



**ISHØJUNGDOM**  
**SÆSONPROGRAM 2020/21**

# VELKOMMEN TIL EN NY SÆSON

## Velkommen til en ny sæson

Vi glæder os vanvittigt til at byde dig velkommen til den nye sæson på Ishøj Ungdom. Vi håber, at du bliver lige så begejstrede for vores hold, workshops, ture og events som vi er...

Du kan fylde din fritid med fællesskaber, faglighed og fordybelse - så tjek folderen ud og find de tilbud, der passer til dig og meld dig til på vores hjemmeside [www.ishøjungdom.dk](http://www.ishøjungdom.dk)

Der er tilmeldingsfrist på holdene d. 10. september.

Hvis der er nogle hold eller events du savner, så skriv til os! Vi vil gå langt for, at din fritid giver mening, og at der er tilbud, der passer til alle.

Vi kan garantere, at der opstår nye ideer og pop-up-events i løbet af sæsonen - Så følg os på snap, insta og [www.ishøjungdom.dk](http://www.ishøjungdom.dk)

Alle hold starter i uge 38 - vi holder VELKOMSTfest torsdag d. 17. september fra kl. 17.00 - 19.00



# SKOLE&UDDANNELSE

I afdelingen for Skole & Uddannelse udarbejder vi blandt andet undervisningsforløb, som tilbydes til folkeskolernes 7. – 10. klasse, med fokus på at understøtte skoleklasserne i at skabe trivsel og alternativ læring med et højt fagligt niveau. Herunder valgfag, tematiserede workshop-forløb og andre forløb med fokus på sociale og personlige kompetencer.

Det er også her, du har mulighed for at tage knallertkørekort og melde dig til færdselsrelateret førstehjælp.

Du kan læse meget mere om afdelingen på [skud.ishoejungdom.dk](http://skud.ishoejungdom.dk).

## UNGEDEMOKRATI

### **Vil du være med til at bestemme og sætte spor?**

På Ishøj Ungdom vil vi rigtig gerne høre din mening om, hvordan vi skaber et fedt ungdomsmiljø og gør en forskel for unge i Ishøj.

### **ISHØJ UNGERÅD**

Du kan blive en del af Ishøj Ungeråd. Her kan du få seje oplevelser sammen med andre unge og arbejde på at få dine ideer ført ud i livet og få indflydelse på din omverden.

### **UNG DANMARK**

Du kan komme med på weekendtræf for danske ungdomsskolars netværk. Her gør du din indflydelse gældende og udvikler ungedemokrati. Weekenderne byder også på sjov og fest, og du kommer til at møde mange unge fra hele landet.

### **IDE BANK**

Du kan altid komme forbi eller skrive os en besked, hvis du har gode idéer og input til, hvordan vi kan styrke fællesskabet og skabe rum for unge i Ishøj.

## **ISHØJ UNGERÅD**

Bliv en del af ISHØJ UNGERÅD, få dine ideer ført ud i livet og få indflydelse på din omverden.

Læs mere på [www.ishoejungdom.dk](http://www.ishoejungdom.dk).

# ISHØJKLUB

**Ishøj Ungdoms klubtilbud tilbyder dig et personligt frikvarter i en klub uden fordømmelse eller bedømmelse.**

Du mødes med tillid, ligeværd og respekt. I klubberne bliver du til nogen, og ikke kun til noget. Vores mål er at prikke til din personlige, sociale og faglige udvikling, støtte dig ved behov og udfordre dine tanker og handlinger i hverdagen.

Din mening er vigtig for klubberne, og du har reel indflydelse på indholdet. Vi arbejder bevidst med involvering af unge og har forventning til din deltagelse i fællesskabet på tværs af alder og køn. I klubberne er der plads til alle, og du vil møde dygtige, engagerede og relationskompetente medarbejdere med alsidig baggrund.

Du er altid velkommen til at kigge forbi til en rundvisning og få yderligere information om klubberne i Ishøj.

## ISHØJUNGDOM KLUBBEN

### Åbningstider:

mandag - fredag	18.00 - 21.00
søndag	18.00 - 21.00

Derudover åbner vi uden for åbningstid ved arrangementer ture o.l.

