

3D

**Denkraum für
die Jugendarbeit**

Pb.b. 022031486M • Retouren an PF 555, 1008 Wien

Unter wegs.

N°2—2016

Behelfsmäßiges Sichern
Mit Kindern im Gelände

Tourenplanung 1x1

Die Medien der Alpenvereinsjugend
Nutzung und Zweck, verständlich erklärt

alpenvereinsjugend
österreich





YOUNG STERS

JUNGE ALPINISTEN AT

14 — 20 JAHRE
AUSBILDUNG
SPORTKLETTERN & BOULDERN →
ALPINKLETTERN
HOCHTOUREN
SKITOUREN

INFOS & ANMELDUNG
WWW.JUNGEALPINISTEN.AT

BEIM SPORTKLETTERN &
BOULDERN
ERWARTEN DICH:

RICHTIG SICHERN
KLETTERN AN DER LEISTUNGSGRENZE
ROUTEN LESEN
ANSpanNUNG UND ENTSPANNUNG
LAGERFEUERGESCHICHTEN
ALLES FÜR DEN COOLEN KLETTERTAG!

alpenvereinsjugend 
österreich

alpenverein 
akademie


SALEWA


AUSTRIA ALPIN

Cover

Das 3D Cover bleibt grafisch!

Quelle: Johannes Reisigl



Impressum

Medieninhaber: Österreichischer Alpenverein, Olympiastraße 37, in 6020 Innsbruck, Telefon +43 (0)512 59547-55, Fax +43 (0)512 575528, Mail: jugend@alpenverein.at
ZVR-Zahl: 989190235

Redaktion: Thimo Fiesel (Ch.-Red.), Vera Kadletz, Jürgen Einwanger, Hanna Moser

Abo- und Adressenverwaltung: Martina Pfurtscheller
3D Special: Neben dem regelmäßig erscheinenden Magazin gibt es Specials, die bestimmte Themen der Jugendarbeit vertieft behandeln.

Korrektur: Isolde Ladstätter

Gestaltung und Produktion: Werbeagentur Alexander Ingenhaeff-Beerenkamp · A-6067 Absam · www.ingenhaeff-beerenkamp.com
Blattlinie: 3D ist ein Fachmagazin für Jugendarbeit. Jugendarbeit wird dabei als breites und vielschichtiges Thema betrachtet - offene, verbandliche Arbeit, jugendbezogene Themen und Jugendliche selbst finden Berücksichtigung. 3D ist überparteilich und konfessionell nicht gebunden.

Fotos: Fotos ohne Bezeichnung stammen aus dem Archiv
Gendgerechte Formulierung: 3D überlässt es den AutorInnen, ob sie für LeserInnen, Leser und -innen oder Leser bzw. Leserinnen schreiben. Gemeint sind beide Geschlechter.

Gefördert vom



Mit Kindern unterwegs zu sein, ist etwas ganz Besonderes: besonders spannend, intensiv, erlebnisreich, Spaßig und auch besonders verantwortungsvoll. Damit unsere gemeinsamen Unternehmungen zu feinen Erlebnissen werden, widmen wir uns in diesem 3D schwerpunktmäßig dem Thema „Unterwegs mit Kindern“.

Nicht wir nehmen unsere Kinder mit auf die Berge, sie nehmen uns mit. Diesem Grundsatz folgend, entwickelt die Alpenvereinsjugend vielseitige Angebote und entsprechende Ausbildungen. NEU ab 2016: Die Ausbildung zur FamiliengruppenleiterIn. Aufbauend auf dem Lehrgang „Mit Kindern Unterwegs“ signalisiert diese neue Ausbildung ein klares Bekenntnis zur verstärkten Kinder- und Familienarbeit im Alpenverein. In einer sich rasant verändernden Welt, in der zunehmend technisierte Indoor-Aktivitäten an Bedeutung gewinnen, wollen wir unsere gesellschaftspolitische Verantwortung wahrnehmen und unseren Kindern eine intensive Naturbeziehung ermöglichen. Dabei können wir uns eine Fähigkeit bei unseren Kindern (egal ob hier geboren, zugezogen, im Urlaub oder auf Durchreise) anschauen: den Augenblick zu leben und nicht (immer) einem Ziel hinterherzuhetzen!

Unsere Kids draußen zu begleiten, erfordert aber auch professionelle Vorbereitung und intensive Planung. Dieses 3D bietet neben Erfahrungsberichten auch viele ‚technische‘ Hilfestellungen. In gewohnter Weise präsentieren wir euch Praxistipps und Methoden, die helfen, schwierige Situationen gemeinsam zu meistern. Das neue Alpenvereins-Handbuch bietet einen nahezu perfekten Überblick über das gesamte (Alpen-)Vereinsleben (www.alpenverein.at/handbuch). Warum auch (oder gerade) in der Jugendarbeit Qualitätsstandards benötigt werden, diskutiert eine Expertin der aufZAQ-Geschäftsstelle. Zu guter Letzt macht sich nicht nur unsere Querdenkerin Gedanken zum Thema Inklusion!

Ich wünsche euch zahlreiche unvergessliche und unfallfreie „Tage*Draußen“, viel Spaß beim Schmökern im 3D und freue mich auf spannende Rückmeldungen und einen regen Gedankenaustausch.
gerald.dunkel@alpenverein.at

LG euer Gerald - stolzer Vater von Timeon (7) und Lilith (5 Jahre)

Thema**Methodensammlung – mit Kindern und Jugendlichen in der Natur**

Thimo Fiesel 5-9

Wo finde ich was? – Nützliche Medien der Alpenvereinsjugend

Hanna Moser und Thimo Fiesel 10-12

Bergsport & Technik**Behelfsmäßiges Sichern**

Axel Tratter 13-15

Thema**Das 1x1 der guten Tourenplanung**

Vera Kadletz 16-17

Info**Qualitätsstandards in der Jugendarbeit - Warum?**

Hanna Erklavec 18-19

Junge Alpinisten**Youngsters am Berg**

Matthias Pramstaller im Gespräch mit Eva und Mathias 20-21

Thema**Sektions-Mitarbeit unter 16?**

Hans Madreiter und Vera Kadletz 22-23

Info**risk'n'Fun KIDS und LOCALS**

Vera Kadletz 24-25

Bergsport & Technik**Hoch hinaus – Hochtouren mit Jugendlichen**

Gerhard Mössmer 26-27

Ausbildung**Werkzeugkasten Jugendleiter- & Familiengruppenleiterausbildung**

Vera Kadletz 28-29

Ausprobiert**Equipment** 30-31**Literaturempfehlungen****Bücher und Broschüren** 32-33**Querdenker****Von der Integration zur Inklusion & einer solidarischen Gesellschaft**

Ulrike Schwarz 34

News

**Auf geht's nach Edelweiß-Island 2017**

Edelweiß-Island geht in die nächste Runde. Aufgrund der Rückmeldungen von 2015 hat sich der Bundesjugendausschuss dazu entschlossen, Edelweiß-Island alle zwei Jahre stattfinden zu lassen. Das wäre dann Pfingsten 2017 – oder genauer gesagt vom 02.-05.06.2017. Was bedeutet das für euch? Rotstift nehmen, zum Kalender gehen und den Termin eintragen. Alle Infos bekommt ihr im Laufe des Jahres.

www.alpenvereinsjugend.at/edelweissisland

**„Mit Kindern auf Hütten“ und „Bergferien“**

Pünktlich zur Sommerplanung gibt es auch heuer wieder unsere Broschüren „Bergferien“ und „Mit Kindern auf Hütten“.

Mit Kindern auf Hütten

In dieser Broschüre stehen rund 100 Hütten in drei Ländern zur Auswahl. Dabei ist jede Hütte einzigartig: von den Bergen und der Natur ringsherum bis zur Hütte selbst und den Menschen darin. Familienfreundlich und für Kinder geeignet sind sie alle! Das heißt: kinderfreundliche Gastlichkeit, kindgerechte Verpflegung, Räume zum Spielen, ein spannendes Hüttenumfeld und eine gute Erreichbarkeit.

Bergferien

„Bergferien“ sind preisgünstige Urlaube auf Alpenvereinshöfen mit Programm für Eltern und Kinder ab vier Jahren. 13 familienfreundliche Höfe warten mit unterschiedlichen Angeboten auf ihre kleinen und großen Gäste. Fackelwanderungen, Schatzsuche auf Berggipfeln oder eine Wanderung mit Sprung in den kühlen Bergsee, für Groß und Klein ist wieder was dabei. Das Angebot hält für Be(r)ginner wie auch erfahrene Bergfexe etwas bereit!

Beide Broschüren könnt ihr ganz einfach für euch oder für eure Sektion bestellen: Mail an jugend@alpenverein.at

**risk'n'fun goes BIKE**

Alles ist bereit für die Saison 2016! Neben Klettern sind wir jetzt auch mit dem Bergrad unterwegs. risk'n'fun Bike nennt sich das. Check it out - erster BIKE-Termin in Sölden von 2.-6. Juli. Im September geht es dann in Saalbach Hinterglemm weiter.

www.risk-fun.com



Methoden Übungen Spiele

mit Kindern und Jugendlichen in der Natur

[Thimo Fiesel]

Wer mit Kindern nach draußen geht, der hat schon grundlegend ganz viel richtig gemacht. Die Natur um uns herum bietet Lern- und Erfahrungsraum, Spielplatz und Ruheraum für alle Menschen. Die Alpenvereinsjugend hat dies schon vor Jahren erkannt und auch als Grundpfeiler in den Statuten verankert. Wenn man dann letztendlich draußen ist, hat man zwei Möglichkeiten. Entweder man hat ein ausgeklügeltes Programm, um jede Langweile im Keim zu ersticken, oder man lässt die Natur als solche ihren pädagogischen Auftrag erfüllen und tut nichts dazu.. Vielleicht liegt die Antwort irgendwo dazwischen oder die Kinder und Jugendlichen, mit denen man unterwegs ist, lassen uns spüren, was sie gerade brauchen. Fest steht, keiner der beiden Ansätze ist besser als der andere...

Die nächsten Seiten stellen eine Methodensammlung für die kommende Familienwanderung, den Jugendgruppenausflug und sonstige Unternehmungen im Rahmen der Jugendarbeit dar.

START & AKTIVIERUNG

MERKBALL (Klassiker)

Teilnehmerzahl: bis zu 20 Personen

Material: genügend Platz, evtl. Seil, um einen Raum zu definieren, ein bis zwei Softbälle

Ziel: Die Teilnehmer lernen sich gegenseitig kennen.

Zeit: ca. 15 Minuten

Beschreibung: Alle Teilnehmer stellen sich in den dafür vorgesehenen Raum. Die Bälle werden unter die Teilnehmer geworfen mit der Aufgabe, die anderen Spieler abzuwerfen. Ist ein Spieler abgeworfen, so muss er das Spielfeld verlassen bis derjenige, der geworfen hat, ebenfalls abgeworfen wurde. Jeder, der abgeworfen wird, ruft zusätzlich laut seinen Namen.

Zusatz: Das Verlassen des Spielfelds kann auch mit zusätzlichen Aufgaben verbunden werden. (Bouldern an einer Felswand oder Kletterwand, Liegestützen, etc.)

LANDART

Teilnehmerzahl: bis zu 20 Personen

Material: Naturmaterialien aus dem Wald

Ziel: Gemeinsames Landart-Projekt als Grundlage für weiteres Miteinander

Zeit: ca. 45 Minuten

Beschreibung: Die Teilnehmer bekommen den Auftrag, mit Naturmaterialien aus der Umgebung ein Natur-Kunstobjekt zu schaffen. Weitere Vorgaben braucht es nicht. Sollte die Gruppe Schwierigkeiten in der Strukturierung haben, kann man die Möglichkeiten einer gemeinsamen Abstimmung über Form und Materialien des Projekts anbieten. In der Regel findet sich ein gemeinsamer Gedanke für das Landart relativ schnell. Nach Fertigstellung kann noch ein gemeinsamer Gedanke zur Entstehung gefasst werden.

LÜGENBARON

Teilnehmerzahl: bis zu 10 Personen

Material: keines

Ziel: Man bekommt ein Gespür für die Anderen in der Gruppe. Wie gut kann jemand Geschichten erzählen? Wie ist die Konsensfindung in der Gruppe?

Zeit: ca. 15 Minuten

Beschreibung: Jeder erzählt zwei Geschichten. Eine davon ist wahr und eine gelogen. Nachdem beide Geschichten erzählt sind, stimmen die Zuhörer ab, welche wahr und welche erfunden war. Der Erzähler löst auf.
Zusatz: Am besten beginnt der Jugendleiter, um ein Beispiel zu geben und Raum zum Überlegen zu schaffen.

ZAPFEN KACKEN

Teilnehmerzahl: bis zu 20 Personen

Material: 4x kurzes Seilstück (rund geknotet), ca. 20 Tannenzapfen

Ziel: Aktivierung einer Gruppe. Aufwärmen und Spaß. Achtung Wettkampf!!

Zeit: ca. 15 Minuten

Beschreibung: Die Mitspieler werden in zwei Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe erhält 10 Tannenzapfen. Ausgehend von einer gemeinsamen Startlinie müssen nun beide Teams versuchen, die am Boden liegenden Zapfen nur mit den Knien aufzunehmen und hinter die Ziellinie zu transportieren. Dabei darf immer nur ein Mitspieler pro Mannschaft unterwegs sein. Wer zuerst alle 10 Zapfen im Zielbereich abgelegt hat, gewinnt. Wird ein Zapfen unterwegs fallen gelassen, wird dieser mit der Hand aufgehoben und zurück zur Startlinie gebracht und der nächste Mitspieler startet einen Versuch.

CAPTURE THE FLAG

Teilnehmerzahl: ab 10 Personen

Material: zwei gut erkennbare Gegenstände (Fahnen), ein ca. 30m-Seil (Trennlinie), 2x Seilstück ca. 5m ("Gefängnisse"), Platz mit geeigneter Größe (bsp. 80x50 m)

Ziel: Aktivierung, Spaß, Taktik. Achtung Wettkampf!!

Zeit: 60-90 Minuten

Beschreibung: Zuerst teilt man die Teams in zwei gleich große Gruppen auf und gibt jedem Team eine Fahne, die gut sichtbar im eigenen Spielfeld deponiert wird. Wenn ein Angreifer des gegnerischen Teams in die Hälfte einer Mannschaft kommt, darf diese ihn versuchen zu fangen. Wenn es der Mannschaft gelingt ihn zu berühren, muss dieser Spieler ins Gefängnis (kurzes rundgeknotetes Seilstück in der Mitte des Spielfeldes). Die Gefangenen müssen mit mindestens einem Fuß im "Gefängnis" sein. Falls mehrere Gefangene dort sein sollten, können sie eine Kette bilden. Der Gefängniswärter muss mindestens einen Abstand von 2,5m um das Gefängnis herum einhalten, da es ansonsten kein Befreier schafft. Schafft es ein Befreier einen Gefangenen zu berühren, darf er diesen unbehelligt von den gegnerischen Spielern auf die eigene Hälfte bringen. Wenn jemand die Fahne geklaut hat, muss er sie über die Mittellinie bringen. Falls er dies nicht schaffen sollte da ihn ein Verteidiger gefangen hat, kann er die Flagge entweder kurz vorher einem Mitspieler übergeben (nicht werfen). Falls er dies nicht vermag dürfen die Verteidiger innerhalb einer vorgegebenen Zeit die Fahne wieder an Ausgangspunkt bringen. Das Spiel endet wenn ein Team die Flagge des Anderen Teams geklaut hat (mehrere Runden möglich!)

Zusatz: Die Leiter und Leiterinnen sollten im Vorfeld konkrete Dinge klarstellen.

- Keine übermäßige Grobheit.
- Regeln klar definieren.

Um den übergeordneten gemeinsamen Gedanken bei diesem Wettkampfspiel nicht aus den Augen zu verlieren, kann im Kreis mit einem gemeinsamen „Ruf“ gestartet werden. Das gleiche gilt für den Abschluss. Hier kann eine kurze Reflexion des Erlebten hilfreich sein.

UNTERWEGS & WAHRNEHMUNG

3 ELEMENTE

Material: ein Zapfen

Ziel: Kennenlernen der drei Elemente Wasser, Luft und Erde. Inhaltliche Gestaltung von langweiligen Forstweg-Passagen.

