

# Aktionstag für Jungen, Männer und Senioren



**25. Februar 2012, ab 11:00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus**



**Ennepetal**



Veranstalter: Stadt Ennepetal - Fachbereich Jugend und Soziales

# Die Workshops im Überblick

## Workshops mit Anmeldung:

### 1. Einheit - 11:00 - 12:15 Uhr:

Töpfern 1  
Jonglieren 1  
Der Weg zur eigenen Homepage  
Trockenfilzen 1  
Wenn der Vater mit dem Sohne 1  
Erste-Hilfe-Training für Kids  
E-Bikes 1  
Tamilisch kochen bis 13:45 Uhr  
Zirkusprojekt bis 13:45  
Geocaching bis 13:45  
Ultimate Frisbee bis 13:45

### 2. Einheit - 12:30 - 13:45 Uhr:

Töpfern 2  
Jonglieren 2  
Trockenfilzen 2  
Sicherheit bei Online Games, Facebook, Chat & Co  
Zirkeltraining für Kids und Teens  
Erste-Hilfe-Training für Väter  
E-Bikes 2  
Skulpturen aus Schrott bis 16:15 Uhr (mit Mittagspause!)

### 3. Einheit - 15:00 - 16:15 Uhr:

Wenn der Vater mit dem Sohne 2  
Judo 1  
Haushaltsspass  
Leinwand-Malen für Kids 1  
Parkour 1  
LED - Taschenlampen selbstgemacht  
Schlagzeug 1  
Helfer auf 4 Pfoten  
Leinwand-Graffiti 1  
E-Bikes 3  
Holzwerkstatt bis 17:45 Uhr  
"Italienische Küche ist mehr als Pizza und Spagetti" bis 17:45 Uhr

#### 4. Einheit - 16:30 - 17:45 Uhr:

Judo 2  
Leinwand-Malen für Kids 2  
Parkour 2  
Schlagzeug 2  
Leinwand-Graffiti 2  
Zirkeltrainig für Männer  
Dachpfannen gestalten  
E-Bikes 4

#### 5. Einheit - 18:00 - 19:15 Uhr:

Parkour 3  
Schlagzeug 3  
Regenmacher  
E-Bikes 5

---

### Offene Angebote:

Hüte basteln	ab 11:00 Uhr
Knete selber machen	ab 11:00 Uhr
Wii, Playstation, Kicker, Billard und Spiele	ab 11:00 Uhr
Suchtparcours	ab 14:00 Uhr
Slackline	ab 14:00 Uhr
Heißer Draht	ab 14:00 Uhr
Geocachen einmal anders	von 14:00 bis 15:00 Uhr
Virtuelles Luftgewehrschießen	ab 14:30 Uhr

# An alle Jungen, Männer und Senioren

Alle Angebote, die im Rahmen dieses Aktionstages angeboten werden, richten sich an die gesamte Altersgruppe der ab 3-jährigen. Das bedeutet, dass sich Väter mit Söhnen, Opas mit Enkeln zusammen, aber natürlich auch jeweils einzeln anmelden können. Ein Wegweiser für die einzelnen Angebote befindet sich an diesem Tag im Eingangsbereich des Mehrgenerationenhauses. Das Generationencafé wird über den gesamten Veranstaltungszeitraum geöffnet sein. Dort kann man preiswerte kalte und warme Speisen, Getränke, Süßwaren und Kleinigkeiten erwerben und gemütlich beisammen sitzen. Wir wünschen allen Teilnehmern einen spannenden Nachmittag mit vielen neuen und aufschlussreichen Eindrücken.

Die Teilnahmegebühr für den gesamten Tag beträgt 2 €. Weitere Kosten für die Workshops fallen nicht an. Eine persönliche Anmeldung für die Kurse ist erforderlich. Die verbindliche Anmeldung sowie Ausgabe der Teilnehmerbuttons findet zu folgenden Zeiten im Rathaus, Bismarckstr. 21, Zi. 228, statt:

Di., 14.02.2012, 8:30 bis 12:00 Uhr  
Mi., 15.02.2012, 8:30 bis 18:00 Uhr

Infos unter: 979 - 175, - 353, - 355



## **Workshops mit Anmeldung:**

**Erste- Hilfe- Training für Kids**

**11:00 - 12:15 Uhr**

Die Johanniter zeigen dir die wichtigsten Schritte der „Ersten Hilfe“ bei einem Notfall.

**Jonglieren**

**11:00 - 12:15 Uhr**

**12:30 - 13:45 Uhr**

Die Jonglier- AG der Stiftung Loher Nocken zeigt, wie es geht. Hier kann man die Tricks der Jonglage lernen und sie auch gleich einüben. Vielleicht schafft man am Ende schon ein kleines Kunst-Stück. Ab 7 Jahren.

