



KjG-B^oXt

**Die KjG-B^oXt könnt Ihr auf vielfältige Weise für
Eure KjG-Arbeit vor Ort nutzen.
Viel Spaß dabei!**

Impressum

Herausgeber*in:

KjG-Diözesanverband
Rottenburg-Stuttgart
Antoniusstraße 3
73249 Wernau

 kjg@bdkj.info

 [kjg_rostu](https://www.instagram.com/kjg_rostu)

 0160 91090573

 www.kjg-drache.de

Redaktion:

Arbeitskreis Mitglieder

Daniela Klaß

Felix Herr

Josefine Steifensand

Lena Ballmann

Sarah Piringer

Theresa Laib

Thomas Kley

Korrektur:

Martina Resch



Grafikdesign:

Lisa Sehmisch

Wernau 2025

1. Auflage

100 Exemplare

WIRmachenDRUCK.de

Ihr habt Ideen, die unbedingt auch in die KjG-B🎲Xt sollen?

Oder Ihr braucht Unterstützung bei Eurer KjG-Arbeit?

Dann meldet Euch bei uns!



KjG-B^oXt

Was ist denn das?



**In der KJG-BOXt findet Ihr einfach alles:
von Gruppenstundenideen, über Kennenlernspiele,
Auswertungsfragen, Methoden für die Mitbestimmung Eurer
Teilnehmenden, Ideen für Mitgliedergewinnung und Argumente für die
Mitgliedschaft bis zu Bastel- und Spielideen für alle möglichen
Situationen und Anlässe.**

Nutzt die KJG-BOXt z. B. in Leitungsrunden, Gruppenstunden, bei Freizeiten, an Elternabenden

- Ihr habt noch Zeit in einer Gruppenstunde übrig: dann schaut einfach mit den Kindern in die KJG-BOXt**
- Mitgliedervollversammlung: Ihr sucht noch eine gute Methode für die Mitbestimmung auf Eurer Vollversammlung? Schaut einfach in die KJG-BOXt.**



KjG-B^{Xt}

und der Schaumstoffwürfel

Die drachenstarke KjG-Boxt könnt Ihr als Ideen-Box verwenden oder auch kombiniert mit unserem Schaumstoffwürfel, den Ihr als Pfarrjugendleitung für Eure Gemeinde einmalig durch Eure Teilnahme an einer diözesanen KjG-Veranstaltung kostenlos von uns bekommt.



- Ihr könnt Euch nicht für ein Anschuggerle entscheiden? Dann steckt einfach sechs Ideen in den Würfel und würfelt es aus!
- Auswertung auf einer Freizeit: Würfelt die Auswertungsfragen in einer Blitzlichtrunde mit allen Teilnehmenden.
- Elternnachmittag? Würfelt mit den Eltern, welche Gründe für die KjG sprechen und tauscht Euch darüber aus.

Ihr habt noch keinen Würfel?

Meldet Euch einfach schnell zur nächsten Veranstaltung unter www.kjg-drache.de an.

Auswertung



Auswertung



Wie fandest Du? ...

... das Essen

Auswertung Veranstaltung





Wie fandest Du? ...

... das Programm

Auswertung Veranstaltung





Wie fandest Du? ...

... den Ort

Auswertung Veranstaltung





Wie fandest Du? ...

... die Leiter*innen

Auswertung Veranstaltung





Wie fandest Du? ...

... die Stimmung

Auswertung Veranstaltung





Wie fandest Du? ...

... das Miteinander

Auswertung Veranstaltung





Wie ist es Dir ergangen?

Auswertung Team





Was war schwierig für Dich?

Auswertung Team





Wie bist Du mit Herausforderungen umgegangen?

Auswertung Team





Wie sah Eure gemeinsame Strategie aus?

Auswertung Team





Was fiel Dir leicht?

Auswertung Team





**Wie hast Du Dich
mit den anderen
abgestimmt?**

Auswertung Team





Was war Dein Lieblingmoment?

Auswertung Tag





Was war Dein lustigstes Ereignis ?

Auswertung Tag



Auswertung Tag



Was hast Du gelernt?

Auswertung Tag





Was soll die KjG beim nächsten Mal machen?

Auswertung Tag





Was wünschst Du Dir für die KjG?

Auswertung Tag





**Welchen Traum
soll Dir die KjG
unbedingt erfüllen?**

Auswertung Tag





**Welches Thema
war Dir heute am
Wichtigsten?**

Auswertung Sitzung





Was war hilfreich für Deine heutige Mitarbeit?

Auswertung Sitzung





Worauf liegt unser Schwerpunkt und warum?

Auswertung Sitzung





Was können wir in unserer Sitzung verbessern?

Auswertung Sitzung





**Was wünschst Du
Dir für unser
nächstes Treffen?**

Auswertung Sitzung





**Was sind für Dich
die drei nächsten
Schritte?**

Auswertung Sitzung



Würfelspiele



Würfelspiele



Würfel

Würfelspiele





Würfel

Würfelspiele





Würfel

Würfelspiele





Würfel

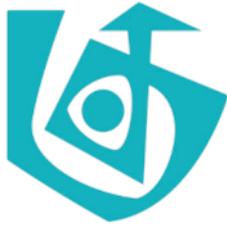
Würfelspiele





Würfel

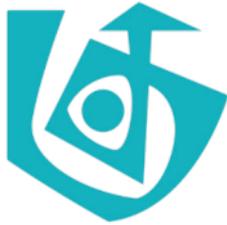
Würfelspiele





Würfel

Würfelspiele





17 und 4

Würfelspiele



Alle Mitspielenden würfeln der Reihe nach.

Die einzelnen Punkte werden zusammengezählt.

Ziel ist es durch die einzeln Würfe so nah wie möglich an die 21 zu kommen. Wer die 21 erwürfelt, hat gewonnen. Ist man über der 21, ist man raus und wenn es keine 21 gibt dann gewinnt die Person, welche am nächsten an der 21 dran ist.

Die Mitspielenden entscheiden für sich, wann sie jeweils aufhören zu Würfeln.



Super 6

Würfelspiele

Es werden Behälter mit den Nummern 1-6 aufgestellt. Alle Mitspielenden erhalten je 10 Spielsteine. Wenn jemand eine 6 würfelt, legt die Person einen Spielstein in den Behälter mit der Nummer 6. Dieser Spielstein bleibt immer in diesem Behälter. Nun würfelt die nächste Person. Würfelt sie eine 1 bis 6 darf sie einen Spielstein nur dann in den Behälter werfen, wenn dieser leer ist. Hat schon vorher eine Person einen Stein reingetan, muss sie diesen rausnehmen und behalten. Gewonnen hat die Person, die zuerst keine oder (nach einer gewissen Zeit) am wenigsten Spielsteine hat.





Die verflixte Eins

Würfelspiele



**Alle dürfen so lange würfeln, wie sie möchten.
Die Punkte werden addiert. Möchte eine Person die
Runde beenden, werden die Punkte aufgeschrieben.**

**Wird eine Eins gewürfelt verliert die Person alle bisher
addierten Punkte und die nächste Person ist an der Reihe.
Das Spiel kann beliebig lange durchgeführt werden oder es
wird eine Rundenzahl festgelegt. Wer die meisten Punkte
anschreiben lassen konnte, gewinnt das Spiel.**



Würfelrunde

Würfelspiele



**Alle bekommen eine Zahl zwischen 1 und 6 zugeteilt.
Die Spielleitung würfelt. Wenn z. B. die Zahl 5 gewürfelt
wird, müssen alle mit der Zahl 5 im Kreis um eine Position
weiter rücken. Wenn sie dabei auf eine schon besetzte
Position kommen, stellt sich die Person einfach hinter die
andere Person. Gewonnen hat, wer 1x (oder 2x) im Kreis
herum gekommen ist.**