Zeit: keine Begrenzung

Beschreibung: Ein Mitspieler wirft den Zapfen zu einem anderen Mitspieler und ruft dabei beispielsweise „Luft“. Der Spieler, der den Zapfen fängt, nennt ein Tier, welches das Element Luft benötigt (z.B. Adler). Und weiter geht das lustige Tiere raten...

INFO

LEHRGÄNGE UND SEMINARE



**Seminar
Walderlebnis**



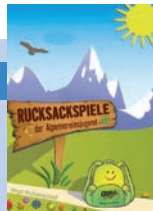
**Lehrgang
Alpinpädagogik**

Weitere Übungsleiter findest du auf www.alpenverein-akademie.at

INFO

Rucksackspiele-Buch

Unser neu aufgelegtes Rucksackspiele Buch gibt viele frische Ideen für Wanderungen mit Kindern. Das Büchlein könnt ihr kostenlos bei uns bestellen. Einfach eine Mail an jugend@alpenverein.at



STOCKKREIS

Teilnehmerzahl: bis zu 20 Personen

Material: 1 Stock (ca. 1 m) pro TN

Ziel: Schulung von Geschick und Reaktion. Spaß!

Zeit: ca. 20 Minuten

Beschreibung: Alle Teilnehmer stellen sich im Kreis auf. Die Stöcke der Teilnehmer bilden, in Armlänge Abstand vom Körper, den inneren Kreis. Es wird in der Gruppe eine Richtung ausgemacht. Jetzt lässt jeder seinen Stock los und versucht, den Stock seines Nachbarn festzuhalten (in definierter Richtung). Das bedeutet, dass die Stöcke in der Mitte stehen bleiben und die Menschen sich außenherum bewegen. Verfehlt einer seinen nächsten Stock, so scheidet dieser samt Stock aus dem Kreis aus. Somit wird das Tempo immer schneller und die werden Abstände größer!

FOTO-KLICK

Teilnehmerzahl: gerade TN-Anzahl

Material: A5 Zettel (4 pro TeilnehmerIn), Stifte

Ziel: Schulung von Naturwahrnehmung

Zeit: 20 min – 1,5 h

Beschreibung: Es finden sich Zweiergruppen zusammen. Die beiden machen sich aus, wer der Fotograf und wer die Kamera ist (später wird gewechselt). Die Kamera schließt die Augen und der Fotograf leitet die Kamera an einen Ort seiner Wahl – Vorsicht in unwegsamem Gelände! Bitte die Gruppe für blindes Leiten sensibilisieren. – Der Fotograf richtet die Kamera (Augen immer noch geschlossen) so aus, wie er es möchte. Durch leichtes Streichen über den Kopf der Kamera öffnet die Kamera für ca. zwei Sekunden die Augen und schließt sie wieder. Zusätzlich bekommt die Kamera noch etwas Zeit für die Verarbeitung des Bildes. Nach der Fotosession spricht das Team über die fotografierten Bilder und wechselt die Rollen. Am Ende einer gemeinsamen Fotosession malen alle Personen ihre Bilder auf ein Blatt Papier und nehmen die Bilder mit. Nach Beendigung der Wanderung kann zusammen eine Fotoausstellung im Wald eröffnet werden.

Zusatz: Man kann die Gruppen beliebig oft durchtauschen und so das Spiel als tagfüllende Aktivität sehen. Die Fotoausstellung kann mittels einer Schnur zwischen den Bäumen aufgebaut werden. Bei einem gemeinsamen Gang durch die Ausstellung kann das Wahrgenommene nochmals reflektiert werden.



Foto: Florian Kaltenegger

TEAMÜBUNGEN & SPIELE

HAJOS MONDFAHRT

Teilnehmerzahl: 6-10 TeilnehmerInnen

Material: Slackline (inkl. aller nötigen Anschlagsmittel), 4 Bandschlingen 120cm, 1xKlettergurt (vielseitig einstellbar), Augenbinde

Ort: Wald mit soliden Bäumen

Alter: ab zehn Jahren

Ziel: Teamarbeit und Kommunikation

Zeit: ca. 10 Minuten pro Teilnehmer

Beschreibung: Eine Person zieht den, mit den Bandschlingen präparierten, Klettergurt an. Die Bandschlingen müssen mittels Ankerstich sternförmig an dem Klettergurt angebracht werden. Der erste Teilnehmer steigt auf die Slackline. Die Helfer halten, mittels des richtigen Zuges an den Bandschlingen, den Seiltänzer auf der Slackline. Nun versucht derjenige, der oben steht, die gesamte Länge der Slackline in gemeinsamer Balance mit den Helfern zu gehen.

Zusatz: die Person auf dem Seil ist blind (Augenbinde), es wird nicht miteinander gesprochen



DER SCHATZ IM SÄURETEICH

Teilnehmerzahl: 5 bis 10 Teilnehmer pro Team

Material: 2x Seil (ca. 30 Meter), Klettergurt, kurze Bandschlinge, Karabiner, evtl. Rolle, Schatztruhe mit Inhalt, Helm

Ort: ein solider Baum auf einer ebenen Wiese

Alter: ab zehn Jahren

Ziel: Teamarbeit und Kommunikation

Zeit: ca. 10 Minuten pro Teilnehmer

Beschreibung: Vom Spielleiter wird der Säureteich vorbereitet. Dazu wird eines der Seile als runder Säureteich ausgelegt. Der Säureteich sollte an einer Seite durch einen soliden Baum begrenzt sein. Im Säureteich wird die Schatzkiste platziert. Die Teilnehmer bekommen das restliche Material ausgehändigt (Seil, Klettergurt, Helm, Karabiner, Bandschlinge, Rolle) mit der Aufgabenstellung, den Schatz aus dem Säureteich zu bergen. Als Hilfsmittel darf der Baum verwendet werden. Sollten die Teilnehmer etwas Ahnung von Seiltechnik haben, kommen sie sehr schnell auf folgende Lösung: Seil mit einem Ende am Baum befestigen (sollte solide befestigt werden – evtl. Hilfestellung durch den Leiter). Das Seil wird über den See gespannt. Die Person, welche den Schatz bergen darf, bekommt den Klettergurt angezogen. Zusätzlich kommt die kurze Bandschlinge mittels Ankerstich in die Arbeitsschleife des Klettergurts. Am anderen Ende der Bandschlinge wird der Karabiner (evtl. mit Rolle) eingehängt. Jetzt ziehen alle (bis auf die Person die am Seil befestigt ist) am Seil, bis sich dieses spannt. So kann sich die auserkorene Person am gespannten Seil bis zum Schatz ziehen und diesen bergen.

Zusatz: Die Person auf dem Seil ist blind (Augenbinden). Der Leiter welcher das Spiel betreut muss den Grad der Einmischung selbst wählen. Hat man eine gute Gruppe, so kann man den Prozess einfach laufen lassen.

Mögliche Fragestellungen zur Reflexion:

- Waren alle Teammitglieder an der Entwicklung der Vorgehensweise für die Schatzsuche beteiligt?
- Beschloss das Team die Strategie für die Schatzsuche einheitlich oder wurde die Ansicht eines oder mehrerer Wortführer akzeptiert?
- Welche Kriterien wurden bei der Auswahl einzelner Teammitglieder für die Bergung des Schatzes im Säureteich angewendet?
- Akzeptierte der Auserlesene seine Aufgabe oder bot er sich sogar dafür an?
- Wie kommunizierten die Teammitglieder miteinander während der Bergung des Schatzes?
- Gab es jemanden, der das Team / oder jeweils ein Teilteam anführte?
- Wodurch wurde er zum Teamleader?
- Gab der Teamleader Anweisungen oder meldeten sich alle im Team zu Wort?
- Wie war die Reaktion der Teammitglieder bei der Rückkehr des Schatzsuchers, nachdem er mit dem Säuresee in Berührung gekommen war?
- Wie verhielt sich das Team, wenn die geplante Vorgehensweise in der Praxis nicht funktionierte?
- Wie ging das Team mit solchen Schwierigkeiten um?
- Konnte der Schatzsucher mithilfe der Unterstützung seiner Teammitglieder den Schatz erfolgreich bergen?

RISIKOWAHRNEHMUNG & SELBSTEINSCHÄTZUNG

BLINDMARSCH

Teilnehmerzahl: gerade TN-Anzahl

Material: Augenbinde

Alter: Risikobewusstsein und Reflexionsfähigkeit sollten vorhanden sein

Ziel: Selbsteinschätzung in riskanten Situationen

Zeit: ca. 30 Minuten

Beschreibung: Es finden zwei Teilnehmer zusammen. Die beiden machen sich aus, wer zuerst blind marschiert und wer begleitet. Die Augenbinden werden angelegt und der Blinde geht in selbstgewählter Geschwindigkeit los. Der Ausgangspunkt muss dabei nicht besonders sicher gewählt werden, da der Blinde sehr wohl weiß, wo er startet und somit das Risiko einschätzen kann. Der Begleiter lässt den Blind-Gänger solange ungebremst gehen, bis ihm die Situation zu riskant wird. Eine kurze Berührung seitens des Begleiters reicht um den Blinden im Tatendrang etwas einzubremsen. Nach einer gewissen Zeit werden die Rollen getauscht. Nach der Übung werden die Erkenntnisse aus Begleitung und dem Blindgehen im Zweier-Team ausgetauscht. In der Fragestellung ist dabei im Speziellen auf Aspekte der gewählten Geschwindigkeit und dem daraus resultierenden Risikoverhalten einzugehen. Auch der Moment des Einschreitens vom Begleiter ist zu betrachten, da uns dies klar aufzeigen kann, wie man als Begleiter agiert. Inwieweit lasse ich den Blinden seine Erfahrungen selber machen und wo endet meine Risikozone als Begleiter.

Zusatz: Entsprechend der Gruppen-Dynamik sollte ein gemeinsam moderierter Abschlussprozess stattfinden, in dem man dem Erlebten einen größeren Raum und Zusammenhänge geben kann. Antworten und weiterführende Fragen sind in einem größeren Setting eventuell auch einfacher.

FAZIT

Spiele und Übungen in der Natur können helfen, kurzfristig fehlende Motivation von Kindern und Jugendlichen auszugleichen. Im Großen und Ganzen sollte jedoch bei der Wahl des Tagesprogramms auf Facettenreichtum geachtet werden. Freie Räume fördern die Kreativität und sind nicht durch Spiele und Übungen ersetzbar. Auch die Wahl des Weges nimmt einen Einfluß auf die Motivation der Gruppe, mit der ich unterwegs bin. Wer geht nicht lieber auf einem spannenden Steig als auf einer Forststraße? Wer die Aktivität ganzheitlich im Blick hat, der bekommt vermutlich auch nie Probleme mit der Motivation der Gruppe. Und wenn nichts mehr hilft, dann hilft eine Jause oder ein Schokokeks.



THIMO FIESEL

Mitarbeiter im Bundesteam der Alpenvereinsjugend, Chefredakteur des 3D Magazins, Vater von Xaver und Luzia, Rausch- und Risikopädagoge (Risiflecting)



Fotos: Ingo Stefan

Wo finde ich was?

Medien und Infos der Alpenvereinsjugend

[Hanna Moser und Thimo Fiesel]



Homepage

Auf der Homepage der Alpenvereinsjugend findest du alle wichtigen Infos zur Alpenvereinsjugend als Organisation, d.h. Struktur, Gremien etc. - zusätzlich alle Infos zum Ehrenamt, zu Ausbildungen, Freizeitangeboten und vielem mehr. Einfach gesagt ist die Homepage der Alpenvereinsjugend eigentlich die Alpenvereinsjugend selbst, oder zumindest bildet sie so ziemlich alles ab, was es in der Alpenvereinsjugend so gibt. Dein Bundesland hat übrigens eine eigene Homepage. Hier erfährst du ganz spezifische Dinge die für deine Jugendarbeit in Sektion/Ortsgruppe/Bezirk wichtig sind. Ab Juli erstrahlt die Homepage übrigens in neuem Glanz - wir freuen uns über Feedback!

Homepage Alpenvereinsjugend:

www.alpenvereinsjugend.at

Homepage Landesteam:

www.alpenvereinsjugend.at/bundesland

Facebook

Wer kommt heutzutage eigentlich noch an Facebook vorbei? Irgendwie alle und doch wieder keiner! Auf unserer Facebookseite findest du jedenfalls tagesaktuell - News, Witziges, Katzenvideos, Interessantes etc. Wir freuen uns über Kommentare und direktes Feedback zu unseren Beiträgen. Ein Blick und Like lohnt sich!

www.facebook.com/alpenvereinsjugend

Youtube

Youtube sollte so ziemlich jedem bekannt sein. Hier findest du Videos zu unseren Standorten und Veranstaltungen, aber auch Videos, die wir gut finden - Prädikat besonders wertvoll. Da Bewegtbild grad auch ziemlich hipp ist, solltet ihr auch hier mal vorbeischaun!

www.youtube.com/alpenvereinsjugend

ePortal

Das eportal ist unser Intranet exklusiv für Jugendteams. Hier findest du Unterlagen, die für deine Jugendarbeit wichtig sind. Zum Beispiel Einkaufsaktionen, interessante Fachartikel, Infos zur Ausbildung und den Jugendbericht. Das ePortal befüllen dein Landesteam und das Bundesteam für dich. Du kannst das eportal aber auch für deine Sektion als Intranet nutzen, indem du Dateien für deine Kollegen in den eigenen Ordner für dein Jugendteam hochlädst. So kommst du ins eportal:

<http://eportal.alpenverein.at>

Klick - ePortal - Hauptverein, Sektionen, Alpenvereinsjugend. Wenn du noch nicht registriert bist, einfach registrieren. Einloggen mit Benutzername/Email (bekommst du bei der Registrierung) und Passwort.

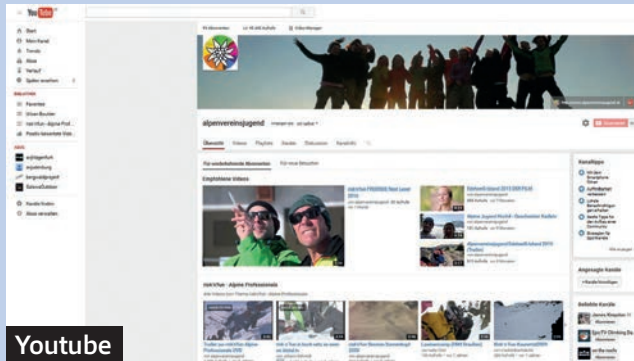
Die drei Bereiche im Überblick:

Dateien - hier kommst du zur Dateiablage mit Zugriff auf die verschiedensten Ordner (Infos vom Bundesteam, Infos vom Landesjugendteam, Einkaufsaktionen)

ÖAV-Adressbuch - hier findest du wichtige Adressen aus dem Verein

ÖAV Jahresberichte - hier Jugendteam-Bericht auswählen und los geht's

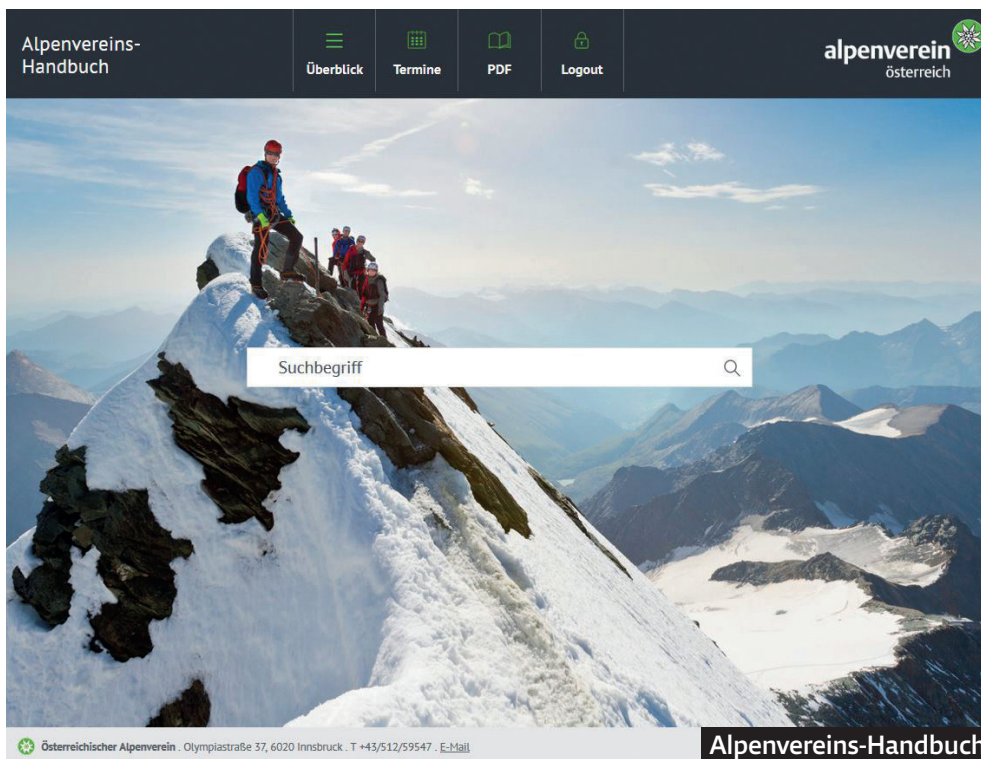
ÖAV-Handbuch - über das ePortal kommst du auch ins Handbuch



Youtube



Facebook



Alpenvereins-Handbuch

- dass wir in der Alpenvereinsjugend über 800 aktive Jugend- und Familiengruppen haben?
- dass wir in der Alpenvereinsjugend in fast sämtlichen Outdoor-Sportarten unterwegs sind?
- dass die Alpenvereinsjugend sich auch auf Sektions-ebene für den Umweltschutz ins Zeug legt?