**Trockenfilzen**

**11:00 - 12:15 Uhr**

**12:30 - 13:45 Uhr**

Aus bunter Wolle filzen wir uns heute etwas Schönes zum Mitnehmen. Das kann ein Schlüsselanhänger, eine Handytasche oder einfach eine andere schöne Kleinigkeit sein. Es macht einfach Spaß und fördert ganz nebenbei noch die Konzentration. Einfach mal ausprobieren!!! Ab 5 Jahren.

**Zirkusprojekt**

**11:00 - 13.45 Uhr**

Auf Scherben laufen, Fakirbrett, Jonglage, Akrobatik... Nur was für Profis? Nein, auch ihr könnt das lernen. Vielleicht habt ihr sogar Lust darauf, euer Erlerntes vorzuführen? Dann los! Ab 10 Jahren.

**E-Bikes**

**11:00 - 19:15 Uhr**

Fahrradfahren in Ennepetal! Bei den Bergen hier eher nicht, oder doch? Mit einem Hilfsmotor schafft man ganz locker jeden Berg, ist mobil und kann auch ohne Auto Vieles erledigen! Ein weiterer Vorteil: Man ist an der frischen Luft! Einfach anmelden und 30 Minuten testen. Bitte Personalausweis mitbringen! Für Männer und Senioren ab 18 Jahren!

## “Wenn der Vater mit dem Sohne”

11:00 - 12:15 Uhr  
15:00 - 16:15 Uhr

Väter und Söhne können bei dieser Rallye gemeinsam die Stadtbücherei entdecken und dabei sogar noch etwas gewinnen! Mit einem Rallyebogen ausgestattet kann gepuzzelt, gerätselt und gereimt werden, um das Lösungswort herauszufinden. Im Anschluss gibt es eine Stärkung für alle Teilnehmer und natürlich genügend Zeit zum Stöbern und Lesen.

## Töpfern

11:00 - 12:15 Uhr  
12:30 - 13:45 Uhr

Aus Ton lassen sich wunderschöne kleine Dinge herstellen. Alle Interessierten dürfen es heute selbst ausprobieren. Ab 6 Jahren.

## Der Weg zur eigenen Homepage

11:00 - 12:15 Uhr

Wo finde ich Hilfsmittel, Gestaltungselemente, einen kostenlosen Anbieter usw. zum Erstellen einer eigenen Homepage und das Einstellen ins Internet. Angesprochen sind Väter mit Söhnen und Männer jeden Alters allein.

## Tamilisch kochen

11:00 - 13:45 Uhr

Die Teilnehmer werden in die Feinheiten der tamilischen Küche eingeführt. Es wird ein leckeres Menü zubereitet und gemeinsam probiert. Ab 6 Jahren.

## Geocaching

11:00 - 13:45 Uhr



Geocaching ist eine moderne Form der Schatzsuche bzw. Schnitzeljagd. Ausgestattet mit einem Global Positioning System (GPS)-Empfänger und den Koordinaten aus dem Internet kann man die Schätze finden, die jemand anderes an ungewöhnlichen Plätzen versteckt hat. Los geht die Suche ab 6 Jahren.

## **Erste-Hilfe-Training für Väter**

**12:30 - 13:45 Uhr**

**Die Johanniter zeigen Ihnen die wichtigsten Handgriffe bei einem Notfall, wenn es sich um ein Kind handelt. Legt man es auch in die stabile Seitenlage? Was tun, wenn mein Kind etwas verschluckt hat? Ein Training nicht nur für Väter.**

## **Sicherheit bei Online Games, Facebook, Chat und Co**

**12:30 - 13:45 Uhr**

**„Das Internet ist kein Kinderspielplatz" - Was muss ich alles beachten, um mich sicher im Internet zu bewegen? Angesprochen sind Väter mit Söhnen und Männer jeden Alters.**

## **Circletraining für Kids und Teens**

**12:30 - 13:45 Uhr**

**Ein Angebot für Jungen und werdende Männer, die gerne mal ihre Muskeln trainieren wollen. Denn in der Gruppe machts noch mehr Spaß und man lernt auch noch Basics für zu Hause! Bis 15 Jahre!**