Gruppeneinteilung

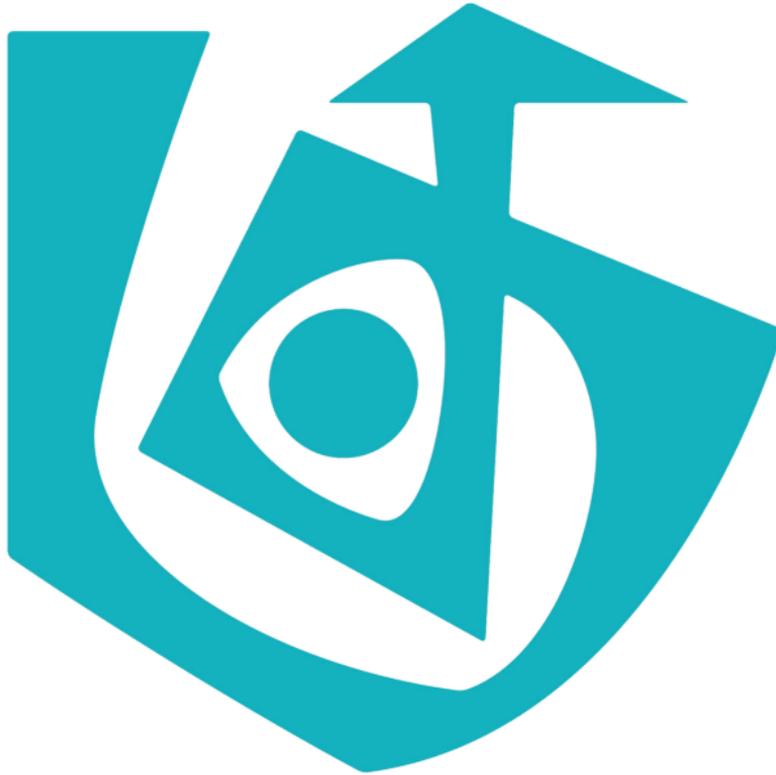
Würfelspiele





Gruppeneinteilung

Würfelspiele





Gruppeneinteilung

Würfelspiele





Gruppeneinteilung

Würfelspiele





Gruppeneinteilung

Würfelspiele





Gruppeneinteilung

Würfelspiele



Anschuggerle



Anschuggerle



Unterwasser- abenteuer

Anschuggerle



Alle verteilen sich auf dem Ozean (im Raum) und setzen sich auf den Boden. Eine Person ist das U-Boot. Sie versucht mit geschlossenen Augen, da dichter Nebel aufgezogen ist, zwischen den anderen herumzugehen, die mit ihren Nebelhörnern Signale (Töne) senden, bevor das U-Boot jemanden oder etwas zu nahe kommt. Die Signale müssen frühzeitig und nicht zu plötzlich gegeben werden, so dass das U-Boot flüssig gehen kann und nicht ständig stoppen muss.



Hast du mein Gebiss gesehen?

Anschuggerle



Die Spielleitung stülpt beim Sprechen die Lippen über die Zähne, so dass es sich anhört als sei sie zahnlos und fragt die nächste Person: „Hast Du mein Gebiss gesehen?“

Nächste Person (spricht genauso): „Nein, ich hab es nicht gesehen, aber ich frag mal weiter!“ Wendet sich an die nächste Person: „Hast Du mein Gebiss gesehen?“ So geht es reihum, bis die Frage nach dem Gebiss wieder bei der Spielleitung ankommt. Wer lachen muss, läuft eine Runde um den Kreis.



Es war einmal

Anschuggerle



Alle sitzen im Kreis. Die Spielleitung beginnt die Geschichte mit „Es war einmal“ und dem ersten Teil der Geschichte. Zum Beispiel: „Es war einmal ein kleiner Drache, der wollte, dass ihm die anderen Drachenkinder zuhören. Aber jedes Mal, wenn der kleine Drache anfing zu reden“ – in diesem Moment klatscht die Spielleitung in die Hände und nächste linke Person erzählt die Geschichte weiter. Jedes Mal, wenn die Spielleitung klatscht, wird die Geschichte von der nächsten Person weitererzählt.



Ernie und Bert

Anschuggerle

Die Spielleitung nennt die Begriffe „Ernie“ und „Bert“.



Auf der einen Seite im Raum ist die Ernie-Seite, auf der anderen Seite die Bert-Seite. Die Teilnehmenden sollen sich nun entscheiden, wen sie lieber mögen, wer ihnen sympathischer ist ... Je nach Gruppe und Alter können die Teilnehmenden sich dazu austauschen. Nach diesem Prinzip geht es weiter mit anderen Begriffspaaren. Beispiele für weitere Begriffe: Spaghetti oder Pizza, Vanille oder Schoko, Sendung mit der Maus oder Löwenzahn, Schnee oder Strand, Nutella oder Honig, Katze oder Hund, Winter oder Sommer, Bibi Blocksberg oder Benjamin Blümchen, ...



Drachenschwanz- jagd

Anschuggerle



Die Gruppe teilt sich in Untergruppen zu höchstens acht Personen auf, die sich alle in einer Reihe hintereinander stellen und sich an den Schulter fassen. Die letzte Person in der Reihe steckt sich hinten am Gürtel ein Tuch fest, das sich durch Ziehen leicht entfernen lässt. Nun müssen die Menschenschlangen – die Drachen – versuchen, den anderen Drachen die Tücher abzuluchsen. Dabei muss darauf geachtet werden, dass die Reihen nicht auseinanderfallen.



Brüllspiel

Anschuggerle

Die Spielleitung teilt zwei Teams auf. Jedes Team denkt sich einen Satz aus, der aus mindestens 10 Wörtern besteht. Die Spielleitung stellt ein Team in die Mitte des Raumes. Die andere Gruppe stellt sich an einem Ende des Raumes auf und schickt eine Person auf die gegenüberliegende Seite. Diese Person ruft den Satz des Teams aus der Mitte, während das Team in der Mitte ganz laut brüllt. Sobald eine Person der hörenden Gruppe glaubt, den Satz verstanden zu haben, läuft sie zur Spielleitung. Das Gebrüll wird unterbrochen. Nennt die Person den richtigen Satz, hat das Team gewonnen, falls der Satz nicht stimmt, geht das Gebrüll weiter.





Akoso-Karate

Anschuggerle



Die Person A greift die Person B links oder rechts neben sich mit dem Laut „AAHH!!!“ an und zeigt dabei mit dem ausgestreckten Arm auf die Person. Die Person B wehrt sich mit dem Laut „KOH!!!“ ab und zeigt mit nach oben gereckten Ellenbogen auf eine andere Person, die darf auch durchaus A sein. Die nun angegriffene Person gibt dann an einen Teilnehmenden im Kreis ab, indem sie „SOH!!!“ ruft und mit dem ausgestreckten Arm auf die nächste Person zeigt. Diese greift jetzt wieder neu an.



Kennenlernen



Zipp - Zapp

Kennenlernen



Die Teilnehmenden fragen jeweils die Personen neben sich nach dem Namen. Eine Person steht in der Mitte. Diese geht auf einzelne Teilnehmende zu. Sagt sie „Zipp“, so will sie von den Teilnehmenden den Namen der linken Person hören, bei „Zapp“ den der rechten Person. Auf das Stichwort „Zipp-Zapp“ wechseln alle ihre Plätze. Die Namensforschung und das Spiel beginnen von neuem. Wer sich verspricht oder den Namen vergessen hat, löst die Person in der Mitte ab.



Wassergeist

Kennenlernen



Wählt einen Wassergeist aus und teilt euch in zwei gleich große Gruppen, die sich in einem großen Abstand gegenüber stehen. Zwischen euch ist ein reißender Fluss, in dem der gefürchtete Wassergeist lebt. Der Geist stellt sich in den Fluss und ruft den Namen einer mitspielenden Person. Die aufgerufene Person ruft jetzt noch einen Namen aus der gegnerischen Gruppe. Beide rennen dann los, um ihre Plätze zu tauschen. Natürlich führt der einzig mögliche Weg durch den Fluss, in dem der Wassergeist einen der beiden zu fangen versucht. Gelingt es dem Geist, wird die gefangene Person zum neuen Wassergeist. Gelingt es dem Wassergeist nicht, ruft er erneut einen Namen auf und das Spiel wiederholt sich.