Die Liste ließe sich noch um einige interessante Fakten ergänzen. Ihr seht also, die Alpenvereinsjugend ist riesig und leistet unbezahlbare Arbeit für Kinder, Jugendliche, den Naturschutz – für die Gesellschaft. Das gilt es auch zu zeigen! Vor allem der Öffentlichkeit und Fördergebern kann man mit harten Zahlen eine Idee von der Arbeit der Alpenvereinsjugend vermitteln. Darum bitten wir auch jedes Jugendteam, seine Arbeit ein wenig in Zahlen zu gießen – damit können wir Fördergelder beantragen, die auch

Alpenvereins-Handbuch

Das Alpenvereins-Handbuch enthält einen Überblick über die wichtigsten Informationen zum Ehrenamt im Alpenverein. Von Versicherungen über Funktionsbeschreibungen hin zum Praxisleitfaden für die nächste Sektionsveranstaltung, steht alles in diesem Handbuch. Keine Sorge, das Ding wiegt keine 5,8 Kilo und wird auch nicht per Paket verschickt. Es steht Online mit dazugehöriger Suchfunktion zur Verfügung. Die meisten Informationen im Alpenvereins-Handbuch sind für alle zugänglich, einige Bereiche sind jedoch geschützt und nur für die zuständigen Ehrenamtlichen zugäng-

lich. Wenn ihr Anregungen zum Handbuch habt - bitte gerne per Mail an uns!

www.alpenverein.at/handbuch

Jugendteam-Bericht (ÖAV-Jahresberichte – Jugendteam-Bericht)

Wisst ihr eigentlich,

- dass die Alpenvereinsjugend Österreich die größte Jugendorganisation in Österreich ist? (über 132.000 Mitglieder)
- dass über 3.000 Ehrenamtliche in den Jugendteams für die Alpenvereinsjugend mit Kindern und Jugendlichen unterwegs sind?

allen wieder zugutekommen. Damit können wir auch die Bedeutung der Alpenvereinsjugend im gesamten Alpenverein aufzeigen und damit die Weichen für eine weiterhin erfolgreiche Arbeit in der Alpenvereinsjugend stellen. Damit könnt aber auch ihr in der Sektion die Arbeit des Jugendteams hervorheben und z.B. bei der Hauptversammlung der Sektion präsentieren. Die Verwendung der Berichte ist also vielfältig und auf jeden Fall sehr nützlich. Wir sagen danke für die fleißige Eingabe der Berichte, wünschen uns aber gleichzeitig, dass noch mehr Jugendberichte jedes Jahr einlangen – nur so können wir zeigen, dass sich die Alpenvereinsjugend weiterentwickelt!



Foto: Horst Huber

Jugendteam-Bericht – Wie geht's?

Der Jugendteam-Bericht ist in zwei Bereiche geteilt: Stammdaten und Aktivitäten

Bei den Stammdaten bekommt ihr bereits Zahlen aus der Mitgliederverwaltung (ÖAV-Office) präsentiert: Wie viele Mitglieder hat die Sektion? Wie viele Mitglieder hat das Jugendteam? Wie viele Jugendleiter, Jugendmitarbeiter sind eingetragen? ... Wenn jemand nicht als Jugendleiter im ÖAV-Office gemeldet ist, scheint er auch nicht in dieser Übersicht auf. Also bitte unbedingt auch diese Zahlen ein wenig im Blick haben. Die restlichen Infos könnt ihr selbst eintragen, z.B. die Gruppennamen mit durchschnittlicher Gruppengröße und Altersgruppe.

Im Registerblatt Aktivitäten wollen wir gerne zeigen, wie aktiv und vielfältig die Alpenvereinsjugend ist: sportliche Aktivitäten, Aus- und Fortbildungskurse, Seminare, Umweltschutzmaßnahmen, sonstige Aktivitäten wie Jugendlager und regelmäßige Treffen. Erfahrene Jugendteamleiter schreiben sich die Aktivitäten bereits laufend im Jahr auf und können die Zahlen dann einfach in den Bericht übertragen. Wir haben sogar eine Ausfüllhilfe vorbereitet – die könnt ihr als einfaches Excel im ePortal downloaden.

Und wo gebe ich meine Klettergruppen und Kletteraktivitäten ein?

Falls ihr euch schon gewundert habt, wo denn das Klettern in der Liste der Aktivitäten geblieben ist: Wir haben mit dem Alpinteam

gemeinsam eigens einen Kletterbericht erstellt.

Ich habe alle Daten eingegeben, und dann? Ihr könnt den Bericht zwischenspeichern oder auch gerne bereits einreichen. Mit dem Button „Einreichen“ könnt ihr nichts mehr ändern und wir erhalten die Daten und bestätigen den Bericht.

Noch Fragen?

Solltet ihr Fragen zum Bericht oder sonstigen Themen haben: Das Büro der Alpenvereinsjugend freut sich über euren Anruf, euer Mail: Team der Alpenvereinsjugend Olympiastr. 37, 6020 Innsbruck 0512/59547-13

jugend@alpenverein.at

Gewusst wie praktisch & einfach

[Axel Tratter]

Tipps und Tricks rund um die Sicherheit bei Kinderwanderungen & -aktionen im ausgesetzten Gelände

1. Pädagogischer Hintergrund

Ganz genau kann ich mich noch an die Situation erinnern: Wir waren acht und zehn Jahre alt, mein Bruder, ein Freund und ich. Hinter unserem Wohnhaus in Bruck/Mur eine felsdurchsetzte Steilböschung, etwa acht bis zehn Meter hoch, darunter, je nach Wasserstand, die Mur oder eine sandige Schotterbank. Um hinunter an den Fluß zu gelangen, mussten wir uns zuerst durch eine Lücke im Maschendrahtzaun zwingen, uns dann am Zaun außen nach rechts entlanghanteln, bis es ein schmales Felsband, meist laubbedeckt erlaubte, schräg abwärts zum Fluß runterzuklettern. Ein Fehltritt und man rutschte sechs Meter tiefer - entweder auf

den Schotter oder ins Wasser... Selbstverständlich haben wir unseren Eltern nicht immer alle Details erzählt!

Heute bin ich Bergführer, arbeite an "Sicherheitskonzepten" in der Alpenvereinsjugend mit und versuche, meine eigenen Kinder (sechs, zehn und 13 Jahre alt) zum "Streunen" in den schon raren "wilden Plätzen" am Stadtrand zu motivieren, wohl wissend, dass genau diese Grenzerfahrungen zum Wachstum wichtig sind. Damit meine ich weniger das Körperliche, sondern eher die mentale Stärke, die Resilienz, also die Fähigkeit, mit Widrigkeiten umgehen zu können und über "Holzklotze am Lebensweg" nicht gleich zu stolpern.

Genau diese Erfolgserlebnisse kann ich als Elternteil meinen Kindern auch auf interessanten Wanderungen bieten: Mit "interessant" mei-

ne ich natürlich nicht normale Wanderwege, sondern ausgetrocknete Bachbette, die man raufkraxelt, Böschungen am Bach, die es zu überwinden gilt, ist doch immer das fließende Wasser ein Magnet für Kinder bzw. felsige Passagen, wo noch nicht "echt geklettert" wird, sondern ab und zu Handunterstützung gefragt ist. - Abenteuerwanderungen nenne ich solche Unternehmungen.

Natürlich gibt es auf diesen Abenteuerwanderungen ab und zu auch Stellen, an denen Fehltritte nicht erlaubt sind, einfach weil das Gelände so steil ist, dass dann ein echter Absturz unumgänglich wäre. Sucht man nun in der aktuellen Literatur nach Absicherungsmöglichkeiten, so wird man nicht viel finden, Normen dafür gibt es keine. Was also tun, "wie ist hier die Lehrmeinung?" - werde ich bei Kursen auch oft gefragt.



Fotos: Axel Tratter

2. Praxistipps

Nun es gibt ein paar Möglichkeiten, rasch und einfach Wegstellen abzusichern, Kinder schnell mal wo runterzulassen oder Unterstützung beim Raufklettern zu geben. Absolute Voraussetzung ist natürlich, dass ich mich als Verantwortlicher, sei es Elternteil oder Jugendleiterin, gut und sicher in dem Gelände bewegen kann, schließlich muss ich ungesichert rauf und runter, hin und her, Geländerseil aufbauen, abbauen etc.

Wichtig: NIEMALS darf in echtem Absturzgelände, wo freies Hängen im Seil möglich ist, so gesichert werden. Es geht ja nur darum, ein Ausrutschen und "Wegkollern" zu verhindern.

2.1 Raufsichern

"Ich komm da nicht rauf", höre ich meinen damals fünfjährigen Sohn rufen. "Hilf mir!". Nun ja, was tun? Zum "nur kurz die Hand reichen" war die Felsstufe im Bachbett zu hoch. Ausrutschen wäre auch ganz schlecht, denn die Böschung darunter ist auch steil.



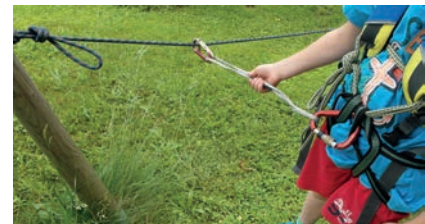
Also kurzerhand mit einer Bandschlinge einen "Sitzgurt" gebastelt, den mit einer Reepschnur mit den Trägern des Rucksacks verbunden und fertig ist eine behelfsmäßige Anseilaktion! Zum Sichern reicht für diese Altersklasse, wenn ich als Erwachsener oben stehe und das "Seil", das auch eine mindestens Sechs Millimeter starke Reepschnur sein kann, mit den Händen halte. Oder ich gehe gleichzeitig mit dem Kind "am kurzen Seil".

2.2 Queren

Eine schwierige, rutschige, glatte Wegstelle ist rasch mit einem "Geländerseil" entschärft. Das kann eine steile, nasse Wiese oder ein laubbedeckter Wald sein, subjektiv harmlos, aber bei einem Fehltritt und Sturz ist sehr rasch eine Rutschgeschwindigkeit erreicht, bei der ein Bremsen kaum mehr möglich ist.

Materialbedarf: ein dünnes, leichtes Seil (ideal: Durchmesser 7 - 8 mm; 15 - 20 m lang), das wiegt nichts im Rucksack. Alternativ (und teurer) geht natürlich auch ein Dyneemaseil (6 mm)... Einfach mit einer Seilschleufe am Baum fixieren und mit 2 x Spierenstich abknoten:

Rasch aufgebaut kann man sich einfach anhalten. Oder, bei ausgesetzterem Gelände mit der oben beschriebenen "Sitzgurtkombi" aus Bandschlinge und Rucksack klettersteigmäßig



mit zwei Karabinern einhängen. Auch hier sollte man die Kirche im Dorf lassen und somit sind dafür zwei leichte Schnappkarabiner auch okay, damit ist bei Fixpunkten ein gesichertes Umhängen in den nächsten Seilabschnitt gegeben.

2.3 Abseilen/Ablassen

Schnell mal eine kurze Felsstufe in ein trockenes Bachbett hinunter? Ganz einfach, zwei schnelle Möglichkeiten gibt es: Seil mit Knoten (Sackstich) drin: die Kinder "hanteln" sich einfach runter, unten steht ein Erwachsener zum Spotten. Funktioniert überraschend gut, die Kinder haben normalerweise ein sehr gutes Kraft/Gewichtsverhältnis. Ich hab es noch nie erlebt, dass da jemand loslässt, selbst wenn die Füße in der feuchten Erde mal ausrutschen. Natürlich nur bei "geringen" Höhen, hier am besten auf sein Bauchgefühl achten.



Wenn es höher ist:

Passiv Ablassen: mit der oben beschriebenen "Sitzgurtkombi" aus Bandschlinge und Rucksack das Kind an ein Seilstück hängen und es entweder über einen Fixpunkt mit HMS ablassen oder (bei leichten Kindern) einfach oben hinstellen und das Kind per Hand hinunterlassen. (So praktiziert mit meinem siebenjährigen Sohn



am Schulterklettersteig (= Normalweg) auf den Hohen Dachstein. Mit dieser Methode haben wir gefühlte 50 andere "Bergsteiger" im Abstieg vom Gipfel überholt...) Ganz einfach kann natürlich das Seil dabei direkt um den Baum herumlaufen, dann kann man die Bandschlinge und den HMS Karabiner auch noch einsparen.

3. Methoden zur raschen Seilbefestigung oder "Standplatzbau Light"

Einen Fixpunkt kann man an jedem, fest verankerten Gegenstand anbringen. Was "fest verankert" heißt, ist individuell abzuschätzen. Es eignen sich:

- Bäume
- Büsche (wenn stark genug und alle Stämme mit der Bandschlinge/Seil umfasst werden)
- Felsblöcke
- Wurzelstöcke (falls nicht schon vermodert)
- starke Wurzeln (können manchmal gut "untergraben" werden)

3.1 Knoten für Bandschlingenbefestigung

a) Ankerstich (ideal für Bäume, Wurzeln,...)



b) Luftmasche oder "Hühnerschlinge" (ideal für Felsblöcke)



Vorteil: zieht sich selbst etwas zusammen und fixiert dadurch die Bandschlinge gut am Felsen. Natürlich kann auch die komplette Schlinge einfach um den Felsblock gelegt und nach Bedarf mit einem Sackstich abgebunden werden.

3.2 Knoten für Seilbefestigung

a) "Palstek" oder "Bulin" - mit diesem Knoten werden auch Yachten festgebunden - der hält also. Wenn das Seil gespannt ist, ist ein einfacher Bulin zulässig (anders als beim Einbinden ins Seil beim Sportklettern, dort muss dieser Knoten doppelt nachgefädelt sein).



b) Mastwurf - mit diesem Knoten werden auch Yachten festgebunden - der hält also.