## **Ultimate Frisbee**

**11:00 - 13:45 Uhr**

**Ultimate ist ein Teamsport mit einer Wurfscheibe, bei dem trotz enorm hoher athletischer Leistungen selbst in Bundesligen und auf Weltmeisterschaften keine Schiedsrichter benötigt werden. Die Fairness ist somit ein zentraler Baustein und wurde 2011 mit dem „Fair-Play“ Preis gewürdigt. Der Sport bringt Elemente aus dem Football und dem Basketball mit und zeichnet sich durch spektakuläre Aktionen aus. In Deutschland wird seit den 80er Jahren bereits Ultimate gespielt und jährlich Meisterschaften Ausgetragen. Andreas Weberruß, selbst Ultimate - Spieler beim Team der Cultimaters, die 2011 zu den 6 besten deutschen Hallenteams gehörten, freut sich über eure zahlreichen Anmeldungen! Sportliche Kleidung und Hallenschuhe mitbringen! Treffpunkt um 11:00 Uhr im MGH, von dort aus werden die Teilnehmer in eine Sporthalle gefahren. Ab 12 Jahren!**

## Skulpturen aus Schrott

12:30 - 16:15 Uhr

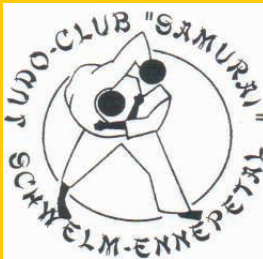
Aus verschiedenen Schrottmaterialien lassen sich mit Schweißtechnik, Bohrmaschine und Schrauben tolle Skulpturen herstellen. Komm und mach mit!!  
Ab 9 Jahren.



## Judo Workshop

15:00 - 16:15 Uhr  
16:30 - 17:45 Uhr

Hast du Lust mit deinem Vater zusammen Sport zu machen?



Dann schaut beim Judo-Workshop vorbei. Judo ist ein Kampfsport mit Bewegungsformen für Jung und Alt. Wir möchten euch die Grundlagen des Fallens und Werfens vermitteln. Wetten, dass du am Ende des Workshops deinen Vater auf die Matte werfen kannst? Ab 6 Jahren.

## Haushaltspass

15:00 - 16:15 Uhr

Hier kann Mann u.a. unter Beweis stellen, dass man einen Knopf annähen, ein Fenster putzen oder ein T-Shirt bügeln kann. Wer da überfordert ist, dem kann geholfen werden.

## "Italienische Küche ist mehr als Pizza und Spagetti"

15:00 - 17:45 Uhr

Wir kochen und essen mal was anderes aus Italien - lasst euch überraschen.

## Leinwand-Malen für Kids

15:00 - 16:15 Uhr

Hier könnt ihr euch mit Pinsel und Farbe an die Leinwand wagen und mit schönen Vorlagen eine Leinwand selbst gestalten! Das macht Spaß, sieht gut aus und ist für jeden zu schaffen! Ab 6 Jahren.

## Parkour

15:00 - 16:15 Uhr

16:30 - 17:45 Uhr

18:00 - 19:15 Uhr

Der Begriff "Parkour" bezeichnet die Sportart, die wörtlich Kurs oder Strecke bedeutet. Hierbei überwindet man alles Mögliche, was sich einem an Hindernissen in den Weg stellt. Hier werden die ersten Techniken zum Erlernen vermittelt. Ab 6 Jahren.



## Holzwerkstatt

15:00 - 17:45 Uhr

Mit Laubsäge, Pinsel, Klebstoff und allerlei anderen Materialien bewaffnet arbeiten wir mit und am Holz und stellen schöne Deko für das eigene Zimmer her. Komm und mach einfach mit! Ab 6 Jahren.

## LED-Taschenlampe selbstgemacht

15:00 - 16:15 Uhr

Mit den Mitarbeitern des Deutschen Amateur Radio Clubs könnt ihr eine praktische LED-Taschenlampe bauen. Diese Taschenlampe mit hoher Leuchtleistung und Notlichtfunktion eignet sich hervorragend zum Zelten und Wandern. Von 10 bis 14 Jahren.

## Schlagzeug

15:00 - 16:15 Uhr

16:30 - 17:45 Uhr

18:00 - 19:15 Uhr

Ich werde Rockstar!! Vielleicht nicht sofort, jedoch können hier erste Schritte des Schlagzeugspiels erlernt werden! Einfach anmelden und erste Schläge auf dem Schlagzeug ausprobieren. Ab 6 Jahren.

## Helfer auf 4 Pfoten

15:00 - 16:15 Uhr

Hier kann man von qualifizierten Hundetrainern den richtigen Umgang mit dem Hund erlernen und lernen seine Sprache zu verstehen. Die Trainer bringen trainierte Hunde mit. Für Jungen von 6 bis 13 Jahren.

