



## Aktivierungshilfen für Jüngere der AWO service gGmbH

Ein kurzer Einblick in unsere Räumlichkeiten und die Möglichkeiten der Aktivierungshilfen.

Eure Ansprechpartner sind:

Stefan Meisters - Sozialpädagoge  
Mohamed Saady - Fachanleiter



Haupteingang am Wasserturm 22



Einmal ums Gebäude herum befindet sich unser eigener Eingang.



Unser Vorraum mit Kräuterregal, zur erneuten Bepflanzung mit leckeren Kräutern für unsere Küche.

siehe Projekt: Holz, S. 9-11

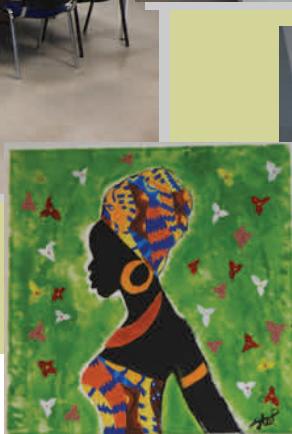


Vom Vorraum geht es zum einen in das Büro...



Küche zur Zubereitung von  
Mahlzeiten und Kaffee bzw. Tee.

... zum anderen in den Schulungsraum, in welchem Projekte wie z.B. Näharbeiten, Kunstprojekte oder andere kleine Projekte umgesetzt werden.



siehe Projekt: Malen, S. 7-8



Im Schulungsraum steht zudem ein Kicker, welcher in mühevoller Handarbeit aus zwei reparaturbedürftigen Kickertischen zusammengebaut und restauriert wurde.



Gewinnen oder verlieren,  
das ist hier die Frage.



siehe Projekt: Upcycling, S. 15-19

Für die großen Projekte wie Upcycling oder die aufwendigeren Gerichte, stehen der Aktivierungshilfe zum einen die Schreinerei, zum anderen eine große Küche und weitere Räumlichkeiten zur Verfügung.



Die geräumige Küche zur Umsetzung von ausgefallenen und leckeren Rezepten.



siehe Projekt: Kochbuch, S. 12-14



Die voll ausgestattete Schreinerei steht für kleinere und größere handwerkliche Projekte zur Verfügung.

Kreatives Arbeiten mit Holz und Umsetzung eigener Ideen.



siehe Projekt: Holz, S. 9-11

Die Metallwerkstatt ermöglicht die Nutzung von Geräten und Maschinen zur Metallverarbeitung.



siehe Projekt: Upcycling, S. 15-19



Auf dem Außengelände gibt es neben zwei Bienenstöcken zur Herstellung von eigenem Honig, auch Kräuterbeete zur Nutzung...



Kräuter  
verfeinern  
jedes  
Essen.



...sowie ein selbst angelegtes  
Hochbeet für kreatives Arbeiten mit  
saisonalen Pflanzen.  
Das Insektenhotel zur Bestäubung  
steht praktischerweise direkt am  
Beet.



Amsel, Taube oder Meise,  
jede pickt auf ihre Weise.

siehe Projekt: Holz, S. 9-11



## Projekte in den Räumlichkeiten der AWO service in Übach-Palenberg:

Unsere Projekte finden in einer Kombination aus geeigneten Gruppen-oder Einzelmaßnahmen unter fachlicher Anleitung und mit sozialpädagogischer Begleitung statt.

**Projekt: Malen**

**Projekt: Holz**

**Projekt: Kochbuch**

**Projekt: Upcycling**



Kreative Projekte können nicht nur Spaß machen, sondern auch unsere innere Stärke fördern und zu mehr Selbstbewusstsein beitragen.





## Projekt: Malen

Hier gibt's kein Richtig oder Falsch, das Machen ist wichtig! Den Phantasien der Teilnehmenden und ihrer Darstellung freien Raum geben heißt, vorgefasste Ziele und Themen dann über Bord zu werfen, wenn die Kreativität den gesteckten Rahmen sprengt. Individuelle Fantasien wollen ausgedrückt werden. Die Teilnehmenden lernen in den Kunst-Workshops und Kunstprojekten selbstständige Entscheidungen zu treffen und Lösungen zu finden. Zudem erfahren sie, dass sie aktive Mitgestalter ihrer Welt sind.