Kennenlernen



Alle stellen sich mit ihrem Anfangsbuchstaben folgendermaßen vor: „Ich heiße Pascal, reise gerne nach Polen und esse gerne Paprika.“ Danach wiederholt die Gruppe das Ganze und dann kommt jemand anderes dran. Zum Beispiel „Ich heiße Beate, reise gern nach Bulgarien und esse gerne Birnen.“

Um die Schwierigkeit zu erhöhen, müssen die Personen im Vorfeld auch noch mal aufgezählt werden.



Alle-Die-Spiel

Kennenlernen



Eine Person steht in der Mitte, alle anderen sitzen drum herum. Die Person in der Mitte gibt nun ein Kriterium an: „Alle, die schon mal ...“ Alle, auf die das zutrifft und die auch bereit sind, das zuzugeben, wechseln ihre Plätze. Wer zuckt muss auch den Platz wechseln. Man darf aber nicht an den alten Platz zurück. Ziel der Person in der Mitte ist es, einen Platz zu ergattern. Man kann auch erst die Frage stellen, dann auf drei zählen und erst dann dürfen die Plätze getauscht werden. Hilfreich ist es Karten mit Kriterien vorzubereiten, die sich auf das Thema beziehen und als Idee gezogen werden können. Zum Beispiel: „Alle, die schon mal bei einer Mitgliederversammlung waren.“ „Alle die schon mal im Zeltlager dabei waren.“ „Alle die schon mal beim Jugendgottesdienst eine Fürbitte vorgelesen haben.“ „Alle die schon mal ...“



Klatschkreis

Kennenlernen

Alle stehen in einem Kreis, immer eine Person klatscht eine andere an. Man kann auch zum Klatschen noch den Namen der Person sagen die angeklatscht wird, ansonsten reicht auch ein „Hey“. Das eignet sich vor allem dann gut, wenn sich eine Gruppe nicht kennt oder um die Teilnehmenden in Kontakt zueinander zu bringen. Es kann auch auf Zeit gespielt werden: Wie lange brauchen wir bis der Klatsch einmal die Runde gemacht hat? Und können wir das noch mal unterbieten? Wenn das gut läuft, kann ein Richtungswechsel eingebaut werden, indem man einen Klatscher direkt zurückgibt.





Erbsenkönig*in

Kennenlernen



Alle bekommen fünf Erbsen in die Hand. Die Teilnehmenden gehen nun aufeinander zu und verwickelt ihr Gegenüber in ein Gespräch.

Wer dabei „Ja“ oder „Nein“ sagt, muss der anderen Person eine Erbse abgeben. Es kommt also darauf an, die andere Person zu überlisten, so dass diese aus Versehen „Ja“ oder „Nein“ (oder „Nee“) antwortet.

Nachdem die Spielleitung das Zeichen zum Abbruch gegeben hat, wird gefragt, wer weniger als fünf Erbsen hat, wer fünf, sechs, sieben Erbsen usw. besitzt, und so wird festgestellt, wer gewonnen hat.



Chaos im Kreis

Kennenlernen



Alle sitzen auf einem Stuhl im Kreis.

Nun stellt einer nach dem anderen eine Frage an die Gruppe, die mit „Ja“ oder „Nein“ beantwortet werden kann, z. B. Bist Du Linkshänder? Hast Du irgendwo eine Narbe? Hast Du eine Schwester? Magst Du gerne Gemüseintopf? Wer auf eine dieser Fragen mit „Ja“ antworten kann, rückt auf den Stuhl links neben sich, wer „Nein“ antworten muss, bleibt sitzen. Wenn auf dem Stuhl zur Linken schon eine Person sitzt, dann stellt man sich vor die Person. Nur wer ganz vorne ist, darf weiterrücken. Das Fragespiel geht so lange weiter, bis eine teilnehmende Person wieder auf ihrem eigenen Ausgangsstuhl angekommen ist.



Spiele



Wer hat Angst vorm braunen Bär?

Spielideen



Eine freiwillige Person wird gebraucht, die anfängt zu fangen.

Die Gruppe steht der fangenden Person gegenüber mit viel Platz dazwischen. Die freiwillige Person beginnt: "Wer hat Angst vorm braunen Bär"

Die Gruppe antwortet: "Niemand"

Fänger*in: "Und wenn er aber kommt?"

Gruppe: "Dann laufen wir davon!"

Danach rennen alle los und versuchen die andere Seite zu erreichen.

Die fangende Person versucht möglichst viele zu fangen. Wer gefangen wurde, geht auf die Seite der fangenden und das Spiel geht weiter.

Wer als Letztes gefangen wird, hat gewonnen.



Kettenfange

Spielideen



Es gibt zwei Freiwillige am Anfang, die gemeinsam fangen und sich dabei an der Hand halten. Wird eine weitere Person gefangen, schließt diese sich der Kette an und es geht weiter.

Falls es zu viele Personen werden, kann die Kette geteilt werden.

Gewonnen hat die Person, die als letzte Person noch nicht gefangen wurde.



Feuer, Wasser, Sturm

Spielideen



**Es läuft Musik und alle laufen und rennen umher.
Dann wird die Musik gestoppt und die Spielleitung
ruft eines der Kommandos (Feuer, Wasser oder Sturm).**

Feuer: Alle gehen in eine Ecke.

Wasser: Alle stehen erhöht.

Sturm: Alle legen sich flach auf den Boden.

**Denkt euch weitere Varianten aus (Regen, Hagel, Schnee, ...),
oder wechselt nach jedem Kommando, so dass z. B. immer
die langsamste Person das neue Kommando ansagen darf.**



Ameisenspiel

Spielideen



Alle sitzen verteilt mit Stühlen im Raum, es gibt einen leeren Stuhl und eine Person, die die Ameise ist. Die Ameise kann nur kleine langsame Tippelschritte machen, um sich zu bewegen und will auf den freien Stuhl. Der Rest der Gruppe muss versuchen, dass die Ameise den Stuhl nicht erreicht, indem sie den Platz wechseln. Man darf nicht auf seinen "alten" Stuhl zurück. Hat die Ameise es geschafft den Stuhl zu erreichen, wird die Person Ameise, welche zuletzt auf dem Stuhl gesessen ist.



Tic, Tac, Klingeling

Spielideen



Alle stehen im Kreis und eine Person ist in der Mitte und schließt die Augen. Im Kreis wird ein Ball (der Wecker) rumgegeben. Die Person in der Mitte zählt von 10 runter und sagt Tic, Tac, Tic, Tac, ... solange sie möchte und zum Schluss Klingelling. Die Person außen im Kreis, die den Ball in dem Moment in der Hand hält, scheidet aus und muss sich breitbeinig auf den Boden setzen. Die Person davor muss nun durch die Beine "hüpfen", um den Ball weiter zugeben. Wenn nur noch zwei Personen außen im Kreis sind, laufen diese durch die Beine der anderen in verschiedenen Richtungen und geben den Ball bei jedem Treffen weiter. Gewonnen hat die Person, die den Wecker (Ball) zum Schluss nicht in der Hand hält.



Evolutionsspiel

Spielideen

**Es gibt verschiedene Evolutionsstufen (z. B.:
Ministrant*in, Pfarrer, Bischof, Papst).**

**Durch Schnick, Schnack, Schnuck gegeneinander
wachsen die Teilnehmenden eine Stufe höher, wenn sie
gewinnen. Wer verliert, steigt eine Stufe ab.**

**Man darf nur gegen Mitspielende der gleichen Stufe
antreten. Alle beginnen als Ministrant*in. Um die Stufen zu
erkennen:**

Ministrant*in ist auf Knien.

Pfarrer ist gebückt.

Bischof steht und schaut nach oben.

Papst segnet und schaut von der Seite aus zu.





Schnick, Schnack, Schnuck mit Fans

Spielideen



**Alle spielen gegeneinander Schick, Schnack, Schnuck.
Im Vorfeld werden miteinander die Punkte vereinbart, z. B.
ob man nach einem Punkt direkt oder erst bei drei gewonnen
hat.**

**Die verlierende Person wird zum Fan von dem*der
Gewinner*in und feuert diesen beim Spielen an, indem der
Name gerufen wird.**



Oma, Jäger*in, Bär

Spielideen



Die Spielleitung teilt zwei Gruppen ein. Jede Gruppe berät, was sie als nächstes auswählen von den drei Möglichkeiten: Oma, Jäger*in, Bär.