### Kontakt information:

**Zein Al-Khajafi**

mail: zalal@ishoj.dk

## ISHØJUNGDOM MOTORCENTER

### Åbningstider:

mandag - tirsdag	lukket
onsdag - fredag	15.00 - 20.00
ulige weekender	10.00 - 15.00
lige weekender	lukket

## ISHØJUNGDOM GAMINGCENTER

### Åbningstider:

mandag - torsdag	15.00 - 18.00
onsdag	KUN valgfag
fredag	15.00 - 22.00
lørdag	12.00 - 22.00
søndag	12.00 - 17.00



# UNGHOLD

## SPORT

### E-sport - CS GO

Individuel skills træning og hold træning til officielle turneringer.

**tirsdag kl. 18.30 - 20.30**

### E-sport - FORTNITE

Individuel skills træning og hold træning til officielle turneringer.

**onsdag kl. 18.30 - 20.30**

### Street Basket

Højt tempo, scoringer og kampgejst, når vi kaster os over street-basketball i hallen.

**mandag kl. 20.30 - 22.00**

### Motorsport - Motocross (lige uger)

Har du benzin i blodet - så kom og få vind i håret. Ingen forudsætninger kræves.

*max 6 deltagere*

**tirsdag kl. 16.00 - 18.00**

### Motorsport - Gokart (ulige uger)

Har du benzin i blodet - så kom og få vind i håret. Ingen forudsætninger kræves.

*max 6 deltagere*

**tirsdag kl. 16.00 - 18.00**

### Kung Fu

Er du interesseret i kampsport? eller vil du gerne lære at forsvare dig selv? Så er holdet noget for dig.

**torsdag kl. 18.00 - 19.30**

## KUNST&DESIGN

### Makers - fra idé til produkt

Kom og realiser dine idéer og prøv fremtidens teknologier i vores Makerspace.

**mandag 16.00 - 18.00**

### DIY Beauty

Kan du lide at være kreativ med neglelak og makeup? Så er holdet noget for dig.

**onsdag kl. 18.00 - 20.00**

### Cosplay

Vi arbejder med kostumer, parykker, sværd og photoshoots.

**tirsdag kl. 17.00 - 20.00**

### Tegn og mal!

Lær at tegne/male. Holdet er et samarbejde med Arken og foregår i ArkenLab i Bycentret.

**onsdag kl. 18.00 - 20.30**

### ARTLab

Er du interesseret i at lave Pop-up events og få uventede ting til at ske? Så meld dig til dette hold, hvor vi laver events og ting i byrummet i samarbejde med ArkenLab.

**Starter efter efterårsferien**

## MUSIK&PERFORMANCE

### Rap&Lyrics

Lær at skrive dine egne tekster for derefter at indspille den i vores lydstudie.

**onsdag kl 16.00 - 19.00**

### Musikproduktion

Med computeren som værktøj hjælper vi dig med at producere musik.

**mandag kl. 16.00 - 19.00**

### Dans

Brug din krop på en udtryksfuld måde når der danses dancehall, afrobeat og hip-hop.

**mandag kl. 17.00 - 19.00**

### K-pop

Holdet for dig, der er vild med en blanding af trendy vestlig musik og høj-energi japansk pop.

**torsdag kl. 16.00 - 18.00**

## MEDIER&KOMMUNIKATION

### Foto & Video

Her kan du være kreativ og udtrykke dig visuelt.

**mandag kl. 16.00 - 18.00**

### Medieproduktion

Lær de grundlæggende teknikker inden for medieproduktion.

**onsdag kl. 15.30 - 17.00**

### Redaktion til ny YouTube-kanal:

#### Det sker i Ishøj Ungdom

Lær at finde den gode historie og lave nyheder med en ung vinkel.

**tirsdag kl. 16.00 - 19.00**

### PodCast

Har du noget på hjerte, du gerne vil dele med andre? Så er dette hold lige noget for dig.

**mandag kl. 16.00 - 19.00**

### Filmhold på Station Next

Holdet for dig, der har lyst til at være med fra manuskript til færdig produktion.

**Se mere info på hjemmesiden**

## MADVÆRKSTED

### Bag&Smag

Elsker du dej - så er dette hold lige noget for dig!

**onsdag kl. 17.00 - 20.00**

### Madkultur

Er du nysgerrig på mad fra forskellige lande og verdensdele? Så meld dig på holdet.