Abstrakte Kunst  
Bilder auf Leinwand





## Abstrakt...

Hervorragende künstlerische Begabung?



Ja, das ist schön.

Auf die richtige (Farb-)Mischung kommt es an.





## Projekt: Holz

### Kräuterregal aus einer Europalette

Ein Kräuterbeet aus Paletten ist eine schöne und simple Möglichkeit, wenn Du auf wenig Fläche eine aromatische Auswahl an Kräutern anbauen möchtest.

Und so geht's



#### Kräuterregal aus einer Europalette



#### Material:

- Europalette
- Holzschrauben
- Nägel
- Schraubenzieher
- Handschleifgerät oder Schleifpapier mit Block
- Hammer
- Stabile Mülltüten oder Folie
- Blumenerde und Kräuter
- Elektrischer Tacker
- Tafelfolie oder Tafellack mit Kreide



#### Und so geht's:

1. Die Palette umdrehen und auf der Rückseite den zweiten und vierten Querbalken rausnehmen mit einem Hammer oder wenn vorhanden mit einem Brecheisen.
2. Anschließend die Palette umdrehen und die zwei rausgenommenen Querbalken jeweils unten unter den Querbalken befestigen, so das Kästen entstehen.
3. Nun die Palette abschleifen vor allem an den Kanten damit keine Splitter mehr vorhanden sind, dabei kann man die Kanten nach Belieben abrunden.
4. Wenn dies erledigt ist die Kästen mit der Folie aushüllen und fest tackern.
5. Nun die Blumenerde in die ausgehüllten Kästen geben.
6. Letztendlich mit der Tafelfolie oder mit dem Tafellack kleine Schilder vorbereiten und befestigen. Damit man beschriften kann, welche Kräuter in welchem Fach sind.

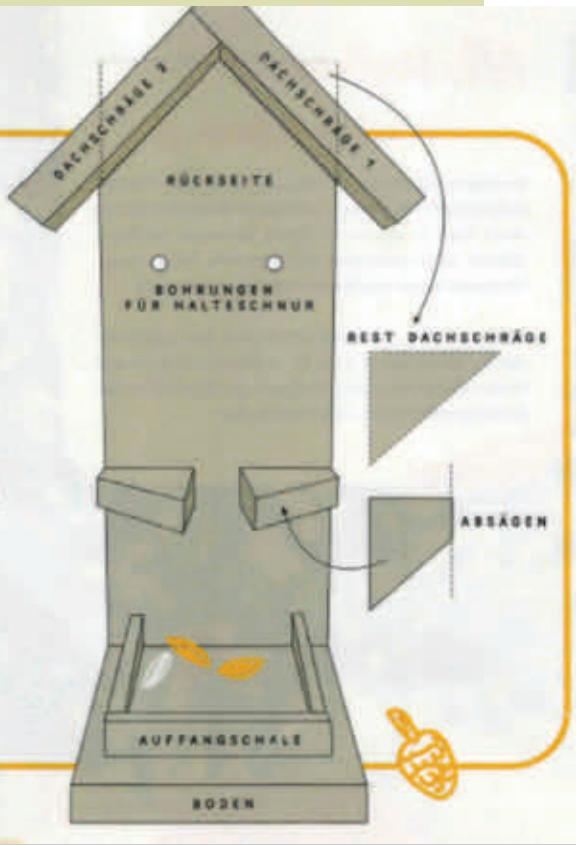


## Futterstation:

Warum sollen es die Vögel im Garten nicht ebenso schön haben wie wir selbst?  
Diese Vogelhäuser liefern Futter in der kalten Jahreszeit – und sind dabei eine Zierde für jede Terrasse.