4. Materialliste für Abenteuerwanderungen

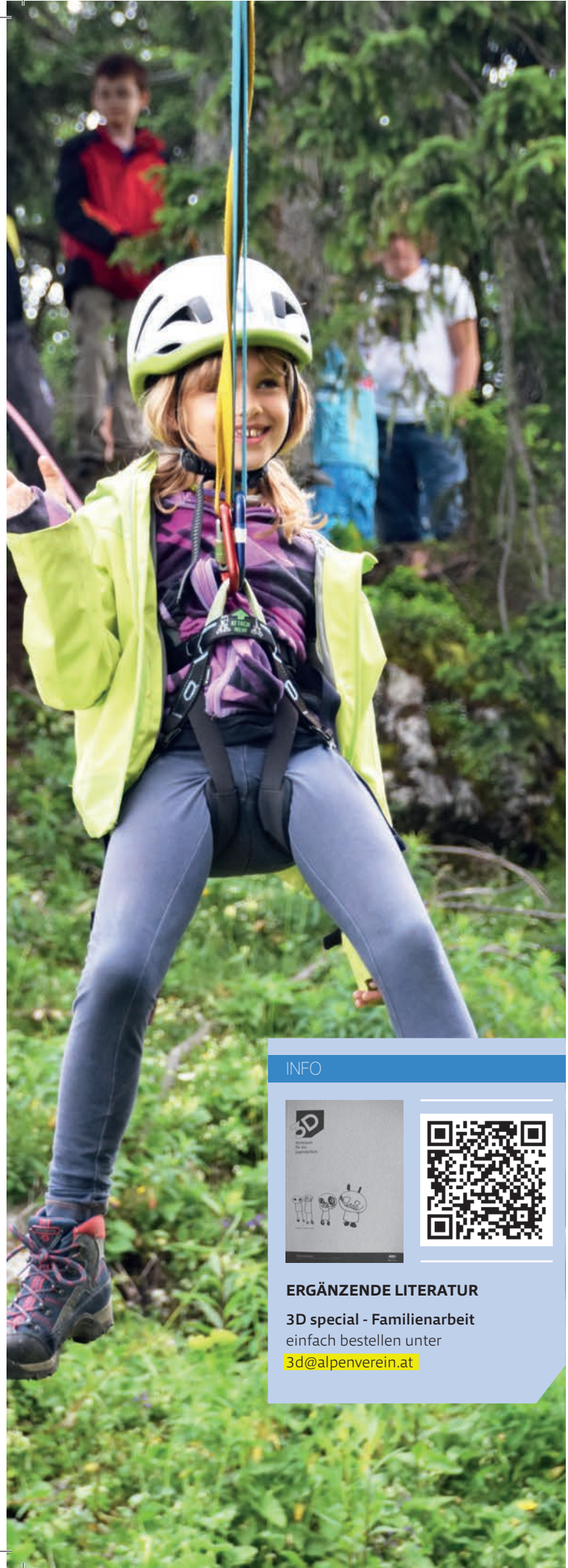
(Minimalausstattung, "weniger ist mehr"), auch hier gilt das Prinzip: "Köpfchen statt Aluminium"

- Dünnes Seil (7 - 8 mm), ca. 15 - 25 m lang (oder Dyneemaseil 6 mm)
- HMS Karabiner oder Schraubkarabiner, 2 Schnappkarabiner
- Bandschlingen 120 cm
- pro Kind: 1 HMS- oder Schraubkarabiner, 2 Schnappkarabiner, 1 Reepschnur (2m lang, 5 mm dick), eine breite Bandschlinge 120 cm



AXEL TRATTER

ist ehrenamtlicher Ausbildungsleiter der Alpenvereinsjugend und lebt als Staatlich gepr. Berg- und Skiführer, Ernährungsberater nach Traditioneller Chinesischer Medizin und Shiatsu-Praktiker mit seiner Familie in Graz.



Das 1x1 der Tourenplanung mit Kindergruppen

[Vera Kadletz]

Ein Klettertag mit der Alpenvereinsjugend: Was haben wir heute gemacht? Spinnen lieben gelernt, weil sie einem gezeigt haben, wo der nächste Griff ist, gesichert, geklettert, Knoten und Partnercheck gelernt, Topo lesen gelernt, zwischendurch noch eine Zwergenvilla aus Moos und Steinen gebaut, einen Kurzausflug als Höhlenforscher in die herabgefallenen Felsbrocken gemacht, Spaß gehabt!

Nach dem gemeinsamen Revue-Passieren-Lassen des Tages mit den Kletterrookies sind sich alle einig: Das war heut' ein super Ausflug, allen hat's gefallen! Egal ob Klettern, Wandern oder ein Mountainbike Ausflug – wer mit Kindern unterwegs ist, der hat viele Eventualitäten eingeplant. Was gehört dazu, als Jugendleiter einen gelungenen Ausflug mit Kindern zu planen? Wir haben euch ein paar Eckpunkte zusammengefasst!

PLANUNG

Jugendleiter + Kinder = Kompass + Nadel

Eine Gruppenstunde kann als Planungstreffen genutzt werden. Dazu Karte rausholen, Kompass in die Hand nehmen, Bilder zu den geplanten Wanderungen (mit See, Hüttenspielplatz, Bach...) gemeinsam anschauen. Schnell wird sich zeigen, wen es wohin zieht. Wer die Kinder kennt, kennt auch ihre Vorlieben und Interessen und kann damit Motivation für das gemeinsame Abenteuer erzeugen. Die Kinder sind dadurch involviert, wissen schon, wohin die Reise geht und können sich auf das Geplante freuen.



Abenteuer: Ziel

Ziele an Kondition und Motivation der Kinder anpassen. Tagestouren mit Kindern bis sechs Jahren sollten eine Gehzeit von vier Stunden nicht überschreiten. Zu längeren Wanderungen lässt sich so mancher mit lohnenswerten Abenteuerzielen motivieren (seichte Bachplätze oder Wiesen für Laufspiele). Pausen zum Spielen und Erholen sollten für alle Altersgruppen, inklusive der Erwachsenen, unbedingt eingeplant werden.

Natur-liche Pausen

Für Personen, die im Beg-Leiten von Kindern noch nicht so routiniert sind, eine Empfehlung: Entweder man wählt eine Tour, die bekannt ist, oder man geht die gewählte Tour vorher ab. So können geeignete Pausen-Stationen mit Spielgelegenheiten, zum Beispiel Hütten oder Felder, identifiziert werden. Außerdem fällt die Einschätzung einer bereits zurückgelegten Wegstrecke leichter.

INFO



ERGÄNZENDE LITERATUR

3D special - Familienarbeit
einfach bestellen unter
3d@alpenverein.at



Die Kleinen ganz groß

Manche Kinder langweilen sich, wenn jüngere Kinder die Aufmerksamkeit der Erwachsenen voll beanspruchen. Um dieses Phänomen zu vermeiden, kann es helfen, älteren Kindern Beobachtungsaufgaben zu geben oder Rollen zu übertragen.

Vertrauen ist gut...

Eltern haben oft Vorbehalte wenn es darum geht, ihre Kinder in die Obhut des Jugendleiters zu übergeben. Verständlicherweise. Für Jugendleiter bedeutet das: klare Kommunikation! Was ist der Plan, Start- und Endpunkt, was sollen die Kinder einpacken? Gibt es besondere Bedürfnisse? Wer ist Hauptansprechpartner und wurden die Kontaktdaten weitergeleitet? Alle Handynummern der Eltern eingespeichert?

Es gilt: Vertrauen ist eine zarte Pflanze, die Zeit braucht, um zu wachsen!

Gruppengröße und Betreueranzahl

Ein gelungener Tag im Freien hängt auch davon ab, ob Gruppengröße und Betreueranzahl aufeinander abgestimmt sind. Wichtig: Mehr Betreuer sind sinnvoll, wenn alle gut informiert sind; manchmal führen mehr Betreuer zu mehr Verwirrung.

Spiel, Spaß & Entspannung

Programm in Form von Beobachtungsaufgaben, Spielen, „technisches Know-how“ (für Klettern, Orientierung, Bogenbauen), Sammeln für das Basteln oder Land-Art in der Natur,... „Finde die nächste Wegmarkierung“, „Wie viele verschiedene Waldtiere findest du?“, Ratespiele oder eine Schatzsuche sorgen für eine kurzweilige Wanderung.

Beschäftigungsmöglichkeiten gibt es viele! Die Erfahrung zeigt: Betreuer vermitteln mit Leidenschaft, was sie selber gerne machen.

Die Top 10 - Dinge im Rucksack für die Wanderung mit Kindern

- Erste Hilfe-Set und Pflaster
- Wasserflasche
- Socken
- Regenjacke
- Fleece/Pulli
- Mütze
- Äpfel, Schokolaaaade! Oder andere Naschereien
- Notbrot
- Geheimnisse, Schätze, Feen und Waldkoblode – jedenfalls eine gute Geschichte auf Lager
- Geduld, Spontaneität, Flexibilität

AUF TOUR

Die Kinder waren bei der Planung dabei? Das heißt, sie wissen wohin es geht. Ältere Kinder können schon mal die Führung übernehmen, natürlich mit Unterstützung der Erwachsenen. Karte und Kompass in der Hand zu haben und Verantwortung zu übernehmen, lässt so manches Kind um einen Kopf wachsen.

Abenteuerspielplatz vs. Gipfelsturm

Wenn der eiskalte Bergbadesee oder Kletterfelsen an einem heißen Sommertag spontan zum Ziel werden und der Gipfel niemanden mehr interessiert... was tun? Wenn alle Motivationmöglichkeiten ausgelotet wurden, hilft nur mehr, mit den Kindern zu genießen. Von der Spontaneität der Kinder kann sich so mancher Erwachsener ein Scheibchen abschneiden.

Energiehaushalt wahrnehmen

30°C im Schatten? Nicht gut geschlafen? Zwischen Unlust und tatsächlichem Missbefinden zu unterscheiden, ist oft nicht leicht. Der schmale Grat zwischen Geduld-Zeigen und gesundem Motivieren ist leichter zu beschreiten, je besser man die Kinder kennt.

Großes mit den Kleinen vor?

Die Kondition von Kindern und Erwachsenen wird sich steigern, je öfter Ausflüge ins Freie gemacht werden. Dies gilt ebenso für die Fertigkeiten, die Kinder für Ausflüge im Freien brauchen, wie z.B. die Trittsicherheit.

Wichtig ist, Geduld zu beweisen, sich Zeit zu nehmen um den Kindern zu erklären, was den Erwachsenen oft als logisch erscheint. Lautes Denken als Sensibilisierung auf Gefahren steht hier dem Verbot gegenüber. Kinder lernen so, Situationen selber einzuschätzen.

Ausbildung und Kompetenz

Die Jugendleiterausildung enthält die oben genannten Punkte und stattet die Gruppenleiter mit den notwendigen Kenntnissen für gelungene Ausflüge aus.

Seit diesem Jahr gibt es beim Alpenverein die Familiengruppenleiter-Ausbildung. Sie versorgt Gruppenleiter durch den Kurs „Abenteuer Bergnatur“ mit dem nötigen Know-how für Touren mit Familien.

NACH DER TOUR (ist vor der Tour)

Gemeinsam mit den Kindern Fotos anschauen. Das gemeinsame Foto ist Reflexion über das Geschehene und Gelernte. Bei dieser Gelegenheit kommen Ideen für die nächsten Unternehmung auf.

Unter den Betreuer sollte besprochen werden, was gut gelaufen ist, aber auch, was noch verbesserungsfähig ist. Je öfter man gemeinsam unterwegs ist, desto routinierter werden die Ausflüge und der Spaßfaktor steigt! Wir wünschen euch schöne Tage draußen mit euren Familien-, Kinder- und Jugendgruppen! Haben wir etwas vergessen? Wir freuen uns immer über Feedback aus den Sektionen: Wendet euch einfach an jugend@alpenverein.at



VERA KADLETZ

ist Bildungsassistentin im Bundesteam der Alpenvereinsjugend und ehrenamtlich als Jugendleiterin in den Sektionen St.Gilgen und Innsbruck tätig.



Warum Qualitätsstandards?

in der verbandlichen Kinder- und Jugendarbeit

[Hanna Erklavec]

In den letzten Jahren kam es im gesamten Kinder- und Jugendsektor zum Diskurs über gemeinsame Qualitätsstandards und deren Sinnhaftigkeit. Es wird viel über Anerkennung und Zertifizierung gesprochen. Vor allem der Aus- und Weiterbildungsbereich der Kinder- und Jugendorganisationen kann davon massiv profitieren.

Welche Chancen könnte ein gemeinsamer Qualitätsstandard für die verbandliche Kinder- und Jugendarbeit bringen?

Ein erster wesentlicher Punkt betrifft die Selbstbestimmung: Wenn die außerschulische Kinder- und Jugendarbeit gemeinsam Qualitätsstandards definiert, wird verhindert, dass es zu einer Fremdbestimmung des Sektors kommen könnte. Denn, sollte es später zur Notwendigkeit eines allgemeinen Standards kommen, könnte es sein, dass dieser durch Sektor-fremde Institutionen entwickelt wird und somit nicht mehr der Realität des außerschulischen Kinder- und Jugendbereichs entsprechen würde. Gemeinsame Standards führen innerhalb der Kinder- und Jugendorganisationen sowie für in der Organisation

Tätige zu einer Qualitätsentwicklung und zur Vergewisserung des eigenen pädagogischen Handelns. Ein gemeinsamer Standard für Kompetenzen von Personen, die in der Kinder- und Jugendarbeit tätig sind, kann diese Kompetenzen für andere Bildungsbereiche, den Arbeitsmarkt und die Öffentlichkeit besser sichtbar machen. Durch den Entwicklungsprozess gemeinsamer Qualitätsstandards kommt es innerhalb der Kinder- und Jugendorganisationen zu verstärkter Kommunikation und Vernetzung untereinander - es werden Erfahrungen über die pädagogische Arbeit ausgetauscht.

Mit dem aufZAQ-Zertifikat für nicht-formale Aus- und Weiterbildungen in der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit wurde ein erster Schritt Richtung Qualitätssicherung und Qualitätsentwicklung gemacht. Des Weiteren werden dadurch nicht-formale Lernangebote unterstützt und aufgewertet. Neben der Lehrgangszertifizierung beschäftigt sich aufZAQ mit der österreich- und europaweiten Anerkennung von Qualifikationen und Kompetenzen der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit. In Zukunft sollen Möglichkeiten geschaffen werden, diese transparent darzustellen und anzuerkennen.

In Zusammenarbeit mit dem Bundesministerium für Familien und Jugend, den Landesjugendreferaten (bmjf), der Bundesjugendvertretung (BJV), dem bundesweiten Netzwerk Offene Jugendarbeit (boJA) und zahlreichen Kinder- und Jugendorganisationen entwickelt aufZAQ einen Kompetenzrahmen, der Kompetenzbeschreibungen der verbandlichen Kinder- und Jugendarbeit sowie die Offene Jugendarbeit beinhaltet. Der Kompetenzrahmen für die Kinder- und Jugendarbeit besteht aus sechs verschiedenen Kompetenzbereichen und fünf verschiedenen Levels, auf denen Kompetenzen in einheitlicher Form beschrieben werden. Im Prozess werden sich Gemeinsamkeiten, Unterschiede und Schnittmengen der jeweiligen Lern- und Handlungsfelder zeigen. Die außerschulische Kinder- und Jugendarbeit hat damit die Möglichkeit, das in ihren Handlungsfeldern stattfindende Lernen sowie die relevanten Kompetenzen der darin tätigen Personen selbst zu definieren. Mit dem Rahmen können zukünftig die Sichtbarkeit und Vergleichbarkeit von nicht-formal erworbenen Kompetenzen und damit verbundene Qualifikationen gesteigert werden. Der Kompetenzrahmen wird bis Ende 2016 fertiggestellt und an den Nationalen Qualifikationsrahmen (NQR) anschlussfähig sein.



Der NQR wurde im März 2016 in Österreich gesetzlich eingerichtet. Er beschreibt Qualifikationen (unabhängig ob formal, nicht-formal oder informell) auf acht unterschiedlichen Niveaus. Ziel des NQR ist es, die Übersetzung und Vergleichbarkeit zwischen den unterschiedlichen Niveaus und Bereichen des österreichischen Qualitätssystems sicherzustellen. Der NQR hat dabei, was Qualifikationen betrifft, keine regulierende Funktion, sondern fungiert nur als Übersetzungsinstrument. Die NQR-Zuordnung wird dabei von einer eigens eingesetzten NQR-Steuerungsgruppe beschlossen. Durch eine Koppelung zum Europäischen Qualifikationsrahmen (EQR) ergibt sich ein europaweites gemeinsames Verständnis für den Umfang und die Qualität von Qualifikationen. Zusätzlich ergibt sich durch die Vergleichbarkeit der Kompetenzen die Möglichkeit zur verbesserten Mobilität innerhalb der europäischen Bildungslandschaft sowie dem europäischen Arbeitsmarkt.

Doch ein Qualitätsstandard birgt neben den Chancen, die mit ihm kommen, sicher auch seine Risiken. Die Gefahr einer Überformalisierung der Lernprozesse in der Kinder- und Jugendarbeit und eine Einschränkung der derzeitigen Vielfalt sind nur zwei von vielen

Bedenken, die im Zusammenhang mit Qualitätsstandards häufig geäußert werden.

Was wären die potenziellen Nutzen von NQR-Zuordnungen für die verbandliche Kinder- und Jugendarbeit?

In vielen Kinder- und Jugendorganisationen werden nicht-formale Aus- und Weiterbildungen angeboten, wobei deren NQR-Zuordnung zu mehr Übersichtlichkeit, Vergleichbarkeit und Transparenz beitragen kann. Zusätzlich werden diese auch auf europäischer Ebene verstanden und anerkannt.

Kompetenzen, die durch ehrenamtliches Engagement erworben wurden, könnten leichter in die hauptamtliche Kinder- und Jugendarbeit sowie in angrenzende Handlungsfelder transferiert werden.