Dann stehen sich die Gruppen mit Abstand gegenüber und sagen dreimal Oma, Jäger*in, Bär. Dann machen sie das vorher verabredet Zeichen. Die "Gewinnergruppe" fängt die "Verlierergruppe" und die Gefangenen wechseln die Seite. Legt einen Endpunkt auf dem Platz fest, bis wohin gefangen werden darf.

Oma ist gebückt und hält sich den Rücken.

Jäger*in hält ein Gewehr in den Händen und zielt.

Bär streckt die Arme nach oben und reißt den Mund auf.

Oma schimpft die Jäger*in.

Jäger*in schießt auf den Bären.

Bär erschreckt die Oma.



Obstsalat

Spielideen

**Die Spielleitung verteilt Zettel mit Obstarten.
Die Menge der verschiedenen Sorten kann an
Gruppengröße angepasst werden. Alle bekommen
einen Zettel. Eine Person steht in der Mitte, die anderen
sitzen im Stuhlkreis außen herum. Die Person in der Mitte
sagt eine Obstsorte und alle mit dem Obst müssen aufstehen
und sich einen neuen Platz suchen. Bei dem Kommando
Obstsalat müssen alle Mitspielenden aufstehen und sich
einen neuen Platz suchen. Die Person in der Mitte versucht
einen freien Platz zu ergattern.**





**Komm mit,
lauf weg**

Spielideen



Alle stehen im Kreis, mit Platz außen herum zum Rennen. Eine Person läuft außen und tippt irgendjemanden an und sagt entweder "Komm mit!", dann muss die Person die angetippt wurde, in die gleiche Richtung rennen, oder "Lauf weg!", dann muss die angetippte Person in die entgegengesetzte Richtung rennen. Wer zuerst an dem freien Platz ist, hat gewonnen und die langsamere Person ist dran, eine neue Person anzutippen.



Krabbencatchen

Spielideen



Es werden zwei Teams eingeteilt. Man ist im umgedrehten Vierfüßlerstand auf dem Boden und versucht das gegnerische Team auf den "Boden" zu bringen. Sobald der Hintern den Boden, berührt ist man raus.

Mitbestimmung



Mitbestimmung



Mehrheits- entscheidung

Ideen für Mitbestimmung

Alle Themen und Ideen werden auf ein großes Plakat nebeneinander geschrieben. Dann wird unter jede Idee ein großes Gesicht mit Augen und Nase, aber ohne Mund gemalt. Die Teilnehmenden kleben nun zu ihren gewünschten Themen Klebpunkte auf. Die Punkte sollen den Mund bilden. Das Thema mit dem breitesten Mund (meisten Punkte) ist also das vorrangige und wichtigste für die Gruppe. Tipp: Es empfiehlt sich, bei Mehrheitsentscheidungen einen zweiten Wahlgang zu machen: Nachdem in einer ersten Wahl die Vorschläge vor sortiert wurden, werden anschließend noch einmal die zwei oder drei meistgenannten Themen verhandelt und die Teilnehmenden können neu unter diesen eingeschränkten Alternativen entscheiden.





Waage

Ideen für Mitbestimmung



Eine Waage kann aus einem Kleiderbügel für Röcke und daran gebundene Körbchen selbst gebaut werden. Jedes Thema wird zunächst extra abgewogen, in der Mitte liegen gleichschwere Gegenstände. Die Teilnehmenden sitzen nun im Kreis und bringen Argumente für oder gegen das Thema vor. Die Gruppe entscheidet, wie viel Gewicht(e) dem Argument gegeben werden. Die beiden Themen, die am stärksten gewichtet werden, werden noch einmal gegeneinander gewogen.



Gummibärchen- planung

Ideen für Mitbestimmung



Die vorgeschlagenen Themen/Veranstaltungen werden auf einzelne Zettel aufgeschrieben. Diese werden jeweils mit einem Teller voller Gummibärchen (so viele Gummibärchen wie anwesende Teilnehmende) im Raum verteilt. Alle dürfen jetzt von drei Tellern, die bei ihren Lieblings-Veranstaltungen/Themen stehen, jeweils ein Gummibärchen essen. Die Aktionen/Themen mit den wenigsten übriggebliebenen Gummibärchen sind gewählt.



Wunschluftballon

Ideen für Mitbestimmung



Die Teilnehmenden schreiben ihre Wünsche auf Papier, rollen dieses zusammen und stecken es in einen Luftballon. Die Luftballons werden aufgeblasen und die Kinder können damit spielen. Die Zettel der Luftballons, die beim Spielen zerplatzen, werden in der Gruppe mit allen besprochen. Variante: Alle bekommt zu Anfang drei Luftballons, sie dürfen diese aufpusten und schreiben auf jeden einen Vorschlag. Wird bei der anschließenden Diskussion ein Vorschlag abgelehnt, wird der entsprechende Luftballon zum Platzen gebracht.



Gruppenstunden- kalender

Ideen für Mitbestimmung



Die Gruppenleitung ordnet jeweils ein Blatt einem Monat zu. Gestaltet dieses Blatt, indem ihr am Rand den Namen des Monats und wichtige Ereignisse, die in diesem Monat sind, eintragt: das Gemeindefest, den Weltkindertag, die Geburtstage der Teilnehmenden (vielleicht mit Fotos). In der großen Mitte bleibt das Blatt leer. Ihr legt dann die „Kalenderblätter“ aus. Die Teilnehmenden haben nun Zeit, in die Mitte das zu schreiben oder malen, was sie in diesem Monat gerne machen würden oder was ihnen überhaupt dazu einfällt.



Erfindungsspiel

Ideen für Mitbestimmung

Die Teilnehmenden werden in Kleingruppen aufgeteilt, denen je ein Kartenset mit fünf verschiedenen Kategorien dargeboten wird. Den Kategorien sind entsprechende Farben und Begriffe (z. B. Hüpfen) zugeordnet. Die Teilnehmenden einer Gruppe ziehen jeweils zwei Karten einer Kategorie (zwei gelbe Karten, zwei rote Karten, zwei grüne Karten usw.), so dass jede Gruppe einen Kartensatz von 10 Karten erhält. Dann erhalten die Gruppen große Papierbögen und bunte Filz- oder Wachsmalstifte.



Bei der Aufgabenstellung könnte es sich beispielsweise um die Erfindung eines Spielzeuges handeln. Der Vorgang teilt sich wie folgt auf: Die Kleingruppen schauen sich die gezogenen Karten aufmerksam an, es wird diskutiert und geplant wie das Spielzeug unter den vorgegebenen Bedingungen aussehen könnte. Die Ideen werden skizziert oder aufgeschrieben. Die Aufgabe gilt als erfüllt, wenn das Gesamtkunstwerk aufgemalt, mit Erklärungen versehen und ein Name dafür gefunden ist.



Ideenfinden mit Dalli-Dalli

Ideen für Mitbestimmung



Es werden Kleingruppen mit jeweils vier Teilnehmenden gebildet. Die Gruppenleitung ruft einen Begriff, zum Beispiel: Farbe und Pinsel, grüne Wiese, Hammer und Nägel, Herbst, Blätter, Kochtopf, ...

Eine Person aus jeder Kleingruppe schreibt alle Begriffe auf, die die anderen drei ihm zurufen (pro Idee ein Zettel). Nach einer Minute wird gestoppt und gezählt, welche Gruppe die meisten Ideen aufgeschrieben hat.



Straßen- theaterstück

Ideen für Mitbestimmung



**Schreibt gemeinsam ein Theaterstück.
Stellt darin Euer Thema und die Probleme dar. Spielt nach,
wie darüber entschieden wird. Wie entscheiden die
Verantwortlichen und wie würdet Ihr entscheiden?**



Ein Film

Ideen für Mitbestimmung



Haltet in einem Video fest, was Ihr gemacht und besprochen habt.

Spielt die entscheidenden Szenen der vergangenen Wochen nach. Formuliert gemeinsam Forderungen an die Politiker*innen oder die Kirchengemeinde.