Und so geht's



### MATERIAL

Glasflasche | Holz-Zuschnitt | Holzleim  
Seil | Kordelstopper | Bohrmaschine  
Säge | Schraubenzieher | Holz-Schrauben  
Lackfarbe | Pinsel

### HOLZ-ZUSCHNITT

1 x 15 x 40 cm	2 cm stark	Rückseite
1 x 15 x 17 cm	2 cm stark	Boden
1 x 15 x 12 cm	2 cm stark	Dachschräge 1
1 x 13 x 12 cm	2 cm stark	Dachschräge 2
3 x 2 x 12 cm	0,5 cm stark	Auffangschale
Flaschenstopper aus Resten der Rückseite		

### KONSTRUKTIONS-SKIZZE

Für dieses Projekt wurde ein altes Brett verwendet,  
daher war die Breite von 15 cm hier vorgegeben.



## Schwingtiere:

Schwingtiere sind eine hübsche Dekoration, die Deinem Wohnzimmer einen Hauch von Nordsee oder dem Kinderzimmer einen bunten Farbakzent verleihen können. Hängende Vögel, Drachen oder andere geflügelte Wesen schlagen beim Ziehen an der Schnur mit ihren Flügeln – ein schöner und spannender Blickfang! Es gibt verschiedene Varianten wie z.B. Möve/ Pelikan/ Tukan.

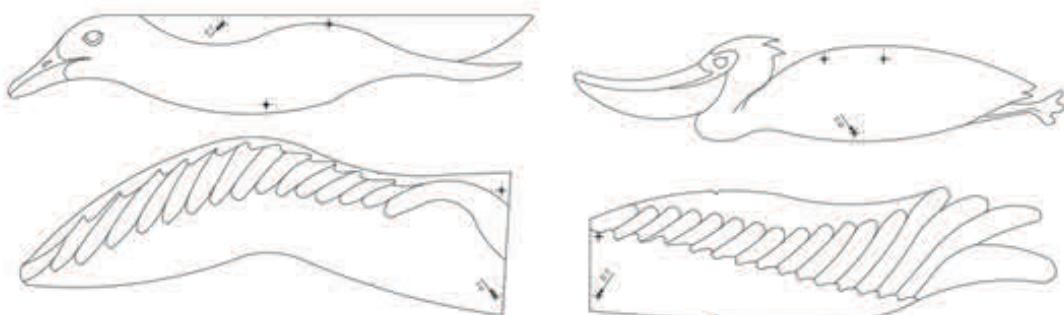


## Bauanleitung

1. Motiv auswählen und die Korpus-Schablone (Seite 5/6) auf das Sperrholz (1) übertragen!  
Auf das Sperrholz (2) die die passende Flügel-Schablone (Seite 5/7) nach Schneideplan (Seite 3) übertragen.  
Bohrungen (Korpus+Flügel) mit dem Vorstecher markieren und ø2 mm durchbohren.  
Alle Teile mit der Laubsäge bzw. Dekupiersäge aussägen und anschließend alle Sägekanten sauber verschleifen.

**Hinweis:**

Das Mobile vor dem Zusammenbau farbig gestalten!





## Projekt: Kochbuch

### Rezept 1: Vanillekekse

Die Teilnehmenden der Aktivierungshilfe hatten aufgrund der weihnachtlichen Stimmung die Idee, Vanillekekse zu backen. Vorerst mussten alle Teilnehmenden ein Rezept dazu aufschreiben und eine Einkaufsliste erstellen. Zunächst haben wir alle notwendigen Zutaten eingekauft und haben angefangen auf einer Arbeitsfläche die Zutaten für den Teig zu verkneten. Danach haben wir den Teig in Frischhaltefolie verpackt und für eine halbe Stunde in den Kühl-schrank gestellt. Anschließend haben wir den Teig ausgerollt und mit Formen die Kekse ausgestochen.

Während des gesamten Vorgangs hat der Anleiter ein paar Bilder von unserer Arbeit gemacht.



„Das Kekse Ausstechen hat mir persönlich am meisten Spaß gemacht. Vorerst, war ich ein bisschen skeptisch und habe mir das nicht zugetraut das Mehl mit der Butter und dem Eigelb zu verkneten, jedoch hat sich ziemlich schnell das Gegenteil herausgestellt und irgendwann hat man den Bogen raus.“



## Rezept 2: Baklava

Wie gesund ist Baklava?

