldungsportal



10 €

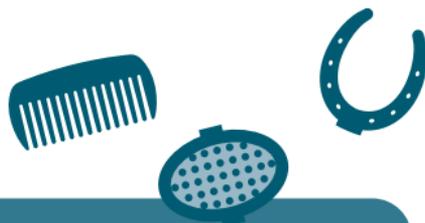


ab 6 Jahren

GEWUSST WIE

ELTERN - KIND - PONYZEIT

Ponyworkshop für 2- bis 5-Jährige



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

**An dem Kurs kann nur eine Begleitperson pro Kind teilnehmen.
Der Kurs ist nur für Familien, die noch nicht teilgenommen haben.**

ELTERN - KIND - PONYZEIT

Ponyworkshop für 2- bis 5-Jährige



17.06.2023 | 1 Termin



09.00 - 10.30 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens



Jugendbüro



15 €



2 - 5 Jahre in Begleitung
einer erwachsenen Person



17.06.2023 | 1 Termin



10.45 - 12.15 Uhr



Potts Bauernhof



Leonie Müskens



Jugendbüro



15 €



2 - 5 Jahre in Begleitung
einer erwachsenen Person

GEWUSST WIE

	Montag	Dienstag	Mittwoch
Januar	2	3	4
	9	10	11
	16	17	18
	23	24 Schwimmen für Kinder	25 Koreanisch für AnfängerInnen
	30	31	
Februar			1 Gammon Kids
	6	7	8
	13 Masken	14	15
	20	21	22
	27	28	
März			1 Gammon Kids
	6 Fotoworkshop	7 Fotoworkshop	Fack ju Göthe
	13 Fotoworkshop	Pour(e) Magic	KliKis-Collagen
	20	21	22
	27 Pour(e) Magic	28	29

Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
							1
5		6		7			8
12		13		14			15
19		20		21			22
26		27		28 Ukulele Mundharmonika Bogenschießen			29
2		3		4			5
9		10		11			12 Dodos Reise
16		17		18			19
23 Meisterwerke Würfeln	Flinke Finger, Flotter Text	24 Eishockey	Superhelden	25 Schaumparty			26
2		3		4 PottsTausendLand			5
9 Alle Vögel sind schon da		10		11			12
16		17		18 Die wilde Ponyherde	Auf die Ponys, ...		19
23 Unterwasserwelten		24		25 PottsTausendLand			26
30 KliKis-Spielesammlung im Karton		31					

	Montag	Dienstag	Mittwoch
April			
	3	4	5 Dreh deinen Kurzfilm
	10	11	12
	17	18	19 Tiggeshof Ainkhausen
	24 Tukan, der tolle Vogel aus dem Regenwald	25 Kleine Ritter – große Burg	26 Alpaka-Überraschungs-Aktion
Mai	1	2	3 Gammon Kids
	8	9	10 Kiki Island
	15 Knallbunte Kuh	16	17
	22	23 Spielen – malen – kreativ sein	24
	29	30 Spielen – malen – kreativ sein	31
Juni			
	5	6 Dschungelkunst	7 Gammon Kids
	12	13	14 Alpakaführerschein
	19	20	21
	26	27	28

Donnerstag		Freitag	Samstag	Sonntag			
			1	2			
6	Dreh deinen Kurzfilm	7	Dreh deinen Kurzfilm	9	Dreh deinen ...		
13		14		16	Heidi		
20	Blumenwiese mit Bienen	21	Bibi Blocksberg	22	Flughafen Airlebnis + Städtetrip		
27	Spielen – malen – kreativ sein	28		29			
4	Muttertag	Schellen Hof	5		6		7
11	Tiggeshof Ainkhausen	12	Graffiti-Kunst: Anfänger Workshop	13	Graffiti-Kunst ...	Mummy & Me	14
18		19	Graffiti-Kunst für Fortgeschrittene	20	Graffiti-Kunst für Fortgeschrittene	21	
25	Cardboard-Portraits	KliKis – Bunte Vielfalt	26	27		28	
1	Happy Animals	2		3	Sunkatanka Mini & Maxi	4	
8		9		10		11	
15	Klopapierrollenfische	Schellen Hof	16	17	Eltern-Kind-Ponyzeit	18	Ukulele *
22		23		24		25	
29		30					

* Mundharmonika

JUGENDBÜRO STADT SUNDERN

JUGENDBÜRO STADT SUNDERN

Jana Tillmann & Lena Cramer
Rathausplatz 1
59846 Sundern

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



KULTURBÜRO STADT SUNDERN

Uta Koch
Rathausplatz 1
59846 Sundern

Tel. 0 29 33 - 81 209
u.koch@stadt-sundern.de



VHS ARNSBERG-SUNDERN

Franz-Josef-Tiggas-Platz 1
59846 Sundern

Tel. 0 29 33 - 90 99 505
www.vhs-arnsberg-sundern.de

X-TRA

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



Bleib auf dem neusten Stand! Scanne den QR-Code und trag dich dort für den E-Mailverteiler ein oder schick uns einfach eine E-Mail an: jugendbuero@stadt-sundern.de