Ladet den Film ins Internet oder kopiert ihn auf ein Speichermedium – so könnt Ihr ihn gezielt und öffentlichkeitswirksam verbreiten. Achtung: Holt dazu das Einverständnis der Eltern ein!



Ein offener Brief

Ideen für Mitbestimmung



**Formuliert gemeinsam, was Euch wichtig ist.
Gestaltet den Brief bunt, bastelt etwas – ganz
nach Euren Vorstellungen und macht eine
Ausstellung. Falls Ihr eine Fotorallye machen wollt, könnt Ihr
auf einer Karte Eurer Umgebung die verschiedenen Fotos
und Themen präsentieren die Euch aufgefallen sind.
Erzählt in verschiedenen Stationen was Ihr gemacht habt und
was dabei rausgekommen ist. Ladet viele Menschen zu Euch
ins Gemeindehaus ein und informiert die Presse über den
Termin.**



“Mein Traumtag”

Ideen für Mitbestimmung



Jede teilnehmende Person soll ihren Traumtag in Bastelform festhalten (Collage, gemaltes Bild, Fotostrecke ...)

Die Bilder werden der gesamten Gruppe vorgestellt. Alle sollen erklären, was es darstellt und warum bzw. warum es momentan nicht möglich ist.

Hinweise zum Basteln: Entweder gebt Ihr davor den Hinweis, dass es sich bei den Darstellungen um realistische Traumtage handeln soll (z. B.: Schule kann nicht einfach weggelassen werden) oder ihr greift es hinterher wieder auf (z. B.: Wo steht eigentlich geschrieben, dass wir in die Schule gehen müssen?).

Bei der Vorstellung der Traumtage seid Ihr als Gruppenleitung gefragt. Weist auf Gemeinsamkeiten hin (nur weil mehrere Teilnehmende ihre Nachmittage gerne unterschiedlich gestalten wollen, liegt es vielleicht bei allen daran, dass sie zu viele Hausaufgaben aufhaben) und versucht die Teilnehmenden dazu anzuregen, „dahinter“ zu blicken.

neue KjG-Mitglieder gewinnen



**Neue KjG-
Mitglieder
gewinnen**



Öffentlichkeits- arbeit: Tu Gutes und Rede darüber

Mitgliedergewinnung - Anreize und Werbestrategien



Öffentlichkeitsarbeit: Tu Gutes und Rede darüber

Erstellt eine Vorankündigung und einen Bericht mit Foto von Euren Aktionen und veröffentlicht diese im z. B. im Mitteilungsblatt und Gemeindezeitung, eigene KjG-Zeitung, Dekanatsblatt, Zeitung des Ortes, Aushang im Schaukasten, Ankündigung im Gottesdienst, Homepage, soziale Medien und Messengergruppen



Leute finden/ Ansprech- partner*innen

Mitgliedergewinnung - Anreize und Werbestrategien



Leute finden/ Ansprechpartner*innen

**Präsentiert Eure KjG und Eure Veranstaltungen
z. B. am Gemeindefest durch einen Stand, im Gottesdienst,
Kirchengemeinderat, Elternabend, Erstkommunionkinder in
Gruppenstunde, Firmlingen einen Firmtreff bieten,
unverbindliche Party veranstalten, Sternsinger*innen,
Kindergottesdienst, Werbung in Schulen**



Tradition/Rituale

Mitgliedergewinnung - Anreize und Werbestrategien



Ideen für Traditionen/Rituale

- **Geburtstagskarte/Weihnachtsgruß**
- **Ehrung der langjährigen Mitglieder (z. B. 3 Jahre, 5 Jahre, 10 Jahre, 15 Jahre) mit Drachenpin**
- **Materialien der KjG (z. B. eigenes T-Shirt, www.kjg-drache.de)**
- **offizielle Aufnahme der Neuen (Godi, Lagerfeuer mit Schwur/Versprechen auf die Grundlagen und Ziele der KjG – evtl. Probezeit)**
- **bei jeder Aktion als Anfangsritual: Fahne hissen**
- **KjG-Lied texten und regelmäßig singen**
- **Drache des Jahres bei Vollversammlung verleihen**
- **KjG-Mitglied des Monats mit Foto aufhängen**
- **spezieller Handschlag als KjG-Gruß**



Veranstaltungen

Mitgliedergewinnung - Anreize und Werbestrategien



Ideen zu Veranstaltungen

- **Gruppenstunde, Freizeiten, Offener Treff**
- **Projektarbeit (Film drehen)**
- **Bonusstempelheft (jede besuchte Veranstaltung gibt einen Stempel, ab 15 Stempel kostenlose Teilnahme am Zeltlager)**
- **Schnupperangebot: Eine Veranstaltung frei für Nicht-Mitglieder**
- **Ausweis dabei – KjG-Cocktail bei Veranstaltung oder als Berechtigung für die Wahl bei der Vollversammlung**
- **Aktionen anderer Träger/Ebenen: Arbeitserleichterung – viele Leute zum Kennenlernen**



Ausschreibungen

Mitgliedergewinnung - Anreize und Werbestrategien



Ideen zu Ausschreibungen

- farblich und Layout mit Logo immer gleich (Wiedererkennung)
- Unterschrift vom Pfarrer (Wichtigkeit wird deutlich)
- E-Mail als regelmäßigen Kontakt zu Eltern nutzen (Rundmails)
- Plakat in Kirche, Aushang, Gemeindehaus, Schulen, Kindergarten, Bäckerei, Ärzte, usw.
- Pinnwand vor Jugendraum mit Programmankündigung der nächsten Gruppenstunden



Mitarbeiter*innen

Mitgliedergewinnung - Anreize und Werbestrategien



Mitarbeiter*innen

- **Interessierte junge Mitarbeiter*innen: dürfen an der Leitungsrunde teilnehmen allerdings ohne Stimmrecht**
- **Getränkekasse (gemütliches Beisammensein)**
- **Leitungsrunden-Essen: als Dankeschön am Ende des Jahres**
- **gemeinsame Renovierung/ Inventarisierung/ Raumgestaltung**



Selbstverständliche Mitgliedschaft

Mitgliedergewinnung - Ideen

Sind alle, die bei uns in der KjG mitmachen, auch Mitglied?



Macht Mitgliedschaft zu etwas Selbstverständlichem in Eurer KjG. In jedem anderen Verein wird man genauso Mitglied, wenn man mitmachen möchte. Signalisiert, dass Mitgliedschaft was Tolles ist. Am besten funktioniert das, wenn das neue Mitglied feierlich in die KjG aufgenommen wird.



Teilnahmegebühr

Mitgliedergewinnung - Ideen



Teilnahmegebühr

Günstigere Teilnahmegebühr für KjG-Mitglieder bei Aktionen.

Wenn Ihr Eure Aktionen ausschreibt, dann legt dafür zwei verschiedene Preise fest. Einen niedrigen Preis für KjG-Mitglieder und einen höheren Preis für Nicht-Mitglieder.

Damit es einen finanziellen Anreiz gibt Mitglied zu werden, legt die Differenz der Preise höher als den Mitgliedsbeitrag. Es zeigt, dass KjG-Mitglieder ihren Beitrag für die Angebote bereits geleistet haben.



Beitrittserklärung mit Ausschreibung

Mitgliedergewinnung - Ideen



KjG-Beitrittserklärung

Legt eine Beitrittserklärung zu den Ausschreibungen dazu. Ihr könnt eine Beitrittserklärung zu den Aktionsausschreibungen beilegen und darum bitten, dass diese gleich mit ausgefüllt wird.



Treuepunkte und Rabatt

Mitgliedergewinnung - Ideen



Treuepunkte und Rabatt

Treuepunkte und KjG-Rabatt:

Würdigt Eure Mitglieder, in dem Ihr Ihnen für die regelmäßige Teilnahme an Euren Aktionen Rabatte erstattet, eine Ehrennadel oder den Wanderdrachen vergebt.