Aufgrund seiner Bestandteile enthält er viele Vitamine und Nährstoffe. Das Gebäck stammt ursprünglich aus dem Nahen Osten und ist auch auf dem Balkan als Süßspeise bekannt. Schon in der Antike bzw. im Byzantinischen Reich war Baklava geschätzt.



und so geht's

Zutaten für Baklava:

150g Haselnüsse und,/oder Walnüsse, gehackt  
100g Mandel (n), gemahlene geschälte  
75g Pistazien, gehackt  
200g Zucker  
TL Zimt  
250g Butter  
450g Teigblätter (Filoteig),  
aus dem türkischen Geschäft  
125ml Honig  
150ml Wasser  
½ Zitrone

Zubereitung:

- Mandeln, Walnüsse, Haselnüsse und 50g Pistazien mit 4 EL Zucker und dem Zimt mischen.
- Die Butter schmelzen und abkühlen lassen. Eine ofenfeste Backformen mit Butter einfetten und den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen.
- Alle Teigblätter aufeinander legen, dann die ofenfeste Backform umgedreht auf die Teigblätter legen und mit einem scharfen Messer einmal um die Form schneiden.
- Die ausgeschnittenen Teigblätter mit Butter einpinseln und nacheinander in die Form legen. In der Regel hat man um die 20 Teigblätter in einer Packung . Nach ca. 5 Teigblättern (ist variierbar) 1/3 der Nussmischung darauf verteilen. Wieder 5 Teigblätter auflegen, dann Nussmischung und dies nochmal wiederholen. Die restlichen Teigblätter darauf legen.



- Mit einem scharfen Messer zu einem Rautenmuster oder zu Rechtecken schneiden. Mit der restlichen Butter bestreichen und in ca. 25 Minuten (beobachten!) gold-braun backen
- Während der Backzeit 150 ml Wasser mit dem Honig und dem restlichen Zucker in ca. 10 Minuten zu einem Sirup kochen. Danach einen Spritzer Zitronensaft (aber nicht zu viel) einrühren und abkühlen lassen.
- Das Baklava aus dem Ofen nehmen, ca. 5 Minuten abkühlen lassen und dann mit dem Sirup übergießen. Die restlichen Pistazien darüber streuen und weiter abkühlen lassen.