Innerhalb der Kinder- und Jugendorganisationen, die ihre Aus- und Weiterbildung NQR-tauglich machen wollen, kann dieser Prozess zu einem kritischen Hinterfragen der Verwendung von Begrifflichkeiten und einer Präzisierung dieser führen - schwammig definierte Begriffe können somit beseitigt werden.

Infolge des Entwicklungsschrittes in Richtung NQR könnte die Kinder- und Jugendarbeit nach außen hin verstärkt als eigenständiger Bildungsbereich in der österreichischen Bildungslandschaft wahrgenommen werden. Bildungsangebote in diesem Bereich könnten einen höheren Stellenwert im fachlichen und bildungspolitischen Diskurs erlangen. Generell ist zu sagen, dass in der verbandlichen Kinder- und Jugendarbeit vielerorts ein intensiver Entwicklungsprozess sowie eine umfangreiche Vernetzung untereinander und mit angrenzenden Handlungsfeldern stattfinden. Dieser Anstoß kam unter anderem durch den von aufZAQ entwickelten Kompetenzrahmen für die Kinder- und Jugendarbeit sowie die Aktivitäten hinsichtlich des Nationalen Qualifikationsrahmens in Österreich.



HANNA ERKLAVEC

Mitarbeiterin aufZAQ Geschäftsstelle, Fachreferentin für Zertifizierung, Kommunikation und Entwicklung www.aufzaq.at



Youngsters am Berg

[Matthias Pramstaller]

Hallo Eva, hallo Mathias, ihr seid letztes Jahr beim Youngsters Kurs Hochtouren: Gletscher & Grate dabei gewesen. Coole Jugendliche hängen im Klettergarten oder beim Bouldern ab. Ihr geht so richtig Bergsteigen. Wie erklärt ihr euch das?

Eva: Ich bin schon immer gern draußen unterwegs und habe das von Kind an so mitbekommen. Meine Eltern sind selbst am liebsten in den Bergen, gehen gern klettern oder wandern. Irgendwie habe ich das in die Wiege gelegt bekommen und noch nie die Freude daran verloren.

Klettern und Bergsteigen um cool zu sein, um abzuhängen, passt für mich nicht zusammen. Ich gehe in die Berge, um weg von vielen Leuten zu sein und doch gemeinsam etwas zu erleben, um Abstand vom Alltag und Lärm zu haben, um Kraft und Energie zu tanken. Ich gehe Bergsteigen, weil es mir Freude bereitet, ich dort Freiheit verspüre und zu leben beginne.

Das klingt nach Philosophie und zeigt, dass Berge für dich wertvolle Lehrmeister sind?

Ja, beim Bergsteigen lerne ich mich selbst viel intensiver kennen. Ich kenne meine Grenzen und kann dadurch an ihnen arbeiten, sie verschieben. Vieles ist vorauszusagen, durch Erfahrung und Wissen, doch vieles ist unbe-

kannt und unsicher. Das macht das Bergsteigen spannend und lässt jede Unternehmung einzigartig werden.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist für mich das Gemeinsam-Unterwegs-Sein. Sich auf jemand anderen zu verlassen (und verlassen zu müssen) und gleichermaßen für sich und jemand anderen verantwortlich zu sein, funktioniert nur durch gutes Zusammenspiel, durch respektvolles Miteinander. Ich habe auch das Gefühl, dass sich beim Bergsteigen niemand so leicht verstellen kann. Dafür ist man viel zu ausgesetzt und oft auch mit einem gewissen Level an Angst oder zumindest klarer Konzentriertheit unterwegs. Da kann ich nicht überlegen, wie ich mich verhalten sollte. Ich bin ich. Der Berg nimmt mich so wie ich bin.

Mathias: Ja, am Berg kann man echt was lernen. Touren brauchen eine gute Vorbereitung und Planung, die Verhältnisse müssen ebenso passen wie die persönliche Leistung und die der Partner. Bis zu einem gewissen Punkt hat man die Zügel selbst in der Hand. Wenn das Zusammenspiel funktioniert, hat das einen weiteren ganz besonderen Stellenwert. Das gilt für den Gletscher und für das Alpinklettern genauso.

Was fasziniert euch da oben? Die Aussicht, das Gelände, der Schuhraum der Rudolfs-hütte?

Mathias: Naja, der Schuhraum echt nicht. Der ist auf jeder Hütte ziemlich ähnlich, wobei sich die Gerüche in feinen Nuancen unterscheiden. Lacht!

Eva: Es gibt vieles, das mich da oben fasziniert. Angefangen von der Natur, der Landschaft, die jedes Mal anders ist und hinter jeder Ecke etwas Neues birgt. Die, auch am selben Ort, nie gleich ist, weil Wetter, Tag- und Nachtzeit, Jahreszeiten immer wieder neue Seiten hervorbringen. Oft sind es Kleinigkeiten, wie beispielsweise eine Blume in einer steilen Felswand, die mich zum Lächeln bringen.

Auch fasziniert mich die Einsamkeit, die Ruhe und Achtung. Manchmal merke ich, wie klein und unscheinbar ich als Mensch bin und wie wenig ich gegen die Natur und Berge ausrichten kann. Dies ist für mich ein ganz besonderes Gefühl. Es bringt mich zum Boden zurück und lässt mich so manche unwichtigen Angelegenheiten des Alltags vergessen. Es gibt so viele Eindrücke in den Bergen, die ich so nur dort erleben kann, ganz besonders ist das Erleben des Hier und Jetzt.

Lasst uns auch über den Kurs Gletscher & Grate plaudern. Was gibt es da zu lernen?

Mathias: Wenn ich das sagen darf, eigentlich fast zu viel für nur fünf Tage. Angefangen



Fotos: Hell Düringer

von objektiven Gefahren wie Steinschlag oder Lawinen, über Tourenplanung, Orientierung, Karten lesen bis hin zur Seiltechnik in Fels und Eis, Standplatzbau und Bergetechniken aus Spalten ist alles dabei. Da hilft's, wenn man schon etwas Vorerfahrung mitbringt.

Wie läuft das ab? Zeigen die Bergführer, was man am Berg zu tun hat, was richtig ist, was falsch?

Eva: Jeweils eine Gruppe ist mit einem Bergführer unterwegs. Dieser unterstützt dort, wo Hilfe benötigt wird oder Fragen anfallen. Die Touren werden (größtenteils) selbst geplant und durchgeführt. Klar ist der Bergführer dabei für die Sicherheit zuständig, er gibt aber nicht vor, je nach Eigenkönnen ist er mehr Begleiter und Berater als Lehrer. Wenn etwas falsch ist, kommt das aber sehr deutlich zur Sprache.

Mathias: Vieles von den Kursinhalten könnte man ja aus Lehrbüchern genauso lernen. Nur bekommt man dann eben kein Feedback, niemand zeigt einem Fehler oder gibt Tipps. Natürlich zeigen die Jungs vor, wie die Sachen am Berg zu erledigen sind. Es war aber ein sehr angenehmer Dialog, nicht schwarz und weiß, das ist richtig und das falsch. Es gab auch Diskussionen und wir konnten Dinge selbst ausprobieren.

Ist das wie Schule am Berg?

Eva: Ja und Nein. Es gibt immer wieder „Unterrichtseinheiten“ auf der Hütte oder draußen, bei denen vorgezeigt und erklärt wird. Gleichzeitig wird man dazu angehalten, viel selber mitzudenken und zu entscheiden; wir haben sehr viel Unterstützung erhalten Sachen selbst zu erarbeiten.

Was war das Highlight der Woche?

Mathias: Ganz klar unsere Gruppe. Die anderen zwei Burschen waren super drauf. Es war ein Miteinander. Die Herangehensweise, unser Wissen, Erfahrung und Können waren ähnlich.

Eva: Das Highlight der Woche war für mich definitiv die gemeinsame Tour auf den Stubbacher Sonnblick über den Nordgrat. Wir haben die Tour größtenteils selbständig durchgeführt. Der Grat wurde mal mit, mal ohne Seil gemeistert. Jeder konnte die Führung übernehmen und jeder war für sich selbst zuständig. Im Zuge dieser Tour wurde auch noch die Spaltenbergung geübt. Dies war für mich der wichtigste Teil, weil ich auch deshalb am Kurs teilgenommen habe. Das war ein erfolgreicher Tag – mit einer schönen und spannenden Tour inklusive toller Übungseinheit.

Treffen wir euch heuer beim Sportklettern & Bouldern, oder beim Alpinklettern – den anderen Youngsters-Kursen – wieder?

Eva: Nein, das wird wohl nix. Ich bin dieses Jahr über der Altersgrenze. Das Kurskonzept ist super auf Jugendliche abgestimmt, ich kann allen zwischen 14 und 20 Jahren nur empfehlen, bei einem Kurs dabei zu sein. Auch bin ich beim Sport- und Alpinklettern schon ganz gut drauf. Selbständig unterwegs sein ist angesagt!

Mathias: Sport- und Alpinklettern tue ich bereits mit Leidenschaft. Aber alle, die dabei sind, haben bestimmt lässige Tage am Fels.

INFO

Die Termine der Youngsters 2016

Sportklettern & Bouldern: Verschieb' deine Grenzen

14.07. - 17.07.2016 Ginzling / T

Hochtouren: Gletscher & Grate

27.07. - 31.07.2016 Rudolfshütte / Sbg

Alpinklettern: Hoch hinaus

25.08. - 28.08.2016 Stripsenjochhaus / T

www.jungealpinisten.at



Sektions-Mitarbeit unter 16?

[Hans Madreiter & Vera Kadletz]



Bis zu einem Alter von ca. zwölf Jahren sind in vielen Sektionen die Kids sehr gut in der Alpenvereinsjugend integriert. Tolle Aktivitäten und Programme bieten Fun und gemeinsame Erlebnisse. Der Zustrom von Kindern zur Alpenvereinsjugend ist gegeben.

Speziell ab 14 bis 15 Jahren sind Jugendliche aber nicht mehr leicht im lokalen Vereinsgeschehen zu halten. Neue Schule auswärts, manchmal sogar im Internat oder eine Lehre stellen die Kids vor neue Herausforderungen, aber auch den Verein. Wenn die Jugendlichen erst einmal mehrere Jahre nicht mehr am Vereinsgeschehen teilnehmen können, sind sie vielleicht überhaupt auf Dauer weg. Gerade hier entscheidet sich aber für viele Vereine ihre langfristige Entwicklung, ihre Zukunft. Hier stellt sich eine entscheidende Frage: „Sollen wir unsere Kinder um jeden Preis im Verein halten, oder können wir einfach darauf vertrauen, dass sie nach erfolgter Ausbildung, gemachten Erfahrungen in anderen Bereichen ohnehin wieder zum Alpenverein zurückkommen?“

Oftmals wächst die Sehnsucht nach den in der Alpenvereinsjugend gemachten Erlebnissen nach einigen Jahren und man sucht wieder die Nähe zu Gemeinschaften, wo man sich bereits als Kind wohl gefühlt hat.

Einige erfolgreiche Beispiele zeigen, dass es möglich ist, engagierte Jugendliche im Jugendteam der Sektion zu integrieren. Wir haben sie befragt und euch eine kleine „Toolbox“, einen Werkzeugkasten für die Jugendarbeit zusammengestellt.

Einbindung Jugendlicher im Verein – ein kleiner Werkzeugkasten

Welche Möglichkeiten gibt es in den Sektionen, Jugendliche ab etwa zwölf Jahren weiter für's Vereinsgeschehen, für Veranstaltungen und sogar für die aktive Mitarbeit im Verein zu gewinnen und zu halten:

Beteiligung: Workshops im Verein zu organisieren, in dem Kids eigene Ideen verwirklichen können. Lasst die Jugend doch einmal selbst und kreativ Aktivitäten, z.B. einen Ausflug, planen. Es gilt, Ideen zu sammeln; die Umsetzbarkeit steht vorab an zweiter Stelle. Bei der Umsetzung der Ideen brauchen die Kids dann aber die volle Unterstützung der Erwachsenen.

Erlebnis, Spaß und Abenteuer bieten, auch für die jungen BetreuerInnen, erst die Arbeit, dann das Vergnügen, z.B. wenn die Kinder nach dem Kurs weg sind, sollen die Älteren auch die Möglichkeit haben, sich „auszutoben“ Nützliche Ausbildungen anbieten, die Kids z.B. für die Bewerbung bei Ferialpraktika brauchen können (Erste Hilfe, Spiele, Umgang mit Kindern, Organisieren, Sicherheit, etc.)

Was braucht es dazu?

Ein Verständnis dafür zu entwickeln, Jugendliche so zu akzeptieren, wie sie sind. Von Vorteil ist eine klare Kommunikation über die Rahmenbedingungen, damit keine falschen Erwartungen entstehen.

Jugendgerechte Aufgaben und Verantwortungsbereiche schaffen: Jugendliche können bei Tätigkeiten, in denen sie selber gute Kenntnisse haben, unterstützen. Sie haben einen anderen „Draht“ zu den Kindern und



finden oft die besseren Worte, um etwas zu erklären.

altersgerechte Sprache und Kommunikation: Wir älteren Jugendleiter sehen zwar nicht gern, wenn Jugendliche zu viel Zeit im Netz oder in den Sozialen Medien verbringen. Wenn wir sie aber erreichen möchten, werden wir "Oldies" den Jungen entgegenkommen müssen und mit ihnen auf Augenhöhe kommunizieren. Geben wir ihnen die Chance, im Mitwirken und Gestalten im Verein auf ihre Art und Weise Sinn zu finden! Hier bieten gerade die neuen Medien Möglichkeiten: Bildet doch zum Beispiel ein kleines Jugendredaktionsteam, welches aus ihrer Sicht über Aktivitäten kommuniziert (eigene Jugend-Website, Facebook, Fotoredaktion, etc.).

Wie motiviere ich die Jugendlichen?

Jugendliche einfach direkt ansprechen, ob sie Ideen haben, sich im Verein einzubringen. Nicht jeder Jugendliche, der Interesse an einer Mitarbeit hat, bringt das von sich aus aktiv vor. Sehr gut funktioniert, wenn ein Team aus Freunden agiert.

Wo sollen sich die Jugendlichen treffen?

Ist euer Vereinstreff/-heim noch jugendtauglich? Vereinslokale sind oft schon in die Jahre gekommen und verstaubt. Meist fehlt etwas Chilliges oder Trendiges, wo sich auch Kids halbwegs wohlfühlen können und Platz haben, sich auszutauschen. Laufende kleinere "Modernisierungen" können Wunder wirken.

Warum? Win-Win!

Das Leben von Erwachsenen verändert sich ebenso wie das der Kinder und Jugendlichen. Wenn neue Herausforderungen im eigenen Leben auftreten, ist es schön, Nachfolger zu haben, denen man Vorbild ist und die in der Lage und gewillt sind, Aufgaben zu übernehmen. Daraus ergibt sich eine klassische Win-Win-Situation.

Jugend ist nicht gleich Jugend

Alle Kids von vier bis 17 Jahren gleich anzusprechen, ist fast unmöglich, da liegen Welten

zwischen den Kleinkindern, Kids, Teenies und schon jungen Erwachsenen, die bereits den Mopedführerschein mit 15 Jahren machen oder womöglich schon den U17-Führerschein angehen! Hier empfiehlt sich eventuell eine Gruppierung in verschiedene Altersklassen, wo ähnliche Interessen bestehen. Andererseits sind zum Beispiel 14-Jährige für viele jüngere Kids oft schon wahre Vorbilder. Gemeinsam mit den "älteren" etwas zu unternehmen ist dann spannend, cool und voll lässig. Warum dann nicht diese Gemeinsamkeit nutzen und die älteren Kids bei Vorbereitung und Umsetzung von Veranstaltungen mitarbeiten lassen; unsere Erfahrungen waren bisher sehr gut. Eine Patentlösung gibt es nicht, das Feingefühl der Jugendteamleiter ist deswegen gefragt!

Stimmen aus Sektionen – Best Practice

In der Ortsgruppe Zirl in Tirol gibt es eine stetige Nachfolge durch junge motivierte Jugendleiter. Was ist euer Rezept für die fließende, generationsübergreifende Vereinsarbeit?