Gruppenleitung beauftragen

Mitgliedergewinnung - Zielgruppen



Mit und für bestimmte Zielgruppen arbeiten

Gruppenleitung beauftragen, sich für Mitgliedschaft stark zu machen

- **Die Gruppenleitung einer Gruppenstunde achtet darauf, dass die Teilnehmenden KjG-Mitglieder sind. Wenn die Gruppenleitung selbst weiß, was für Vorteile es hat Mitglied zu sein, können auch diese dafür werben.**



Kontakt zu Eltern

Mitgliedergewinnung - Zielgruppen



Mit und für bestimmte Zielgruppen arbeiten

Kontakt mit den Eltern

- **Da die Eltern zumindest bei den Kindern über die Mitgliedschaft mitentscheiden und diese vermutlich auch zahlen, ist ein direkter Kontakt von Vorteil. Ladet die Eltern ein, zum Beispiel zu einem KjG-Familien-Sommerfest, dem Ferienlagernachtreffen, zur Mitgliederversammlung oder zur Weihnachtsfeier.**



Erstkommunion und Firmung

Mitgliedergewinnung - Zielgruppen



Mit und für bestimmte Zielgruppen arbeiten

Erstkommunion und Firmung:

- **Besucht die Vorbereitungsgruppen für die Erstkommunion oder gestaltet einen Nachmittag für die Kinder, an welchem sie Euch kennenlernen können und Ihr zeigen könnt, was Ihr alles drauf habt (das geht natürlich auch mit den Religionsklassen an einer Schule).**
- **Wenn es um die Firmung geht, fragt mal in Eurer Kirchengemeinde an, ob Ihr ein Firmwochenende planen könnt und somit direkt in die Firmvorbereitung einsteigen könnt, damit die Jugendlichen Euch kennenlernen können. Oder ladet sie zu einer Party in Euren Jugendraum ein.**



Aktionen

Mitgliedergewinnung - Zielgruppen



Teilnehmende auf Aktionen

- **Wettbewerb: Zieht zwischen Euren Gruppenstunden einen Mitgliedschaftswettbewerb auf. Die Gruppe, die nach einem bestimmten Zeitraum die meisten neuen Mitglieder hat, bekommt einen Preis. Zum Beispiel können Eure Mitglieder Ihre Freund*innen mitbringen und sie von der Mitgliedschaft überzeugen.**
- **Special-Events für KjG-Mitglieder: Wenn Ihr Aktionen plant, dann überlegt Euch ein Special-Event für Eure Mitglieder. Dabei wird nicht nur über KjG geredet, sondern die KjG richtig erlebbar.**



Versammlungen und Feiern

Mitgliedergewinnung - Zielgruppen



Versammlungen und Feiern

- **Interessante Mitgliederversammlung: Baut die Mitgliederversammlung in eine gut besuchte KjG-Aktion ein und bindet die Kinder und Jugendlichen in die Entscheidungen mit ein. Abstimmen dürfen aber nur KjG-Mitglieder, um die Wertigkeit der Mitgliedschaft aufzuzeigen.**
- **Aufnahmefeiern und Jubiläen: Ihr könnt neue Mitglieder auf Euren Aktionen feierlich mit einem Ritual in die KjG aufnehmen und Ihnen ein Beitrittsgeschenk (Urkunde, Merchandise o. ä.) geben. Ältere Mitglieder könnt Ihr für ihre langjährige Mitgliedschaft ehren und Ihnen besondere KjG-Auszeichnungen (Anstecknadeln) verleihen.**



Argumente für die KjG-Mitgliedschaft



Versicherung

Argumente - Fakten für die KjG



Der Versicherungsschutz für Verbandsmitglieder geht weiter als die Sammelversicherung der Kirchengemeinden.



Rabatt

Argumente - Fakten für die KjG



Verbandsmitglieder erhalten ermäßigte Preise für KjG-Aktionen, KjG-Veranstaltungen und KjG-Bildungsangebote.

Hauptsächlich wird die Arbeit in der KjG von Ehrenamtlichen geleistet. Ihnen werden die anfallenden Kosten für Konferenzen, Arbeitskreise und anderen Veranstaltungen erstattet.



Material

Argumente - Fakten für die KjG



KjG-Mitglieder können kostenlos bzw. ermäßigt KjG-Material bekommen.



Unterstützung

Argumente - Fakten für die KjG



Die KjG-Diözesanebene unterstützt Veranstaltungen und Projekte vor Ort, stellt Referent*innen zu bestimmten Themen und bietet eine Lobby bei Konflikten in der Gemeinde. Die Geistliche Leitung unterstützt spirituelle Angebote vor Ort.



aktuelle Infos

Argumente - Fakten für die KjG



Die Mitglieder werden über die sozialen Medien und Messengergruppen informiert, erhalten Informationen zu aktuellen (Bildungs-)Angeboten und Themen im Verband.



Ansprechpartner *innen

Argumente - Fakten für die KjG



Die Diözesanebene hat Ansprechpartner*innen für die KjG-Gruppen und greift Bedarfe der Regionen, Dekanate und der Gemeinden auf.

Letztendlich spielt auch der Solidaritätsgedanke in der KjG eine wichtige Rolle. Durch den Zusammenschluss in der KjG profitieren kleinere Gemeinden und Diözesen durch die Unterstützung von motivierten KjGler*innen und erstellten Materialien.



KjG- Mitgliedsbeitrag

Argumente - Fakten für die KjG



**Der jährlicher Mitgliedsbeitrag ist im Vergleich sehr günstig.
Das dritte und jedes weitere Kind einer Familie sind
beitragsfrei. Ab dem 21. zahlenden Mitglied bleibt ein Teil
des Beitrags in der Gemeinde für die Arbeit vor Ort.**

Eine Fördermitgliedschaft in der KjG ist ebenso möglich.



5 gute Gründe für die KjG

Argumente - 5 gute Gründe für die KjG



Die KjG bietet sehr viel, was auf den ersten Blick nicht vermutet oder gesehen wird und wie in jedem Verein/Verband braucht es Geld um all dies zu leisten. Durch die Struktur als Verband sind die Mitglieder die Stützkraft. Ein Teil der Beiträge, je nach Anzahl der Mitglieder, kommt der direkten KjG-Arbeit in der Gemeinde zu gute z. B. für Materialien für die Gruppenstunde oder für Wochenenden/Freizeiten. Hauptsächlich wird die Arbeit in der KjG von Ehrenamtlichen geleistet. Ihnen werden die anfallenden Kosten für Konferenzen, Arbeitskreise und anderen Veranstaltungen erstattet. Die Beiträge fließen zu Teilen an die Diözese, die wiederum weitere Teile an den Bund abgibt. Die Bundesebene organisiert für die kirchliche und politische Vertretung der Kinder- und Jugendinteressen Kampagnen und Werbematerialien. Darüber hinaus sind alle Mitglieder durch die KjG bei Veranstaltungen umfassend versichert. Letztendlich spielt auch der Solidaritätsgedanke in der KjG eine wichtige Rolle. Durch den Zusammenschluss in der KjG profitieren auch kleinere Gemeinden und Diözesen durch die Unterstützung von motivierten KjGler*innen und erstellten Materialien.



KjG zahlt sich aus.

Argumente - 5 gute Gründe für die KjG



Der KjG-Beitrag gewährleistet die politische Vertretungsarbeit, die Vernetzung der vielen Ehrenamtlichen und stellt qualitative Arbeit vor Ort sichern. Außerdem gibt es finanzielle Vorteile wie ermäßigte Teilnahmegebühren für KjG-Bildungsangebote und KjG-Freizeitaktivitäten sowie einen umfangreicheren Versicherungsschutz als den der Kirchengemeinde.

Der jährliche Mitgliedsbeitrag ist im Vergleich sehr günstig. Das dritte, und jedes weitere Kind einer Familie, ist beitragsfrei. Ab dem 21. zahlenden Mitglied bleibt ein Teil des Beitrags in der Gemeinde für die Arbeit vor Ort.

KjG-Mitglieder erhalten ermäßigte Preise für KjG-Bildungsangebote und KjG-Freizeitaktivitäten auf Diözesan-, Dekanats- und meist auch auf Gemeindeebene.

KjG-Mitglieder sind versichert. Die Versicherung über den Verband ist weitreichender als die Versicherung der Kirchengemeinden für nicht-verbandliche Veranstaltungen.



KjG bildet.