## Projekt: Upcycling

### Restaurierung eines alten Kickers:

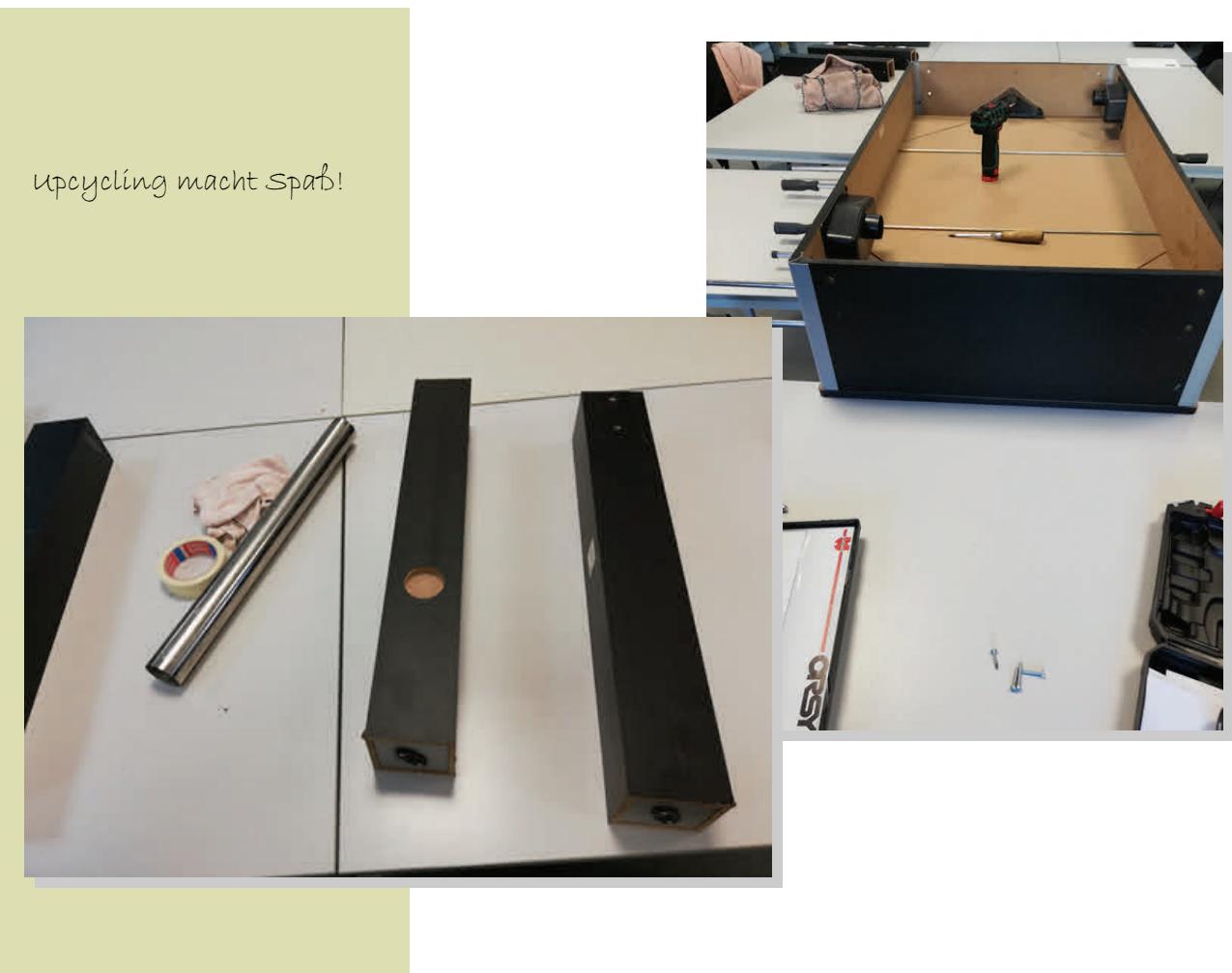
Nicht immer muss ein Kickertisch komplett selbst gebaut werden. Genau so gibt es viele Möglichkeiten, vorhandene Kicker umzubauen oder aufzuwerten.

Über das Internet konnte ein alter Original-Kicker ersteigert werden. Weil sich der Tisch in einem sehr schlechten Zustand befand, war der Preis für das Gerät nicht allzu hoch. Klar ist bei dieser Ausgangslage auch: Der Tisch muss restauriert werden!

Bei dem ersteigerten Original-Kicker war zwar nichts richtig kaputt, gut gepflegt war der Kickertisch aber auch nicht. Neben der starken Verschmutzung und den deutlichen Abnutzungsspuren waren einige Reparaturen sichtbar, die allesamt nicht sehr fachmännisch ausgeführt wurden.

### Demontage:

Am Anfang einer Restaurierung steht das Zerlegen in Einzelteile - so lassen sich die einzelnen Bauteile am besten reinigen und reparieren, die Holzteile schleifen und neu lackieren.





## Nachrüstung höhenverstellbarer Füße:



Bohren von  
Metallstücken  
(Adapter)  
für die Stabilität  
des Kickers



## Schritt 1: Kernloch bohren (Spiralbohrer)

Zum Schneiden eines Innengewindes bohrst Du zuerst ein Kern Loch mit dem Spiralbohrer. Davor kannst Du die gewünschte Stelle mit dem Körner und einem kontrollierten Hammerschlag ankörnen. Damit vereinfachst Du die Zentrierung und das Anbohren mit dem Spiralbohrer.

Persönliche  
Schutzausrüstungen (PSA)  
benutzen!