Ossi Miller, Jugendteamleitung Zirl

„Verantwortung übergeben und Führung ermöglichen ist für mich essentiell. Jede Gruppe ist anders – da braucht es Feingefühl der Jugendteamleitung, um zu erkennen, wer wofür motiviert ist. Wir haben immer darauf geschaut, die Jugendlichen früh mitgestalten zu lassen – es hat ihnen immer Spaß gemacht, ihre eigene Leidenschaft und ihr Wissen (z.B. Knotenkunde) weiterzugeben. Viele haben dann, sobald sie 16 waren, die Jugendleiterausbildung gemacht und sind dann mit der Gruppe mitgewachsen. Das Leben verändert sich ständig, Schule, Studium, die erste Freundin/der erste Freund ... natürlich brechen da Jugendliche weg... einige bleiben aber auch! Für diese Engagierten ist es wichtig, dass die Sektion eine Konstante ist, in der sich die Jugendlichen im Rahmen ihrer Möglichkeiten einbringen können. Ein sehr wichtiger Punkt ist auch ein Vereinsheim, z.B. wie bei uns der Boulderraum, in dem sich die Jugend ohne die „alten“ Jugendleiter aufhalten kann.“

Maximilian Öfner, 19 Jahre, seit 2005 aktiv im Alpenverein, seit 2014 Jugendleiter in Zirl

„Neben den alpinistischen Inhalten habe ich bei den Ausflügen mit dem Alpenverein vor allem über den Umgang mit Menschen gelernt. Wir

haben schon vor der Jugendleiterausbildung darauf geschaut, dass die Gruppe zusammenbleibt und haben die älteren bei den Gruppenstunden unterstützt. Das Mithelfen war bei uns nie mit einem Zwang verbunden. Wir sind gerne in unserer Freizeit gekommen - so wie jetzt auch noch. Die Jugendleiter und Gruppenmitglieder wurden für mich schnell zu wichtigen Bezugs- und Vertrauenspersonen, das war definitiv mehr als nur Klettern oder Wandern. Jetzt sind wir die Vorbilder für die jüngeren Gruppen. Verantwortungsbewusstsein zu entwickeln und Verantwortung zu übernehmen – das habe ich gelernt. Für mich war es logisch, mich weiter zu engagieren. Die Generation nach uns (zwölf bis 16 Jahre) hilft begeistert mit und steht in den Startlöchern für die Jugendleiterausbildung, das freut mich!“

Ihr seid gefragt!

Was macht ihr eigentlich in euren Sektionen, um Jugendliche eigenständig und aktiv mitwirken zu lassen, welche Ideen funktionieren gut? Wie gelingt euch der Übergang eurer Jugendlichen in die Aktivitäten der Erwachsenen? Sendet uns doch eure Ideen und Vorschläge, um diese Thematik weiter im Alpenverein ausarbeiten zu können, wir freuen uns über euer Feedback!



VERA KADLETZ

Bildungsassistentin (Karenzvertretung), Aufgabenbereich: Inhaltliche Betreuung der Bildungsprogramme der Alpenvereinsjugend, Online-Kommunikation, ehrenamtlich in zwei Sektionen tätig.
Kontakt: Tel.: +43/(0)512/59547-46
vera.kadletz@alpenverein.at



HANS MADREITER

Jugendteamleiter Alpenvereinsjugend Leogang (Salzburg), Aufgabenbereich: Ich begleite Jugendliche auf ihrem Weg in ein schönes und erlebnisreiches Leben. Kontakt: Tel. +43/(0)664/5363733
madreiter@nachhaltigmehrwert.at



risk'n'fun

KIDS und LOCALS

bewegt Alpenvereinsjugend-Gruppen in den Sektionen

[Vera Kadletz]

Mit dem LOCALS und KIDS Angebot sind die Inhalte von risk'n'fun nun endlich auch für Kinder- und Jugendgruppen verfügbar! Einige Sektionen haben das Angebot schon ausprobiert. Sie haben sich risk'n'fun-Trainer eingeladen, um mit ihren Kinder- und Jugendgruppen raus Biken und Freeriden zu gehen.

Wer risk'n'fun kennt, weiß: Das Gefühl nach einer Session ist einfach lässig! Man hat sich selbst und den Lieblingssport besser kennengelernt, seine Beurteilungsfähigkeit geschult und außerdem super Menschen getroffen, die diese Leidenschaft teilen!

Mission Impossible!?

Die Frage, die sich für mich als Jugendleiterin stellte war nun, wie man risk'n'fun mit meiner Praxis in der Jugendarbeit in St. Gilgen sinnvoll verbinden kann? Wie bewegt man Jugendliche, die das nächste Ausgeh-Event und die Spielekonsole im Kopf haben? In einem ersten Schritt traf ich mich mit Toni, dem Leiter des Jugend-

zentrums in St Gilgen, und wir definierten einen gemeinsamen Auftrag: Jugendliche zu sportlicher Aktivität zu motivieren, die nicht nur die zwei Daumen ihrer Hände betrifft. Antworten wie: „Wandern – oida naaa, des zaht mit ned!“ waren keine Seltenheit. Nach langem Tüfteln schien es uns eine Mission Impossible...doch dann...

...nach einem Ausflug in die Berge (Session von r'n'f) ging mir ein Licht auf. Freeriden, Biken im Park, Klettern... vielleicht könnten die Jugendlichen für diese „Risiko“- und Trendsportarten begeistert werden? Toni als leidenschaftlicher Mountainbiker und Snowboarder war sofort begeistert von dem Vorschlag, mit den Jugendlichen biken zu gehen. Das risk'n'fun Team der Alpenvereinsjugend kontaktiert, Termine mit Toni gecheckt und schon stand das Angebot – risk'n'fun LOCALS St.Gilgen. Anmeldungen gemacht, Anmeldebeitrag eingesammelt und es war fix. Ende September 2015 hüpfen 6 Jugendliche in den Bus und wir machten uns von St.Gilgen in Richtung Leogang auf. Dort wartete Michele, vom risk'n'fun Leitungsteam schon um uns durch den Tag zu begleiten.

Beim „Shredden“ im Bikepark zum Aufwärmen und den Technikübungen stellte sich raus, dass die Jungs gut im Sattel sitzen – vielleicht übertragen sich die Fähigkeiten beim Videospiele vom Daumen in den ganzen Körper? - deswegen nahmen wir gleich die Trails „Hangman I und II“ gemeinsam mit Michele, dem Trainer, unter die Lupe.

Ausgewert und glücklich, war der Wunsch ein Besuch beim „Schachtelwirt“. Mit Burger und Pommes gestärkt starteten wir von unserer „Mission made Possible“ wieder in heimische Gefilde und planten gleich den Winterausflug risk'n'fun Freeride in die Gosau!

risk'n'fun LOCALS war für die Jugendlichen, sowie Toni und die Alpenvereinsjugend St.Gilgen sehr bereichernd. Neben Fahrtechnik, pädagogischen Inhalten (für die Betreuer) und Sportel stand die gemeinsame Gaudi an erster Stelle. Die Jugendlichen lernten sich selbst einzuschätzen statt sich zu überschätzen und es entstand ein umfassendes Kommunikationsnetzwerk.



MISSION COMPLETE. Was ist risk'n'fun LOCALS und KIDS?

Lernen, sein eigenes Können und risikoreiche Situationen in Kombination selbst zu beurteilen. Das ist, worum es bei risk'n'fun geht. Die Gebots- und Verbotstafeln werden dabei zuhause gelassen und die Teilnehmer dazu eingeladen selbst Verantwortung für ihre Handlungen zu übernehmen.

LOCALS – ist das Angebot für Jugendliche von 12-15 Jahren

KIDS – ist das Angebot für Kinder von 8-11 Jahren

Sportarten zur Auswahl

Bike (Frühling, Sommer, Herbst)
Freeride (Winter)

Angebot für Jugendleiter & Gruppen

Muss ich als Jugendleiter bei dem Angebot für die Kids dabei sein, wenn doch jemand anderes die Gruppe leitet?"

Ja, weil's Spaß macht! Denn nicht nur für die Kinder gibt es einiges zu lernen, vor allem für die Betreuungspersonen sind die Inhalte von risk'n'fun interessant. Die Trainer geben Einblick in ihr Tun, wodurch die Jugendleiter

kennen lernen, wie man Situationen mit Gruppen gemeinsam wahrnehmen, beurteilen und entscheiden kann.

Ganz nebenbei bekommt man in der jeweiligen Sportart – zur Auswahl stehen Freeriden (Winter) und Bike (Sommer) - ein kleines Techniktraining und man lernt auch einiges in Sachen Planung und Organisation dazu.

"Was muss ich als Eltern wissen, wenn meine Kinder eine Risikosportart ausüben möchten?"

Dieser Punkt hat bestimmt Diskussionspotenzial. Tatsache ist, dass sich Jugendliche, wenn sie z.B. selbständig Skifahren gehen, die lockenden Waldwegel abseits der Piste eher nicht entgehen lassen und den (von den Eltern nicht gestatteten) Trail beim Biken trotzdem fahren. Je früher sie lernen, selbst zu entscheiden, was sie sich zutrauen können, desto besser.

Beim Kids Angebot werden die Kinder schon früh auf die Sicherheitsaspekte beim Skifahren sensibilisiert. Die Selbsteinschätzung und das Beurteilungsvermögen werden auf spielerische Weise geschult. Dadurch wird ein gesunder Umgang mit Risikosportarten und Rücksichtnahme auf die Freunde entwickelt. Neugierig? Hast du auch Lust, risk'n'fun für deine Jugendgruppe anzubieten?

Wie kann ich risk'n'fun KIDS oder LOCALS bei mir in der Sektion anbieten?

Als Auftakt für die kommende Saison findet am Freitag, den 10. Juni wieder ein Workshop gemeinsam mit dem risk'n'fun Leitungsteam statt. Dazu sind alle interessierten Jugendleiter eingeladen. Dort bietet sich die Möglichkeit, sich in den laufenden Prozess aktiv zu integrieren und sich über gemachte Erfahrungen in der Praxis auszutauschen. risk'n'fun KIDS lebt von den Rückmeldungen der Sektionen und entwickelt sich so auch entsprechend weiter. Termine für den kommenden BIKE Sommer und Herbst werden dort ebenfalls vereinbart. Sollte es an dem Termin nicht klappen oder sonst Fragen offen sein, bitte einfach die risk'n'fun Website checken - www.risk-fun.com, eine email an risk-fun@alpenverein.at senden oder dirket 0664 855 6433 anrufen. Das risk'n'fun Team freut sich!



VERA KADLETZ

Bildungsassistentin im Bundesteam der Alpenvereinsjugend und ehrenamtlich als Jugendleiterin in den Sektionen St.Gilgen und Innsbruck tätig.

Hochtouren rocken

mit Jugendlichen unterwegs
im vergletscherten Hochgebirge

Frühes Aufstehen, schweres Gepäck, lange Hartscher und unglaublich viele Entbehrungen. Und das alles in der Freizeit? Freiwillig? Never ever!?

Das sind oftmals die negativen Charakteristika, die Hochtouren so an sich haben. Hinzu kommt noch ein beträchtlicher Aufwand an Material und Geld für Anreise, manchmal Seilbahn und Hüttenübernachtungen. Klar ist cooles Material geil, aber woher die Kohle nehmen für Petzl, Black Diamond und Co? Und dann ist man noch lange nicht vor Ort.

Also alles Voraussetzungen, die das Bergsteigen in vergletscherten Regionen auf den ersten Blick weder für Erwachsene noch für Jugendliche im Speziellen attraktiv machen. Immerhin stehen dem gegenüber nicht alltägliche und garantiert unvergessliche Gipfelerlebnisse, Sonnenaufgänge in einer atemberaubenden Bergszenerie sowie eindrückliche Kletterstellen. Diese Herausforderungen machen die Königsdisziplin des Bergsports interessant und spannend, machen das Hochtourengehen zu etwas ganz Besonderen. Letztendlich ist es aber das Miteinander-Erleben, das Aufeinander-Schauen und das Verantwortung-füreinander-Übernehmen, das es ausmacht, gemeinsam in die Berge zu gehen und Gipfel zu besteigen. Diese zwischenmenschlichen Reize bieten unglaubliche Chancen für die positive Entwicklung Jugendlicher einerseits und deren BegleiterInnen andererseits.

Zudem ist Bergsteigen, nicht zuletzt seit David Lama, auch bei der Jugend angekommen und besetzt ein klasse Image: Hochtouren rocken!

Freilich schaut die Realität auf den hohen Gipfeln der Alpen aufgrund der eingangs erwähnten Eigenheiten des Hochtourengehens noch etwas anders aus. Jugendliche BergsteigerInnen sind die Ausnahme und das Durchschnittsalter der bergsteigenden Spezies liegt immer noch zwischen 40 (das ist für Jugendliche rich-

tig alt, Alter) und Scheintod, aber – ähnlich wie beim Skitourengehen – ist ein Trend zu beobachten: Die Probanden werden stetig jünger, die Ausrüstungsgegenstände bunter, die Go-Pro-Videos mehr.

Damit aber nicht nur mehr Jugendliche mit dem Bergsport beginnen, sondern auch dabei bleiben und diesen mit Leidenschaft – hoffentlich bis an ihr Lebensende – weiter betreiben, gibt es einige Empfehlungen zu beachten, die sich im Grunde nicht wesentlich von jenen für Erwachsene unterscheiden.

Fit for fun

Die wohl wichtigste Voraussetzung für Hochtouren sind Motivation und Fitness. Hat man zu wenig von beiden, macht's keinen Spaß und die Quälerei übersteigt das verträgliche Maß. Zwar ist Bergsteigen immer mit Anstrengung verbunden – was auch okay ist, sofern die Motivation passt – aber werden die Strapazen zu groß, verlieren gerade Jugendliche schnell die Freude an der Sache und stellen sich die Sinn-Frage: wozu das Ganze?

Jugendliche müssen, nicht anders als Erwachsene auch, ein gewisses Maß an Grundkondition mitbringen. Diese wird am besten spielerisch mit Fußball, Hockey, Radfahren, Tennis, Schwimmen, etc... regelmäßig(!) trainiert. Da beim Bergsteigen noch zusätzliche Belastungen auf den Körper zukommen, wie ein relativ schwerer Rucksack, klobige Schuhe sowie die Komponente der ungewohnten Höhe und der intensiven Sonnenstrahlung, ist es wirklich wichtig, dass die Kondi passt.

Neben der Ausdauer braucht's auch koordinative Fähigkeiten für eine entsprechende Geh- und Klettertechnik, die Jungs und Mädels perfekt mit Sportklettern, Bouldern oder Turnen trainieren können. Zwar ist die Koordination beim Hochtourengehen nicht die wichtigste Komponente, aber in Anbetracht von anspruchsvolleren Touren durchaus notwendig.

Ebenso brauchen sie entsprechende psychische Voraussetzungen: Frühes Aufstehen, Kälte, lange Anstiege und ausgesetzte Kletterstellen dürfen sie nicht gleich aus der Ruhe bringen. Entscheidend ist, dass die Jugendlichen wissen, warum sie Bergsteigen wollen, dass sie hinter ihrer Entscheidung stehen und es nicht ihren Eltern oder Freunden zuliebe tun.

Equipment

Hochtourengehen ist ein sehr ausrüstungsintensiver Sport. Es versteht sich von selbst, dass wir als Eltern nicht sofort in eine komplette Hochtourenausrüstung für unsere Sprösslinge investieren. Aber in der Regel beginnt man nicht von heute auf morgen mit den Kindern in die Berge zu gehen. So ist vermutlich vieles der Bekleidung, die für Hochtouren notwendig ist, und die sich nicht im Wesentlichen von jener vom Wandern und Skifahren unterscheidet, bereits vorhanden. Gurt und Helm hat man eventuell schon vom Sportklettern, Steigeisen und Pickel kann man leihen. Wichtig ist, dass sich die Jugendlichen in dem, was sie anhaben, wohl fühlen, und dass die Bekleidung entsprechend der Tätigkeit funktional ist. Eine wesentliche Rolle spielt das Gewicht der Ausrüstung und des Rucksacks: Leicht, leicht und nochmals leicht muss er sein! Hier können wir die Jugendlichen gut unterstützen, indem wir gemeinsame Ausrüstung wie Seil, Erste Hilfe-Paket und Biwaksack sowie den Großteil der Verpflegung übernehmen. Apropos Rucksack: In einen guten und leichten Hochtourenrucksack zu investieren macht Sinn, denn dieser wird sie – im Gegensatz zur Bekleidung – über sehr viele Jahre begleiten und gute Dienste erweisen. Ein zu schwerer Rucksack, der noch dazu nicht passt, kann alles vermiesen.