Argumente - 5 gute Gründe für die KjG



KjG-Mitglieder werden über die sozialen Medien und Messengergruppen informiert, erhalten Informationen zu aktuellen (Bildungs-) Angeboten und Themen im Verband.

Eine KjG-Mitgliedschaft gewährleistet eine höhere Qualität der Kinder- und Jugendarbeit. Durch verbandliche Qualifizierungsmaßnahmen, Konzeptionen, Arbeitshilfen, Austausch und Qualitätssicherung wird die Kinder- und Jugendarbeit kontinuierlich weiterentwickelt und fachlich gut begleitet.

Eine Gruppe leiten kann man nicht von selbst - gut ausgebildete und pädagogisch qualifizierte Gruppenleiter*innen sichern gute und sinnvolle Freizeitbeschäftigungen für die Teilnehmenden.



KjG ist demokratisch.

Argumente - 5 gute Gründe für die KjG



Die KjG ist im Dachverband BDKJ organisiert, der bundesweit fast einehalbe Million Mitglieder hat. KjG- und BDKJ-Leitungen sind aktiv in verschiedenen kirchlichen und politischen Gremien und vertreten dort die Interessen von Kindern und Jugendlichen sowie der kirchlichen Jugendarbeit. Diese Vertretung sichert z. B. öffentliche Zuschüsse und Unterstützung von Ehrenamtlichen ab. Durch die große Zahl von Verbandsmitgliedern bekommen Kinder und Jugendliche eine größere Stimme und ein Mandat. Die KjG-Mitgliedschaft macht Kinder- und Jugendgruppen unabhängig. Durch gewählte demokratische Strukturen übernehmen Kinder und Jugendliche selbst Verantwortung und sind weniger abhängig von Entscheidungen. Eine Mitgliedschaft ermöglicht es, als KjG ein eigenes Konto einzurichten. KjG-Mitglieder profitieren vom Solidaritätsgedanken. Nur gemeldete Mitglieder haben die genannten Vorteile und nur wenn alle Gruppenmitglieder auch gemeldet werden, kann ein starker Verband sich für seine Mitglieder stark machen.



KjG vernetzt.

Argumente - 5 gute Gründe



KjG-Mitglieder sind vernetzt. Verbandliche Strukturen ermöglichen es ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen aber auch allen Mitgliedern sich über die Kirchengemeindegrenzen hinaus kennenzulernen, auszutauschen und gemeinsam Aktionen zu unternehmen. Events mit anderen Mitgliedern ermöglichen Gemeinschaftserfahrungen und wirken durch die Dynamik großer Gruppen Gleichgesinnter. KjG-Gemeinden haben feste Ansprechpartner*innen auf Diözesanebene. Diese sind Bindeglieder zu den verschiedenen Verbandsebenen, helfen bei Fragen und transportieren aktuelle Themen und Bedürfnisse in den ganzen Verband. Der KjG-Diözesanverband stellt für Veranstaltungen Referent*innen zu bestimmten Themen zur Verfügung und bietet Unterstützung bei Konflikten in der Gemeinde. Die Geistliche Leitung unterstützt spirituelle Angebote vor Ort.



KjG fällt auf.

Argumente - 5 gute Gründe



KjG-Mitglieder können eine umfangreiche Palette an Merchandising-Material für ihre Öffentlichkeitsarbeit nutzen. Viele Give-aways (wie z. B. Aufkleber, Luftballons, Flyer und Stifte) gibt es kostenlos an der KjG-Diözesanstelle.

Mit der KjG-Mitgliedschaft profitieren Gemeinden und Gruppen von der „Marke“ KjG. Logo und Corporate Design können von KjG-Gruppen genutzt werden. Die Marke KjG steht für gute Kinder- und Jugendarbeit. Mit dem Drachen verfügt die KjG Rottenburg-Stuttgart über ein beliebtes und bekanntes Maskottchen.

Rezepte



Rezepte



Joghurt-Kuchen

Rezepte - Backen



- **1 Becher Joghurt (natur oder nach Geschmack)**
- **3 Eier**
- **1 Becher Zucker (den Joghurtbecher als Maß verwenden)**
- **1 Becher Öl**
- **3 Becher Mehl**
- **1 Päckchen Backpulver**
- **Optional: Zitronenschale oder Vanillezucker für etwas Aroma**

- 1. Den Backofen auf 180 °C vorheizen und eine Kuchenform einfetten.**
- 2. Joghurt, Eier und Zucker gut verrühren.**
- 3. Öl, Mehl und dazugeben und zu einem glatten Teig verrühren.**
- 4. Den Teig in die Form füllen und etwa 30-40 Min. backen, bis der Kuchen goldbraun ist. Mit einem Holzstäbchen testen, ob er durchgebacken ist.**



Schoko-Bananen- Kuchen

Rezepte - Backen



- **2 reife Bananen**
- **2 Eier**
- **1 Tasse Mehl**
- **1 Tasse Zucker**
- **1/2 Tasse Kakaopulver**
- **1/2 Tasse Pflanzenöl**
- **1 TL Backpulver**

- 1. Backofen auf 180 °C vorheizen und eine Kastenform einfetten.**
- 2. Die Bananen zerdrücken und mit den Eiern vermischen.**
- 3. Zucker, Öl, Mehl, Kakao und Backpulver dazugeben und gut verrühren.**
- 4. Den Teig in die Form füllen und für etwa 30-35 Min. backen.**



Muffins ohne Butter

Rezepte - Backen



- **2 Eier**
- **100 g Zucker**
- **200 g Mehl**
- **1 TL Backpulver**
- **100 ml Milch**
- **Optional: Schokostückchen oder Früchte nach Wahl**

- 1. Den Backofen auf 180 °C vorheizen und Muffinförmchen bereitstellen.**
- 2. Eier und Zucker schaumig schlagen.**
- 3. Mehl, Backpulver und Milch dazugeben und alles gut verrühren.**
- 4. Schokostückchen oder Früchte unterheben.**
- 5. Teig in die Förmchen füllen und ca. 20-25 Min. backen.**



Müsli-Riegel

Rezepte - Backen

100 g Haselnüsse, 100 g Cashewkerne, 200 g Haferflocken, 125 g trockene Cranberries, 100 g Sonnenblumenkerne, 125 g Butter, 120 g flüssiger Honig, 2 Eiweiß



- 1. Haselnüsse und Cashews grob hacken. In einer Pfanne ohne Fett kurz rösten. Dabei umrühren, damit sie nicht verbrennen.**
- 2. Cranberries grob hacken. Butter mit Honig in einem Topf schmelzen. Kurz abkühlen lassen. Haselnüsse, Cashews, Haferflocken, Cranberries und Sonnenblumenkerne in eine Schüssel geben. Butter-Honig-Masse zu den trockenen Zutaten geben und alles mit einem Kochlöffel verrühren. Eiweiß zu Eischnee schlagen und vorsichtig unterheben.**
- 3. Blech mit Backpapier auslegen. Masse darauf verteilen und fest andrücken (z. B. mit dem Boden von einem großen Glas). Die Müsliriegel sollten ca. 1-2 cm dick sein.**
- 4. Ofen auf 170 °C (Umluft: 150 °C) vorheizen.**
- 5. Müsliriegel im vorgeheizten Ofen ca. 18-20 Min. backen. In den letzten 5 Min. immer wieder in den Ofen schauen, damit sie nicht zu dunkel werden. Riegel vollständig auf dem Blech abkühlen lassen. Erst dann mit einem scharfen Messer vorsichtig in ca. 20 Riegel schneiden.**