## Schritt 2: Innengewinde schneiden (Handgewindebohrer)

Als letzten Schritt spannst Du den Gewindebohrer in ein Windeisen (Kugelwindeisen oder Werkzeughalter mit Knarre) und schneidest das Gewinde. Dabei drehst Du vorsichtig den Gewindebohrer in das Kern Loch.

Bei den Gewindebohrer Sätzen musst Du die Reihenfolge (Vor-, Mittel- und Fertigschneider) beachten.



Die Reihenfolge erkennst Du an den Ringen am Schaft:

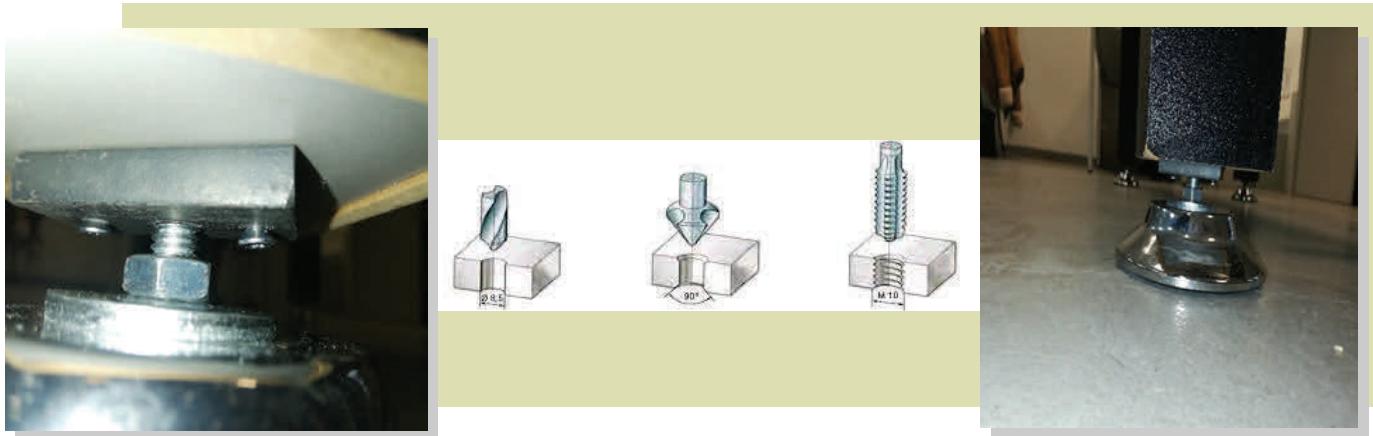
- |                 |              |
|-----------------|--------------|
| Vorschneider    | - ein Ring   |
| Mittelschneider | - zwei Ringe |
| Fertigschneider | - kein Ring  |



Um ein gerades Innengewinde zu schneiden, kannst Du ein Anschlagwinkel benutzen und rechtwinklig am Gewindebohrer ansetzen.

## Hinweis:

Beim Handgewindebohrern gilt, dass der Bohrer nach zwei Umdrehungen eine Drittelumdrehung zurückgedreht werden sollte, um den Span zu brechen. So sinkt die Belastung auf den Bohrer und frischer Schmierstoff gelangt an die Schneidkanten.



Dadurch wird die Reibung zwischen dem Span und den Schneiden des Gewindebohrers und damit auch das notwendige Drehmoment verringert. Auch der bessere Abtransport der Späne wird dadurch gewährleistet.

Wenn Du das Gewinde geschnitten hast, drehst Du in der entgegengesetzten Richtung den Handgewindebohrer wieder heraus.



Geschafft! Das Gewinde ist fertig und der Fuß montiert.



## Anbauteile richten:

Die Anbauteile sind bei alten Kickertischen oft in sehr unterschiedlichem Zustand. Manches lässt sich retten und mit mehr oder weniger Mühe fast in den Neuzustand versetzen. Andere Bauteile wiederum sind einfach kaputt und müssen ersetzt werden.



Wir hoffen dieser Einblick in die Aktivierungshilfen konnte Dein Interesse wecken und wir freuen uns, Dich in Zukunft bei uns begrüßen zu dürfen.