Bleiben nur noch die Schuhe als wahrer Schlüsselfaktor. Wird hier gespart, geht die Tour in die Hose. Der Schuh muss nicht nur leicht und bequem sein und gut auf den Fuß, sondern auch zur geplanten Tour passen. Achtung: „Overequipped“ ist genauso übel wie „underequipped“.

Tourenplanung und Tourenziel: leider geil!

Leider geil! Das ist das Ziel einer jeden Tour, doch „leider“ gilt es dabei auch zu beachten, dass „das Können des Wollens Maß ist“. Dieser Spruch ist wohl nirgendwo zutreffender als beim Bergsteigen. Ist man überfordert, kann's sehr schnell riskant – um nicht zu sagen lebensbedrohlich – werden. Ist man unterfordert, wird's zwar nicht gefährlich, aber die Tour langweilig. Zum Bergsteigen gehört ein gewisses, gesundes Maß an Risiko dazu - frei nach dem Motto: „risk'n'fun“. Deshalb müssen wir gerade am Beginn der Hochtourenkarriere unserer Sprösslinge die Tour genau planen. Kein leichtes Unterfangen, darf diese doch nicht zu kurz und nicht zu lang, nicht zu leicht und nicht zu schwierig sein. Oft gehen konditionelle und technische Überforderungen einher und sind das Produkt einer schlechten Planung. Dann ist die Hochtourenkarriere der Jugendlichen oft schon zu Ende, bevor sie so richtig begonnen hat. Des Weiteren vergessen wir gerne, dass wir die Tour in erster Linie für die Jungs und Mädels unternehmen und wir sie dabei begleiten und nicht umgekehrt. Auch sehen wir uns gerne in der Rolle des Erziehers anstatt in jener des Bergleiters. Die Jugendlichen sollen durchaus auch Entscheidungen treffen und Verantwortung übernehmen dürfen. Wenn wir sie ständig vor Entscheidungen und schwierigen Situationen bewahren, werden sie auch nicht die Möglichkeit haben, sich zu bewähren.

Für die ersten Hochtouren mit Jugendlichen ist es wichtig, dass die Verhältnisse optimal sind und die neuen, landschaftlichen und sozialen Erlebnisse im Vordergrund stehen und nicht die Schwierigkeit der Tour. Was aber noch lange nicht heißt, dass die Tour deshalb langweilig sein muss. Außerdem sollten wir bei der Planung eine relativ attraktive „Exit-Strategie“ im Talon haben, bei der wir die Tour abbrechen oder ausweichen können, damit der Ausflug jedenfalls zum Erfolg wird.

Touren mit Bahnunterstützung, wie z.B. jene auf's Zuckerhüt, bieten sich hier sehr gut an: Man kommt ohne große Mühen in bis dato unbekannte Regionen und kann die Vorzüge der Hochtour in vollem Maße genießen. Außerdem vermeiden wir gleich zu Beginn die ungeliebten, langen und meist langweiligen Talhatscher. Und dass die Motivation, auf den höchsten Gipfel der Stubai Alpen zu gehen, passt, ist



Foto: Heli Düringer

eh klar. Ähnliches trifft übrigens auch für die Wildspitze zu, ihres Zeichens höchster Gipfel Tirols, zweithöchster Gipfel Österreichs und ein wahres Hochtouren-Highlight - nicht nur für Erwachsene!

Ebenso sind Touren mit Hüttenübernachtung - in zwei Etappen aufgeteilt - natürlich spannend und kurzweilig. Dabei ist die Gipfel- etappe idealerweise recht kurz, da ja noch der anschließende Abstieg ins Tal zu bewältigen ist. Eine Variante ist die Tour auf die Zugspitze über das Höllental, die alles zu bieten hat, was das Hochtourenherz begehrt: ein Hüttenzustieg durch eine atemberaubende Schlucht, eine Übernachtung in einer schönen, neuen Hütte, ein landschaftlich grandioser Wanderweg, ein kleiner, leichter Gletscheranstieg und schließlich ein abwechslungsreicher, nicht allzu schwieriger Klettersteig, der auf dem höchsten Gipfel Deutschlands endet. Und der Abstieg? Bequem mit der Bahn. Nachteile? Auf Grund der Attraktivität dieser Tour sollte man sie antizyklisch in der Vor- oder Nachsaison begehen.

On Tour

Zwei wesentliche Faktoren bei Hochtouren sind die ungewohnte Höhe und die intensive Sonneneinstrahlung. Bei den vorhin empfohlenen Touren verkürzt die Bahn zwar den Aufstieg, bringt aber auch leider mit sich, dass wir weniger Zeit haben, uns an die Höhe anzupassen. Deshalb macht es Sinn, im Vorfeld - bei Wandertouren oder beim Skifahren – herauszufinden, ob und wie die Jugendlichen die Höhe vertragen. Eine Akklimatisationstour kann diesbezüglich nie schaden. Da Jugendliche einen viel höheren Energiebedarf haben als Erwachsene, müssen wir darauf achten, dass wir genügend kurze Ess- und Trinkpausen einlegen, damit der Energiehaushalt passt. Zudem ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr in der Höhe sehr wichtig, um Kopfschmerzen vorzubeugen. Sonnencreme und Schildkappe schützen vor Strahlung.

Vor der Schlüsselstelle muss die Zeit für ein Break drinnen sein, um sich diese kurz anzusehen und die notwendige Sicherungstechnik und Taktik zu besprechen. Dabei sichern wir heikle Passagen besser zu früh als zu spät, aber das Gehen am Seil ist ohnedies spannender als ohne.

Um bei den Kids die Freude am Bergsteigen zu entfachen und diese auch zu bewahren, ist die Stimmung in der Gruppe extrem wichtig. Schlechtes Wetter und lange Anstiege sind so lang kein Problem, so lang die Stimmung passt. Förderlich sind hierzu einerseits eine laufende, positive Kommunikation und andererseits das Dabeisein guter Freunde, wo wir wieder beim gemeinsamen Erleben sind.

Apropos Freunde: Ist der Hochtouren-Start mit den Eltern geglückt, wollen und werden die Kids früher oder später hoffentlich selbstständig und eigenverantwortlich mit ihren Freunden unterwegs sein. Um neben den Inputs aus dem familiären Umfeld noch weiteres Rüstzeug für höhere Ziele zu erhalten, bieten sich Alpenvereins- Jungmannschaften, Ausbildungskurse des Alpenvereins - speziell für Jugendliche - sowie das „Youngsters - Junge Alpinisten-Projekt“ besonders gut an. Last but not least...

...gehört natürlich auch bei Jugendlichen eine g'scheite Nachbesprechung der Tour her. Nur so entwickeln sie sich weiter, wird aus allfälligen Fehlern gelernt und bleibt die Tour letztendlich in unvergesslicher Erinnerung.



GERHARD MÖSSMER

Mitarbeiter in der Abteilung Bergsport, Bergführer,
Mentor der jungen Alpinisten

Werkzeugkasten

Jugendleiter- und Familiengruppenleiterausbildung



Foto: Franz Koglhuber

[Vera Kadletz]

Im letzten 3D (1/2016 3 D Solidarität, S. 28) haben wir euch die Struktur und den Aufbau der Jugendleiterausbildung NEU bzw. der Familiengruppenleiterausbildung (welch' lange Worte! – im Folgenden deswegen JL - Jugendleiter und FGL- Familiengruppenleiter) dargelegt. Wie wirken sich die Veränderungen der Ausbildung auf die praktische Arbeit im Ehrenamt aus? Dieser Artikel versorgt mit mehr Information zum Handwerkszeug der Alpenvereinsjugend.

Ehrenamtlich, frei & willig?

Die ehrenamtliche Arbeit fängt meist nicht mit der Ausbildung an. Die Wege zur Ausbildung sind unterschiedlich: Sehr oft ist es ein Assistieren, ein Learning by doing, von innen heraus motiviert und dadurch ideale Voraussetzung für gelingende Wissensaufnahme.

Werkzeugkasten Ausbildung

Für alle gilt: Motivation und Tatendrang sind positiv, manchmal jedoch durch Widrigkeiten zerschlagen. Wenn Kenntnisse fehlen – zur Vereinsstruktur, zur Abrechnung, zur rechtlichen Situation, zum Umgang mit Kindern - oder Kommunikationsprobleme auftreten, kann das zur Frustration führen. Die Ausbildung ist der Werkzeugkasten, den wir unseren JL und FGL auf „Die Wanderung“

mit dem Alpenverein mitgeben, um die ehrenamtliche Tätigkeit möglichst einfach, sicher, effektiv und natürlich mit Freude zu gestalten.

Basecamp

Der Name verrät es schon – das Base Camp ist die Akklimatisierungszone, das Einfinden in den Verein ist das Thema. Einiges an KNOW über den Verein und mehr HOW über die Vereinsarbeit wird JL und FGL hier vermittelt.

Praxis: „Eine Mail an alle reicht doch für so einen kurzen Ausflug!?“ Zeitliche, personelle, finanzielle Ressourcen sind ebenso begrenzt wie die nervlichen. Der Kurs gibt grundsätzliche Informationen über die Organisation und Planung von Ausflügen. Außerdem werden die rechtlichen Rahmenbedingungen besprochen. Im Base Camp geht es unter anderem auch darum, Ausschreibungen zielgruppengerecht formulieren zu lernen und diese den richtigen Interessensgruppen (z.B. Eltern, Jugendmitarbeiter, Vorstand) weiterzugeben.

„Wann ist eigentlich der Alpenverein entstanden?“ – bei Wanderungen wird man vieles gefragt. Der Grundkurs liefert Antworten auf diese Fragen, Kursteilnehmer entwickeln ein tieferes Verständnis für den Alpenverein und seine Wertewelt.

Vorteil: Die hier erworbenen Kenntnisse lassen sich sehr gut auch auf andere Lebensbereiche umlegen. Präsentation und Moderation sind Themen, die in Schule und Uni ebenso genutzt werden können wie bei der Anleitung eines Spieles.

Erlebnis Berg / JL-Grundkurs

Nach dem Basecamp kann der Aufstieg gewagt werden. Erlebnis Berg - der Kursname ist Programm! Wie lässt man das „einfache Wandern“ zu einem Erlebnis am Berg werden? Das Geheimrezept enthält einige Zutaten: alpinechnisches Know-how und Erfahrung, Mitdenken-Können für andere, Risiken einschätzen, Gestalten des Rundum-Programms, aber vor allem: Leidenschaft für den Bergsport und natürlich auch Erfahrung und Freude im Leiten von Gruppen. Hohe Verantwortung und Verantwortung in der Höhe

Praxis: „Ich muss nicht wissen, wo ich auf der Karte bin, ich hab' eh ein Handy, stimmt's?“ Solche und ähnlich Mythen werden beim Kurs aufgeklärt.

Faktorenberechnung eines gelungenen Ausflugs in die Berge: Gruppengröße und -dynamik, Wetter, Gelände, Kondition der Teilnehmer, Orientierung



Foto: Yvonne Markl



Foto: Vera Kadletz

Die Tourenplanung mit Kindergruppen ist zentrales Thema des Erlebnis Berg-Kurses. Der Kurs versorgt die Teilnehmer außerdem mit guten Kenntnissen über die alpine Lehrmeinung des Alpenvereins. Da diese sich weiterentwickelt, gibt es auch Information darüber, wie man up to date bleibt.

Vorteil: JL und FGL können auf die im Alpenverein jahrelang angesammelte Erfahrung im Beg-Leiten von Kinder- und Jugendgruppen aufbauen. Typische Fehler, wie z.B. eine nicht stattfindende Tourenplanung, können vermieden werden.

Abenteuer Bergnatur / FGL-Grundkurs

Die Natur ist für Kinder ein riesiger Abenteuerspielplatz. Das Draußen-Sein am Berg ist aber auch für Eltern etwas besonderes und eine willkommene Abwechslung zum Arbeitsalltag. Bei der Entdeckungsreise ins Freie lernen FGL, wie Eltern und Kinder gemeinsam die Bergnatur kennenlernen und Ausflüge mit Familien gelingen.

Praxis: „Ein Ausflug in die Berge mit mehreren Familien? Das hört sich stressig an!“ Familien mit (Klein-)Kindern haben ähnliche Bedürfnisse. Das bedeutet aber auch, dass es andere Dinge zu bedenken gibt. Gut organisiert lassen sich Synergien nutzen und ein gemeinsames Tempo finden.

Vorteil: Geteilter Spaß ist doppelter Spaß! FG-Leiter sind oft Familienmütter oder -väter, die Bergsport gern weiterbetreiben und weitergeben wollen. Die eigene Familie ist mit dabei und Freundschaften mit Gleichgesinnten entwickeln sich.

Get together zum Nett-werken

Fertig mit der Ausbildung und Großes mit den Kleinen vor?

Praxis: „Wir haben ein Sommercamp geplant, wissen aber nicht wie man so etwas organisiert.“ Die Landesteams sind beim Get together da und sind erste Ansprechpersonen in eurem Bundesland! Fragen zur Finanzierung und bei der Organisation von kleineren und größeren Projekten (wie z.B. Sommercamps) können sie euch beantworten.

Vorteil: Ein buntes Rahmenprogramm sorgt dafür, dass der Start in die Tätigkeit als vollwertiger JL eine Gaudi ist. Bei Speis und Trank lernen sich beim anschließenden Landesjugendtag Menschen kennen, die sich für den gemeinsamen Spaß engagieren, das kann nur gut werden... ;)

Lorb-Ehren-Amt und Lob-Ehrenamt

Die Kinder fallen den Eltern in die Arme, voll Stolz erzählen sie, wie sie Wände erklimmen,

im kalten Gebirgssee gebadet und Rätsel am regnerischen Hüttenabend gelöst haben. Nach gelungenen Tagen in den Bergen ist klar: Die Wiederholung können alle kaum erwarten! Für Jugendleiter und Familiengruppenleiter sind glückliche Gesichter und begeisterte Erzählungen das größte Lob.

Vorteil für die Kinder: Erzählstoff für die nächste Deutsch-Schularbeit ist gesichert

Vorteil für JL und FGL: erworbenes Wissen und Erfahrungen sind ein persönlicher Gewinn und sehen auch im Lebenslauf gut aus!

INFO



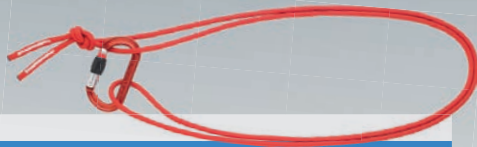
www.alpenvereinsjugend.at/jugendleiter

www.alpenvereinsjugend.at/familiengruppenleiter



VERA KADLETZ

Bildungsassistentin im Bundesteam der Alpenvereinsjugend und ehrenamtlich als Jugendleiterin in den Sektionen St.Gilgen und Innsbruck tätig.



Dyna.mit - Dyneema-Reepschnur-Set AustriAlpin

Bei diversen Ausbildungen werden seit längerem anstelle von klassischen Reepschnüren solche mit einem Dyneema-Kern verlangt. Warum? Sie kombinieren die Vorteile der Reepschnur - verknotbar, universell anwendbar - mit dem der vernähten Bandschlinge - hohe Bruchkraft.

Die Anwendungsmöglichkeiten dieses Sets sind vielfältig und reichen von der Zwischensicherung über den Standplatz bis zur Rettungstechnik. Das Ganze ist in Europa hergestellt, zertifiziert, die letzten zwei Jahre intensiv erprobt worden und ganz einfach eine ziemlich gute Sache. Dyna.mit richtet sich an Experten, die wissen, wie man damit umgeht und denen klar ist, dass ein solches Set - geringe Stückzahl, hohe Materialkosten - seinen Preis hat, nämlich 130,- (das Metergewicht der Dyneema-Reepschnur beträgt 25 g/m, der Ovalo wiegt 67 g bei einer Bruchkraft von 25-10-8 kN).