**mandag kl. 17.00 - 19.30**

### Kokkekunst

Her får du lov at eksperimentere med kreativ kokkekunst. Kom og vær med.

**tirsdag kl. 16.00 - 19.00**

## SPROG&MATEMATIK

### Spansk

Lær spansk på begynderniveau.

**mandag kl. 16.00 - 18.00**

### Japansk

Her kan du lære at læse, skrive og tale japansk sammen med andre.

**tirsdag kl. 16.00 - 18.00**

### Kinesisk

Her er muligheden for at lære et nyt sprog og samtidig have det sjovt.

**tirsdag kl. 18.00 - 20.00**

### Tysk

Her kan du blive dygtigere til tysk - både på folkeskole- og gymnasieniveau.

**onsdag kl. 17.30 - 19.30**

### Engelsk

Til dig der gerne vil udvikle dine sprogkompetencer både skriftligt og mundtligt.

**onsdag kl. 16.00 - 18.00**

### Fransk

Holdet for dig, der gerne vil lære fransk. *NB. Du kan gå til prøve i faget fransk på Ishøj Ungdom.*

**mandag (begyndere + øvede)**

**kl. 16.00 - 19.00**

### Matematik

På matematik-holdet har vi trukket kedsomhed fra ligningen og lagt en masse sjov og kreativitet til.

**mandag kl. 16.00 - 18.00**

### HOW TO...

Lektiehjælp, skrive CV og jobansøgning, forberede sig til samtale og eksamen, og meget meget mere af det, du har brug for...

mandag, tirsdag, onsdag  
kl. 16.00 - 17.30  
onsdag også i Glashuset  
kl. 16.00 - 17.30

# EVENTS&TURE

## Vandaktiviteter - wellness

Er du også vild med velvære, vand og wellness? Så meld dig til denne aften.

*begrænset antal: 12*

**fredag d. 13. nov. kl. 19.30 - 21.00**

## Vandaktiviteter - action

Er du til kombinationen af vand og action, så er dette lige noget for dig.

*begrænset antal: 12*

**torsdag d. 15. oktober kl. 17.00 - 19.00**

## Vandaktiviteter - party

Er du vild med party og svømmehal? Så er her den perfekte løsning.

**fredag d. 4. december kl. 19.30 - 21.00**

## Natarrangement i Gamingcenteret

Er du klar til en all-nighter? Vi gamer hele natten, så husk forsyninger!

**Se mere info på hjemmesiden**

## Juleaften for piger

Traditionen tro indbyder vi til god mad, hygge og dans - girls only!

**24. december kl 16.00 - 22.00**

## Heldagstur til Outlet

Tag med ungdomsskolen på tur til Designer Outlet Neumünster i Tyskland, hvor du er sammen med vennerne hele dagen og kan shoppe og hygge.

*Max 15 deltagere*

**lørdag d. 28. november**

**pris: 100,- kr**

## En-dags-Skitur til Vallåsen

Vil du afprøve dine SKILLS på SKI? I prisen er der inkluderet: Ski, liftkort, undervisning og mad.

**Vinterferien (uge 8)**

**tirsdag d. 23. februar**

**pris: 325,- kr.**

## Wellness-tur til Rostock

Trænger du til forkælelse og wellness i januar? Så meld dig til denne tur.

*Max 15 deltagere*

**22. - 24. januar**

**pris: 425,- kr**

## Lalandia

En weekendtur helt uden forældre i Danmarks største vandland. I bliver indkvarteret i egne hytter og skal selv lave mad.

**19. - 21. marts**

**pris: 650,- kr.**

# NATUR&FRILUFTSLIV

## Nak & Æd

På denne tur skal vi skaffe vores egen føde og overleve i naturen et døgn.

*max 7 deltagere*

**efterårstur: d. 14. - 15. oktober**

**forårstur: d. 12. - 13. juni**

## Put'n'Take - rookietur

Du lærer at binde knuder og benytte fisketeknikker. Du bliver oplært til selv at tage på fisketur.

**tirsdag d. 20. oktober kl. 17.00 - 20.00**

## Kuttertur

En tur ud på havet, hvor der bliver mulighed for at alle kan fange fisk.

**søndag d. 1. november kl. 10.00 - 16.00**

## Kysttur

Turen for den let øvede fisker. Her skal vi ud fra kysten og fiske med waders.