## Leinwand-Graffiti

15:00 - 16:15 Uhr

16:30 - 17:45 Uhr

Heute sprayen wir im kleineren Rahmen mal mit der Schablonentechnik. Dabei gibt es Tipps und Tricks vom Profi! Ein persönliches Graffiti für die eigenen vier Wände ist mal was Neues! Einfach mitmachen! Ab 10 Jahren.

## Zirkeltraining für Männer

16:30 - 17:45 Uhr

Fitnessstudio? NEIN-DANKE!! Ein kurzes, leichtes Workout wird hier eingeübt, so dass man auch in den eigenen vier Wänden trainieren und sich damit gesund und fit fühlen kann! Ab 16 Jahren.

## Dachpfannen gestalten

16:30 - 17:45 Uhr

Man kann Dachpfannen nicht nur zum Dachdecken benutzen. Wir werden mit Farbe und Serviettentechnik unsere Dachziegel verschönern. Eine tolle Deko für den Vorgarten oder das eigene Zimmer. Ab 6 Jahren.

**Regenmacher**

**18:00 - 19:15 Uhr**

**Auch wenn wir den Regen nicht mögen, macht das Bauen eines Regenmachers einen Riesenspaß. Wir basteln mit großen Papprollen tolle und laute Regenmacher. Endlich Regen, der trocken ist. Ab 6 Jahren.**

## **Offene Angebote:**

**Kicker, Billard, Wii und Co.**

**ab 11:00 Uhr**

**Im Mehrgenerationencafé stehen ein Kicker, ein Billardtisch und Spiele zur Ausleihe zur Verfügung. Außerdem stehen eine Wii und eine Playstation 2 für alle bereit.**

**Knete selber machen**

**ab 11:00 Uhr**

**Mit Knete kann man viele schöne Dinge formen. Knete gibt es in vielen bunten Farben und macht sowohl Kindern, als auch Erwachsenen viel Spaß. Aber kann man Knete auch selbst machen? Ja, man kann - und wir möchten es euch an diesem Tag zeigen. Natürlich dürft ihr eure selbst hergestellte Knete mit nach Hause nehmen. Für Jungen ab 3 Jahren.**

**Hüte basteln**

**ab 11:00 Uhr**

**Verkleiden ist so schön! Aus Zeitungspapier, Klebeband, Farben und vielen wunderschönen Materialien möchten wir mit euch Hüte herstellen. Die Hüte können zum Beispiel mit Federn oder Perlen beklebt werden, wundervolle Farben bekommen und „ruck-zuck“ verwandelt sich der Hut in etwas ganz Besonderes. Habt ihr Lust mitzumachen? Für Jungen ab 3 Jahren.**



## Heißer Job und heiße Typen! Geocaching einmal anders!

von 14:00 bis 15:00 Uhr

Ganz gleich ob es dunkel oder völlig verraucht ist - die Feuerwehr kann mit Ihrer speziellen Wärmebildkamera vermisste Menschen oder Tiere finden. An unserem Aktionstag besteht in der Zeit von 14.00 - 15.00 Uhr die seltene Möglichkeit mit diesem Spezialgerät auf die Suche zu gehen! Und das ist nur ein Teil der spannenden Feuerwehrarbeit.....



## Heißer Draht, Slackline und Suchtparcour ab 14:00 Uhr

Mit der Drobs könnt ihr die Trendsportart Slackline ausprobieren und euer Geschick am heißen Draht unter Beweis stellen. Im Suchtparcour erfahrt ihr wie es ist berauscht zu sein.

## Virtuelles Luftgewehrschießen

ab 14:30 Uhr

Im Generationencafé wird ein Luftgewehrschießstand aufgebaut, bei dem man mit Hilfe von Sensoren und einem PC virtuell auf eine Scheibe schießen kann. Bei dieser Sportart wird die Hand-Augen-Koordination gefördert. Angesprochen sind alle ab 10 Jahren.

Mehrgenerationenhaus  
Gasstr. 10  
58256 Ennepetal  
[mehrgenerationenhaus@ennepetal.de](mailto:mehrgenerationenhaus@ennepetal.de)



# **Mit freudlicher Unterstützung**

**AVU**

**Bücherei Haus Ennepetal**

**Drogenberatung des Caritas Verbandes**

**DVG Gevelsberg “Helfer auf vier Pfoten”**

**Ev. Jugend Milspe - Crazy Company**

**Johanniter Ennepetal**

**Judoclub Samurai**

**Jugendfeuerwehr Ennepetal**

**Ev. Stiftung Loher Nocken**

**Milsper Schützenverein**

**Deutscher Amateur Radio Club e.V. - Ortsverband  
Ennepetal**