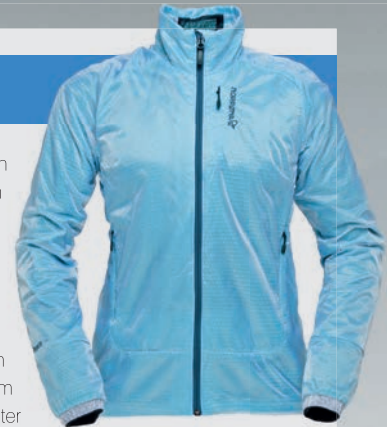
Hier geht's zum detaillierten Bergundsteigen Artikel
www.bergundsteigen.at

DIE EINKAUFSAKTION

für Jugendleiter und Tourenführer findet ihr im aktuellen Bergundsteigen Beileger oder im Eportal. <http://eportal.alpenverein.at>

www.austrialpin.at

bitihorn alpha60 Jacket (W) NORRONA



Vor etwa einem Monat wurden wir von SALEWA mit der neuen Hybrid... Jacke ausgestattet. Und das Fazit nach den ersten Wochen im Dauergebrauch ist eindeutig: „Cooles Teil!“. Der größte Vorteil liegt in den unzähligen Einsatzmöglichkeiten zu jeder Jahreszeit. Egal ob beim Eisklettern oder Skifahren, drunter als Isolierung oder als atmungsaktive Jacke zum Zu- und Aufsteigen. Die Primaloft-Füllung am Körper wärmt die wichtigsten Stellen, während die aus Softshell-Material gefertigten Ärmel für viel Bewegungsfreiheit sorgen. Gerade bei langen Zügen ist letzteres von Vorteil! Durch die Kombination der beiden Materialien ist die Jacke auch äußerst leicht und überzeugt mit einem kleinen Packmaß. Was wir uns an dieser Stelle noch wünschen würden, wäre eine Schlaufe zur Befestigung am Gurt und ein doppelseitiger Reißverschluss, um die innere Brusttasche als Packsack verwenden zu können. Wenn's am Stand etwas kälter wird, hat uns der hochgeschnittene Kragen und die warme Kapuze überzeugt, so ist man perfekt vor Wind und Wetter geschützt.

Zum Abschluss kann man bei so viel Lob über die technischen Eigenschaften der Jacke nur noch erwähnen: Auch optisch macht sie einiges her! So sind nun die blauen Hybrid-Jacken mit „Junge Alpinisten“-Aufdruck am Ärmel auch beim Arbeiten, an der Uni und beim gelegentlichen Bier am Abend oft zu sehen!

Barbara Reitter

Gewicht: ca. 220 g

Größen: XS-L

Material: Polartec

Preis: € 259,00

www.norrona.com

GEWINNSPIEL

Wir verlosen Bücher, zwei Salewa Kletterhelme und ein Dyna.MIT Dynema SET.

Dazu folgende Frage beantworten:
In welchem Bereich hat die Alpenvereinsjugend einen Schwerpunkt (Arbeit mit Menschen mit Behinderung)?

Antwort mit Name und Adresse an
3d@alpenverein.at
Betreff: 3D Gewinnspiel

Kletterhelm VAYU SALEWA

In Sanskrit bedeutet Vayu Luft und Wind. Diesen Produktnamen hat Salewa vermutlich nicht ohne Grund gewählt. Die besondere Konstruktion aus einer Kohlenstoff-verstärkten Polymer-Hartschale weist ein kompromisslos starkes Verhältnis von Gewicht zu Festigkeit auf. Normalerweise haben Hybridhelme einen stoßdämpfenden EPS-Kern. Beim Vayu wird fortschrittlicheres EPP (expandiertes Polypropylen) verwendet. Dieses Material ist hochgradig energieabsorbierend und kehrt nach einer Verformung durch Stoß oder Steinschlag wieder in seine ursprüngliche Form zurück. Somit ist der Vayu auch für mehrere Einschläge gewappnet. Was mir besonders taugt, ist das Einstellsystem. Es gibt nämlich keines. Der Vayu kommt in zwei Größen mit einem Gummizug, das den Helm ideal an den Kopf anpasst. In Kombination mit der Kinnhalterung ein sehr sinnvolles und bequemes System. Beim Langzeitgebrauch kann der Gummizug sicher ausleihen, dazu gibt es aber noch keine Eindrücke. Insgesamt ist der Vayu eine sinnvolle Weiterentwicklung eines Hybrid Helms. Er vereint Kraft und Leichtgewicht – zu einem nicht ganz „unstolzen“ Preis versteht sich.



Thimo Fiesel

Konstruktion: Hybridhelm
Einsatzbereich: Bergsport, Klettern, Hochtouren
Zulassung: EN 12492, UIAA 106
Material: CNT-Außenschale (Carbon Nano Tech) / EPP-Innenschale (expandiertes Polypropylen)
Verstellmöglichkeit: elastisches Kopfband, verstellbare Kinnriemen
Stirnlampenhalterung: ja
Gewicht: 245 g (in Größe S/M)
Größen: S/M (53 - 59 cm) - L/XL (59 - 63 cm)
Preis: € 140,00
www.salewa.at

Laufschuh Akasha LA SPORTIVA

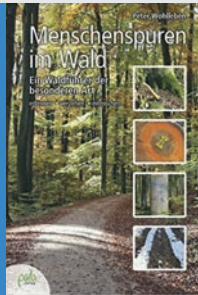
Pünktlich zum Start der Laufsaison kommt La Sportiva mit einem neuen Laufschuh-Schmankerl auf den

Markt. Der Akasha – Namen aus dem Sanskrit die irgendwas mit Leichtigkeit bedeuten scheinen derzeit IN zu sein J - besticht durch eine sehr gute Dämpfung und ist daher perfekt für lange Strecken, Ultra-Marathons, Ultra- Trails und mehrstündige Einsätze. Wie bei aktuellen Schimodellen setzt der Akasha auf einen sog. Trail-Rocker, der das natürliche Abrollverhalten unterstützt. Die griffige Sohle ist für rauen und matschigen Untergrund aller Art gemacht. Die Passform des Schuhs ist eher eng, dadurch sitzt der Schuh wie eine Socke. Das Mesh-Material macht ihn besonders atmungsaktiv und befördert eindringendes Wasser schnell wieder hinaus. Ein High-End Trailschuh mit sehr guter Dämpfung für die langen Läufe. Der Akasha kommt zu einem gängigen Preis. Man sollte jedoch überlegen, ob man ihn ½ Nummer größer nimmt!



Thimo Fiesel

Schaft: Durchlöcherter AirMesh + PU Leather hinten und DynamicProTechTion™ vorne
Futter: Rutschfestes Mesh.
Zwischensohle: Eingespritztes Mesh und Cushion Platform™
Fußbett: Ortholite Mountain Running.
Sohle: FriXion XT Zweifachmischung mit Trail Rocker™ System
Drop: 6 mm
Größen: 36 - 47,5 (auch halbe nummern)
Gewicht: 660 g (das paar, grosse 42)
Preis: € 149,00



Menschenspuren im Wald

Autor: Peter Wohlleben
Verlag: Pala Verlag
Erscheinungsjahr: 2015
Text: Nicht Tierspuren sondern Menschenspuren. Wolfgang Wohlleben nimmt die Leser mit auf eine spannende Reise in unsere Kulturwälder.



Erlebnispädagogik in den Bergen

Autoren: Streicher, Harder, Netzer
Verlag: Ernst Reinhard Verlag München
Erscheinungsjahr: 2015
Text: Wer sich mit Erlebnispädagogik im alpinen Raum beschäftigt, kommt an diesem Werk nicht vorbei. Von der pädagogischen Grundhaltung über Methodik hin zu praxisrelevanten Übungen ist darin alles enthalten, was der Erlebnispädagoge braucht. Standardwerk!?



Abenteuer Spiel 1+2

Autor: Christoph Sonntag
Verlag: Ziel Verlag
Erscheinungsjahr: 2013
Text: Teil 1 des Standardwerks gibt Einblick in die verschiedenen Phasen von Spielen und Übungen und stellt den theoretischen Unterbau für die Anleitung von Spielen dar. Teil 2 ist eine detaillierte Sammlung von kooperativen Abenteuerspielen.



Alpentiere

Autor: Thomas Grüner
Verlag: Rother Verlag
Erscheinungsjahr: 2016
Text: Der Bild-Bestimmungsband Alpentiere vom Rother-Verlag ist das richtige Buch für junge und ältere Entdecker. Hier wird vom Buntspecht bis zum Murmeltier jegliches Tier im alpinen Raum beschrieben.



Wie viel wiegt ein Berg?



In kurzen, leicht verdaulichen Kapiteln vermittelt Jacopo Pasotti die „Wissenschaft der Berge“. Grundwissen über Plattentektonik und die Auswirkung von Wetter werden in blumigen Worten bereitgestellt. Blumige, tierische und menschliche Bewohner der Berge und ihre auf die Umwelt angepassten Eigenschaften finden ebenso Platz. Freche Illustrationen begleiten diesen Inhalt und verbildlichen das vermittelte Wissen spielerisch. Die Lektüre eignet sich dazu, sich ein Grundwissen für in der Jugendleiterfähigkeit häufig gestellte Fragen (die man sich selbst schon oft gestellt hat) anzueignen. Empfehlung für die Wanderrucksack-Packliste beim Ausflug mit einer Kindergruppe!

Vera Kadletz

Wie viel wiegt ein Berg?

Jacopo Pasotti
Hoffmann und Campe Verlag, 1. Auflage 2015
207 Seiten
ISBN: 978-3-455-70015-2
Preis: 17,50 EUR
www.hoffmann-und-campe.de



Einfach Draußen – Das Camping Kochbuch

Autor: Werner Moser
Verlag: Books on Demand GmbH
Erscheinungsjahr: 2013
Text: Werner Moser ist Paddler, Camper, Vater und Autor für viele Draußen-Beiträge. Sein Buch Einfach Draußen ist ein liebevoll gestaltetes Kochbuch mit einfachen Rezepten für den Gaskocher oder die Feuerstelle



Kinder lieben Abenteuer

Autor: Anke Schlehofer
Verlag: Ernst Reinhard Verlag München
Erscheinungsjahr: 2016
Text: Die Natur als Abenteuerspielplatz. Wilde und echte Erlebnisse für sechs- bis zwölfjährige Abenteurer



Toolbox - Flucht Asyl Migration

Autor: Bundesjugendvertretung
Verlag: BJV
Erscheinungsjahr: 2016
Text: Die BJV hat einen Praxisleitfaden zum Umgang mit der Asylthematik herausgebracht. Darin findet ihr wichtige und interessante Tipps und Methoden für die Jugendarbeit. Info zum Buch:



(Downloadlink)



Von der Integration zur Inklusion und einer solidarischen Gesellschaft

[Ulrike Schwarz]

Integration und Inklusion sind derzeit in aller Munde und zu Schlagwörtern in der laufenden gesellschaftspolitischen Diskussion geworden. Gefordert wird, dass sich die „Anderen“ sprich Asylsuchenden eingliedern und unsere Werte (!) übernehmen. Im Gegenzug erschweren aber die politisch Verantwortlichen ein konstruktives Miteinander und bauen Hürden und Zäune auf.

Aber wie umgehen mit der Migrationsbewegung? Wie können wir eine gemeinsame Zukunft gestalten? Was kann jedeR von uns beitragen?

Inklusion heißt Vielfalt leben und allen Menschen eine gleichberechtigte Teilhabe ermöglichen. Wie aber gelingt gemeinsames Lernen, Arbeiten und Leben? Wir haben vielfältige Erfahrungen bei der Inklusion beeinträchtigter Menschen und können darauf aufbauen, um so eine gemeinsame Zukunft mit den Asylberechtigten gestalten.

Gemeinsam Herausforderungen annehmen

Seit der Geburt meiner Tochter mit Down Syndrom hat sich mein Alltag, das Familienleben verändert. Trotz vielfältiger Barrieren und Stolpersteinen, Wut und Verzweiflung überwiegt meist die Freude an den Fortschritten und der Selbstbestimmtheit von Claudia.

"Mama, ich möchte endlich wieder einmal gemeinsam mit der Familie Abenteuer erleben und im Biwak übernachten!" Dieser klare Auftrag meines zwölfjährigen Sohnes hat

mich herausgefordert. Ein erlebnisreiches Wochenende, das auch für meine beeinträchtigte Tochter Claudia passt, zu planen. Also habe ich einmal nachgedacht, was die Stärken von Claudia sind: Sie ist neugierig, leicht zu begeistern, aber auch geduldig.

Als ÖAV-Jugendleiterin hatte ich ein gutes Rüstzeug, aber nach Lehrbuch funktionierte das so nicht. Also flexibel auf die Bedürfnisse und kreativ auf die jeweilige Situation eingehen.

Im Wettstreit hatte Roland hüpfend auf einem Bein nur mehr einen ganz kleinen Vorteil vor der etwas langsamen Claudia. Schnell fand auch ich Gefallen am Improvisieren und lernte viel dabei. Schön war zu sehen, wie der große Bruder nach einiger Zeit seiner Schwester voll vertraute und sich blind führen ließ, und dass Claudia voll stolz war, brauche ich, glaube ich, nicht zu erwähnen.

Vielfalt ist Chance und Bereicherung

Nehmen wir also neue Herausforderung an und stellen das Gemeinsame vor das Trennende, die Kompetenzen vor die Defizite, die Chancen der Vielfalt vor die Ängste des Andersseins - und planen wir nicht alles nach einem Schema. Dann wird auch Integration und Inklusion beeinträchtigter Menschen oder aber auch MigrantInnen möglich und wir schaffen gemeinsam eine gute Zukunft in unserem Land, in unserer Heimat.

Die eigenen Erfahrungen durfte ich im Alpenverein weitergeben und ein eigener Lehrgang zur inklusiven Freizeitarbeit wurde geschaffen,

viele Angebote weiter entwickelt, ein jährliches Familienwochenende findet statt und die Ferienwiese wurde barrierefrei gestaltet. Derzeit wird auch noch an einem Infoportal zu Wege und Hütten gearbeitet, damit beeinträchtigte Personen anhand guter Beschreibungen selbstbestimmt entscheiden können. Und so in der Bergwelt Kraft und Energie tanken.

INFO



Sommercamp - Abenteuer mit Handicap
10.07.-16.07.2016 Ferienwiese Weißbach bei Lofer / S



Sommercamp Inklusives Erlebniswochenende
19.08.-21.08.2016 Ferienwiese Weißbach bei Lofer / S

Weitere interessante Seminare, Lehrgänge, und Updates findest du auf www.alpenverein-akademie.at



ULRIKE SCHWARZ

Begeisterte Naturliebhaberin, Trainerin „Freizeit inklusiv“, verantwortlich für diverse Ausbildungen im Inklusionsbereich und Politikerin.



Große Öffnungen für
exzellente Rundum-Belüftung.



Sicherheit bei minimalem Gewicht, aufgrund einer
Carbon-Nano-Tech Außenhülle und einer Innenschale,
die auch mehrere Einschläge übersteht.



Ultra-leichte Konstruktion für eine
herausragende Performance beim Klettern.

STRONG
& LIGHT

VAYU HELMET HEAD OUT SAFELY

Extrem leicht, bestens belüftet und eine robuste Konstruktion - der Vayu setzt neue Standards beim Kopfschutz. Die einzigartige Technologie, basierend auf einer hochfesten Außenhülle in Kombination mit einer Innenschale, die auch wiederholten Einschlägen widersteht, garantiert eine ausgezeichnete Stoßbeständigkeit. Zudem verfügt der Vayu über ein außergewöhnlich niedriges Gewicht und eine überragende Belüftung.

salewa.com

SIGNATURE PRODUCT

risk'n'fun

ALPINE PROFESSIONALS

klettern | bike

alpenvereinsjugend
österreich

IN KOOPERATION MIT

Almdudler



wahrnehmen | beurteilen | entscheiden



AUSBILDUNGSTERMINE KLETTERN | BIKE 2016

RNF
KLETTERN

LEVEL 01 | TRAININGSSSESSION

ÖTZTAL: MI 25.05. – SO 29.05.2016

PEILSTEIN: MI 06.07. – SO 10.07.2016

WACHAU: DO 11.08. – MO 15.08.2016

LEVEL 02 | NEXT LEVEL

GRAZER BERGLAND:

MI 07.09. – SO 11.09.2016

CHILL OUT

FERIENWIESE | WEISSBACH BEI LOFER:

FR 16.09. – SO 18.09.2016

RNF
BIKE

LEVEL 01 | TRAININGSSSESSION

SÖLDEN: SA 02.07. – MI 06.07.2016

SAALBACH-HINTERGLEMM:

MI 14.09. – SO 18.09.2016

RNF
KIDS

BIKE'N'CLIMB

FERIENWIESE | WEISSBACH BEI LOFER:

SO 14.08. – SA 20.08.2016

INFOS & ANMELDUNG ZU RISK'N'FUN KLETTERN | BIKE:

WWW.RISK-FUN.COM

