



## Acrylmalerei für Jung und Alt

Für jeden, der Spaß an Farben hat. In jedem Menschen schlummern kreative Fähigkeiten. Mitzubringen sind nur gute Laune, Neugier und entsprechende Kleidung! Deborah Beckmann vermittelt Grundtechniken der Acrylmalerei, die experimentell weiterentwickelt werden können. Es kann sowohl gegenständlich als auch abstrakt gemalt werden. Keilrahmen, Pinsel, Farben und verschiedene Hilfsmittel wie Spachtelmasse, Sand und Kaffeesatz werden zur Verfügung gestellt. Auch angefangene Bilder können mitgebracht werden und fertiggestellt werden. In diesem Jahr gibt es zurzeit noch freie Plätze bei den folgenden vier Veranstaltungen: **29. September und 6. Oktober; 13. Oktober und 20. Oktober; 10. November und 17. November; 1. Dezember und 08. Dezember.** Erwachsene zahlen für einen zweitägigen Workshop 20 € Teilnahmegebühr und 10 € Materialkosten. Jugendliche zahlen nur die Materialkosten. Die Workshops mit einer Gesamtdauer von sechs Stunden beginnen jeweils freitags um 16.00 Uhr und enden gegen 19.00 Uhr. Da die bisherigen Kunstprojekte in den letzten elf Jahren meist ausgebucht waren, wird um eine frühzeitige Anmeldung gebeten.



Daniel Schneider, Fotoquelle: RAP-School NRW

So. 3.+17. Sept.

## „Mach Dein Ding!“

### HipHop-Workshop im Jugendzentrum Haßlinghausen

Unter der fachlichen Anleitung des Rappers „Schneider MC“ alias Daniel Schneider von der Rapschool NRW findet an den Sonntagen **3. und 17. September** ein Workshop statt, in dem Kinder und Jugendliche ab zehn Jahren einen Einblick in die Welt des Hip Hop und Rap erhalten. Die zweitägige Veranstaltung findet jeweils **von 10.30 Uhr bis 16.30 Uhr** statt. Am ersten Tag werden verschiedene Reimtechniken und Rap-Vokabular vorgestellt, um anschließend gemeinsam Texte zu einer oder mehreren Thematiken zu schreiben. Es gibt eine Vielzahl von Beats, die sich die Teilnehmer als musikalischen Hintergrund auswählen können. Mit dem mobilen Tonstudio von Daniel Schneider können die Rap Songs direkt im Jugendzentrum aufgenommen werden. Am zweiten Tag steht der Dreh eines Musikvideos auf dem Programm. Hier entwickeln die Teilnehmenden gemeinsam eine Story zu ihrem Song, die dann in HD-Qualität, auch außerhalb des Jugendzentrums, gefilmt wird. Vorher erfolgt noch eine kleine Einleitung, in der die schauspielerische Darstellung geschult wird. Daniel Schneider wird den Song und das Video zuschneiden und nach einigen Tagen Bearbeitungszeit bekommt jeder Rapper sein eigenes Musikvideo auf CD. Dieser Workshop wird finanziert von „Glückauf Jugend – Kohle für coole Projekte“ – ein gemeinsames Projekt von der RAG-Stiftung und der Industriegewerkschaft Bergbau, Chemie, Energie (IG BCE) und ist deshalb für die Teilnehmer kostenlos.

## Yoga für Jugendliche und Erwachsene

### Das Beste für Körper, Geist und Seele

Yoga ist in jedem Alter möglich und sinnvoll. Körper-, Atem- und Entspannungsübungen sorgen für körperliches und seelisches Wohlbefinden, Ruhe und Ausgeglichenheit. Die Kurse für Jugendliche und Erwachsene mit jeweils sechs Terminen finden **montags von 18.00 bis 19.00 Uhr oder von 19.15 bis 20.15 Uhr vom 4. September bis zum 16. Oktober** statt. Die Teilnahmegebühr beträgt jeweils 54,00 € pro Kurs. Alle Kurse werden von der Yogalehrerin und Entspannungstrainerin Maren Schuwald geleitet und sind sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet!



## Selbstbehauptungs-Workshop

### Vormittag für Frauen

Gemeinsam mit der Frauenberatung EN und dem Runden Tisch EN gegen Häusliche Gewalt lädt die Flüchtlingshilfe Sprockhövel zu einem Selbstbehauptungs-Workshop für Frauen ein. Er findet statt am **Freitag, 8. September 2017, von 9 bis 12 Uhr.**

Von Männern auf der Straße angemacht, in der Unterkunft blöd angeguckt oder bei Behörden ungerecht behandelt? Oft lassen sich Frauen viel gefallen und wissen nicht, wie sie darauf reagieren sollen. Der Workshop bietet Übungen, auch mal „nein“ zu sagen und unangenehme Situationen gut zu lösen, auch ohne viel Deutsch sprechen zu können. Der Vormittag für Frauen dient dazu, sich sicherer zu fühlen und gemeinsam mit den anderen Frauen viel Spaß zu haben. Jede Frau, egal wie alt, aus welchem Land, mit welcher Sprache ist herzlich willkommen. Da auch Bewegungsübungen vorgesehen sind, empfiehlt sich bequeme Kleidung.

Interessierte Frauen können sich telefonisch anmelden bei der Frauenberatung EN, Telefon, 02336 4759091 oder per Mail unter [info@frauenberatung-en.de](mailto:info@frauenberatung-en.de). Wenn Kinderbetreuung nötig ist, kann das bei der Anmeldung geklärt werden.

Die Veranstaltung wird vom NRW-Landesministerium für Heimat, Kommunales, Bau und Gleichstellung gefördert.

Fr. 8. Sept.

## Afrikanisches Trommeln



Arnd Dalbeck

Sa. 30. Sept.

Am **Samstag, den 30. September**, findet im Jugendzentrum Haßlinghausen wieder ein afrikanischer Trommelworkshop statt. Ab 15 Uhr beginnt die dreistündige Veranstaltung für Jugendliche und Erwachsene. Trommeln ist eine wunderbare Gelegenheit, dem Alltag zu entfliehen. Das Ausprobieren verschiedener Schlagtechniken und das Halten eines Rhythmus über mehrere Minuten bedeutet gleichermaßen Konzentration wie auch Entspannung. Schafft man es, den Rhythmus locker zu halten, dann verselbstständigt sich das Spiel und der Geist kann abschalten. Die Trommeln werden vom Kursleiter Arnd Dalbeck zur Verfügung gestellt. Auch Neueinsteiger ohne „Trommelerfahrung“ sind herzlich willkommen! Die Kursgebühr beträgt 15,- € für Jugendliche und 20,00 € für Erwachsene.

## Jugendzentrum Haßlinghausen

Tel.: 02339 /911 547, [info@jugendzentrum-hasslinghausen.de](mailto:info@jugendzentrum-hasslinghausen.de)  
Dienstag bis Freitag: 15.00 bis 20.00 Uhr