Pizza

Rezepte - Backen



- **125 ml lauwarmes Wasser**
 - **½ Würfel Hefe**
 - **½ Prise Zucker**
 - **1 EL Öl**
 - **250 g Mehl und etwas zur Teigverarbeitung**
 - **½ TL Salz**
- 1. 250 ml lauwarmes Wasser in einen Messbecher füllen. Hefe hineinbröseln und mit einer Prise Zucker und Salz verrühren. 10-15 Min. gehen lassen.**
 - 2. Das Mehl und Salz in eine Schüssel geben. Flüssigkeit und Öl über das Mehl geben und mit den Knethaken des Handrührgeräts mindestens 5 Min. kneten. Zum Schluss mit den Händen noch einmal wenige Minuten weiterkneten, bis der Teig geschmeidig ist. Die Teigschüssel mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort (ca. 35 °C) etwa 40 Min. gehen lassen.**
 - 3. Teig halbieren und auf bemehlter Arbeitsfläche rund (Ø ca. 28-30 cm) ausrollen. Ofen auf 240 °C (Umluft: 220 °C) vorheizen. Zwei Standardbleche (38x45 cm) mit Backpapier belegen. Teige auf die Backbleche legen und etwas in die Ränder zurechtdrücken. Jetzt den Pizzateig nach Belieben mit Tomatensoße und verschiedensten Zutaten belegen. Pizza im vorgeheizten Ofen etwa 15 Min. backen.**



Burger-Brötchen

Rezepte - Backen



- **500 g Mehl (Type 405)**
 - **2 EL Zucker**
 - **1 EL Salz**
 - **1 Würfel frische Hefe**
 - **70 g weiche Butter**
 - **etwas Mehl zur Teigverarbeitung**
 - **1 Ei**
 - **1 EL Milch**
 - **etwas weißer und schwarzer Sesam zum Bestreuen**
- 1. Mehl, Zucker und Salz in einer Schüssel vermischen. Hefe hineinbröckeln. Weiche Butter und 200 ml lauwarmes Wasser zugeben und alles 3 Min. auf höchster Stufe mit den Knethaken zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt ca. 30 Min. ruhen lassen.**
 - 2. Backofen auf 200 °C (Umluft: 180 °C) vorheizen. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und in 12 Portionen teilen. Jede Portion zu einer Kugel rollen und mit Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegten Blech legen. Zugedeckt 30 Min. ruhen lassen. Ei mit Milch verquirlen. Brötchen damit bestreichen und beliebig mit Sesam bestreuen. Ca. 20 Min. backen.**
 - 3. Die Burgerbrötchen aufschneiden und mit Salat, Gemüse, Käse, Falafel, Mini-Frikadellen oder süß mit Schokocreme und Obst belegen.**



One-Pot-Pasta

Rezepte - Kochen



- **200 g Spaghetti oder andere Pasta**
- **1 Dose gehackte Tomaten (ca. 400 g)**
- **2 Knoblauchzehen**
- **2 EL Olivenöl**
- **500 ml Gemüsebrühe**
- **frisches Basilikum (optional)**
- **Salz und Pfeffer**

- 1. Alle Zutaten (Pasta, Tomaten, gehackten Knoblauch, Olivenöl und Brühe) in einen großen Topf geben.**
- 2. Zum Kochen bringen und die Pasta unter gelegentlichem Rühren etwa 10-12 Min. kochen, bis sie gar ist und die Soße cremig wird.**
- 3. Mit Salz, Pfeffer und Basilikum abschmecken.**



Kartoffel-Zucchini- Pfanne

Rezepte - Kochen



- **4 Kartoffeln**
- **1 Zucchini**
- **1 Zwiebel**
- **2 EL Olivenöl**
- **Salz und Pfeffer**
- **Optional: Frische Kräuter wie Petersilie oder Schnittlauch**

- 1. Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Zucchini und Zwiebel ebenfalls würfeln.**
- 2. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebelwürfel glasig braten.**
- 3. Die Kartoffeln dazugeben und bei mittlerer Hitze etwa 10-15 Min. anbraten, bis sie weich werden.**
- 4. Die Zucchini dazugeben und weitere 5 Min. mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und frischen Kräutern abschmecken.**



Rührei mit Gemüse

Rezepte - Kochen



- **4 Eier**
- **1 Paprika**
- **1 kleine Zucchini oder Tomate**
- **1 EL Butter oder Öl**
- **Salz und Pfeffer**

- 1. Das Gemüse würfeln. Die Eier in einer Schüssel verquirlen und salzen und pfeffern.**
- 2. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin kurz anbraten.**
- 3. Die Eier dazugeben und unter Rühren stocken lassen, bis das Rührei die gewünschte Konsistenz hat.**



Tomatensuppe

Rezepte - Kochen



- **1 Dose gehackte Tomaten (ca. 400 g)**
- **1 Zwiebel**
- **1 Knoblauchzehe**
- **500 ml Gemüsebrühe**
- **1 EL Olivenöl**
- **Salz, Pfeffer und frische Kräuter nach Wahl**

- 1. Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken und in einem Topf mit Olivenöl anbraten.**
- 2. Die gehackten Tomaten und die Gemüsebrühe dazugeben und 10 Min. köcheln lassen.**
- 3. Die Suppe pürieren und mit Salz, Pfeffer und Kräutern abschmecken.**



Wraps zum Selberfüllen

Rezepte - Kochen

- Tortillias
- Käse
- verschiedenes Gemüse



Zutaten für die Soße

- 150 g griechischer Joghurt
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Knoblauchzehe - gehackt
- Salz
- Pfeffer

Die Zutaten für die Soße verrühren und abschmecken. Alle weiteren Zutaten in mundgerechte Stücke schneiden und in Schälchen bereitstellen. Tortillias werden mit verschiedenen Füllungen und Soße belegt und zusammengerollt.



Gemüse-Sticks

Rezepte - Kochen



Zutaten für den Quark-Dip:

- **½ Bund Petersilie**
- **2 Bund Schnittlauch**
- **4 Frühlingszwiebeln**
- **½ Zwiebel**
- **1 Knoblauchzehe**
- **500 g Magerquark**
- **150 g Naturjoghurt**
- **3 EL**
- **Mineralwasser**
- **etwas Salz**
- **etwas frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer**
- **etwas Paprikapulver (edelsüß)**

Karotten, Gurken, Paprika und Sellerie werden in Sticks geschnitten und mit einem Dip serviert.

Kreatives



Kreatives



Papierflieger- Wettbewerb

Kreatives - Bastelideen



Kinder basteln ihre eigenen Papierflieger und machen danach einen Wettbewerb, wessen Flieger am weitesten fliegt.



Salzteigfiguren

Kreatives - Bastelideen



Mit einfachem Salzteig (Mehl, Wasser, Salz) können die Kinder kleine Figuren oder Dekorationen formen und später bemalen.



Sockentiere

Kreatives - Bastelideen



Alte Socken werden in Tiere oder Puppen verwandelt, indem sie mit Watte gefüllt und mit Knöpfen oder Filz gestaltet werden.



Lesezeichen aus Eisstielen

Kreatives - Bastelideen



Die Kinder gestalten Lesezeichen, indem sie Eisstiele bemalen oder bekleben (mit Washi Tape, Pailletten, etc.).



Papierfächer

Kreatives - Bastelideen



Mit buntem Papier und Holzstäben können die Kinder ihre eigenen Fächer gestalten, die sie später bemalen oder bekleben.



Freundschafts- armbänder knüpfen

Kreatives - Bastelideen



**Bunte Bänder oder Garn werden zu Freundschafts-
armbändern geflochten.**



Basteln mit Naturmaterialien

Kreatives - Bastelideen



Sammelt Blätter, Steine, Zapfen und andere Naturmaterialien und lasst die Kinder daraus Kunstwerke oder Tiere basteln.



Papier- Mosaikbilder

Kreatives - Bastelideen



Die Kinder reißen buntes Papier in kleine Stücke und kleben es auf ein Blatt Papier, um Mosaikbilder zu erstellen.



Stoffbeutel bemalen

Kreatives - Bastelideen



Weißer Stoffbeutel werden mit Textilstiften bemalt und personalisiert z. B. mit Schablonen oder Handlettering-Vorlagen.



Tiere aus Papptellern

Kreatives - Bastelideen



Pappteller werden bemalt, beklebt oder gefaltet, um Tiere wie Eulen, Fische oder Igel zu basteln.



Kreidebilder auf schwarzem Papier

Kreatives - Bastelideen



Mit Kreide auf schwarzem Tonpapier entstehen leuchtende Kunstwerke.



Recycling-Roboter

Kreatives - Bastelideen



Mit Kartons, Plastikflaschen und anderen wiederverwertbaren Materialien basteln die Kinder Roboter.