**lørdag d. 28. november kl. 10.00 - 16.00**

## Sanke og svampejagt

Her samler vi ind af naturens egne råvarer, og laver aftensmåltidet over bål.

**tirsdag d. 6. oktober kl. 17.00 - 20.00**

## Kajak

Er du til kajak? Så meld dig til denne tur. Der er to introdage, så du er klar til en længere heldagstur på vandet.

**10. maj + 17. maj kl. 17.00**

## Kano

Er du til kano? Så meld dig til denne tur. Der er to introdage, så du er klar til en længere heldagstur på vandet.

**10. maj + 17. maj kl. 17.00 - 19.00 (intro).**

**Pinsedag d. 24. maj kl. 10.00 - 20.00**

## Skovtårnet

Camp Adventures Skov Tårn er en unik naturoplevelse, der ikke findes andre steder i Skandinavien. Vil du en tur med op i trækronerne, så meld dig til denne tur - en oplevelse i højden!

**1. maj kl. 10.00 - 17.00**

## SPOTLIVE

Sidst i hver måned hiver vi en gæst ned på Ungdomsskolen og sætter spot på temaer inden for ungdomskultur.

Her kan du høre om en masse spændende emner fra professionelle folk i forskellige brancher og få lov til at stille spørgsmål, der kan stille din nysgerrighed.

Følg os på vores Instagramprofil  
'Ishøjungdom'  
for mere info.



# UNGWORSHOP

## Urban Musikstarter

En helt unik uge fuld af Urban musik, med professionelle undervisere, der arbejder i branchen - Vi sætter fokus på udtryksformer inden for musikproduktion, dans og den visuelle præsentation. Du sover på ungdomsskolen. Vi garanterer for en uge fuld af musik og fællesskab.

**Pris: 800,- kr.**

*(der er særpris for Ishøjs unge)*

**uge 42, lørdag d. 10. - onsdag d. 14. oktober**

## Fit N' Facts

Holdet for dig, der gerne vil blive klogere på krop og kost.

**Se mere på hjemmesiden for tid og sted**

## Young Art - tegnekursus

Her kan du komme at få nye fif og færdigheder, til at tegne og male.

**onsdage i november kl. 17.00 - 20.00  
(4. nov. - 11. nov. - 18. nov.)**

## Girls on the mic

Her kan du synge, rappe og producere beats uden at drengene blander sig

**torsdage i november kl. 17.00 - 20.00 (5. nov. - 12. nov. - 19. nov.)**

## Kostumeværksted – Cosplay

Her kan du lave våben, pynt og udsmykning der fuldender dit kostume.

**lørdag d. 16. januar kl. 10.00 - 16.00**

## Producer Sundayz

Her lærer du, hvordan du kan lave musik på din computer. Få inspiration og nye skills til dit eget musik..

**søndag d. 17. og 24. januar kl. 11.00 - 15.00**

## Den store bagedyst

Er du vild med at bage og udfolde dig kreativt indenfor bagekunst, så kom til denne dyst. Præmier på højkant!

**lørdag d. 16. + søndag d. 17. januar  
kl. 10.00 -15.00**

## Urban Takeover

I vinterferien er der igen Urban takeover - du lærer at skrive din egen rap eller R&B-sang, indspille eller producere beats.

**uge 8, torsdag d. 25. + fredag d. 26. februar kl.  
11.00 - 16.00**

## Julegaveværksted og julepynt

Her kan du lave gaver og pynt - du kan lave helt unikke julegaver - både på den gammeldags måde og med maskinerne i Makerspace.

**lørdag d. 5. december kl. 10.00 - 14.00**

# KONTAKTOS

## **Afdelingsleder for Fritid & Unge Medborgerskab**

Maja la Cour Brandt  
mobil: 23 20 70 24  
mail: majbr@ishoj.dk

## **Souschef og afdelingsleder for Skole & Uddannelse**

Rasmus Blichfeldt  
mobil: 51 33 21 68  
mail: rab@ishoj.dk

## **Ungdomsskoleleder**

Brian Larsen  
mobil: 22 11 37 53  
mail: brlar@ishoj.dk

## **IshøjUngdoms administration**

Vejledalen 7  
2635 Ishøj  
telefon: 43 57 60 00