

# Leiterhandbuch Notfallmanagement für Freizeiten

## Inhaltsverzeichnis

|   |           |   |
|---|-----------|---|
| ✓ | <b>1</b>  | <b>Risikomanagement</b>   |
| ✓ | <b>2</b>  | <b>Rahmenorganisation</b>   |
| ✓ | <b>3</b>  | <b>Team</b>   |
| ✓ | <b>4</b>  | <b>Teilnehmende</b>   |
| ✓ | <b>5</b>  | <b>Programm</b>   |
| ✓ | <b>6</b>  | <b>Der Notfall/Krisenfall tritt ein</b>   |
| ✓ | <b>7</b>  | <b>Öffentlichkeitsarbeit im Krisenfall</b>  |
| ✓ | <b>8</b>  | <b>Hilfe bei Verletzungen und Krankheit</b>   |
| ✓ | <b>9</b>  | <b>Der Krisenfalls tritt ein – Selbstverletzendes Verhalten/Suizid während der Maßnahme</b> |
| ✓ | <b>10</b> | <b>Der Krisenfall tritt ein – sexueller Übergriff während der Maßnahme</b>                  |
| ✓ | <b>11</b> | <b>Der Krisenfall tritt ein – Todesfall während der Maßnahme</b>                            |
| ✓ | <b>12</b> | <b>Küche</b>  |
| ✓ | <b>13</b> | <b>Finanzen</b>   |

# Inhaltsübersicht Rubrik Risikomanagement

---

*Diese Rubrik gibt eine Einführung und ist als Hintergrundinfo für die Leitung der Aktivität/Freizeit gedacht*

---

- ✓ Vom Basisrisiko zum minimierten Restrisiko
- ✓ Der 4xBlick als Analyseinstrument vor & während der Aktion
- ✓ Das Ampelmodell zur Entscheidungsfindung
- ✓ Risikoeinschätzung – Fragenkatalog vor und während der Freizeit
- ✓ PROBAK-Model zur Entscheidungsfindung
- ✓ Der Krisenplan – Eine Einführung
- ✓ Tipps für den Krisenfall
- ✓ Konkrete Schritte im Krisenfall – der 4fach-Blick auf den Krisenfall
- ✓ Öffentlichkeitsarbeit – Ein Überblick

# Risikomanagement für Aktivitäten in der Jugendarbeit

**Schlüsselfrage:** Bin ich mit der richtigen Einstellung, zum richtigen Zeitpunkt, mit der richtigen Gruppe und mit der richtigen Ausrüstung am richtigen Ort?

## Vom Basisrisiko zum minimierten Restrisiko:

### Basisrisiko:

Alle Unternehmungen in Naturräumen oder in Gebäuden, in denen objektive Gefahren vorzufinden sind bergen in sich Risiken, die sogenannten Basisrisiken. Diese sind beim Individuum, aber auch in der Umgebung oder dem verwendeten Material zu verorten

Bsp.: Mangelnde Kondition, Koordination, Erfahrung, Müdigkeit, Missverständnisse, falsches Verhalten, veraltetes Material, Straßen, Flüsse, ...

### Restrisiko:

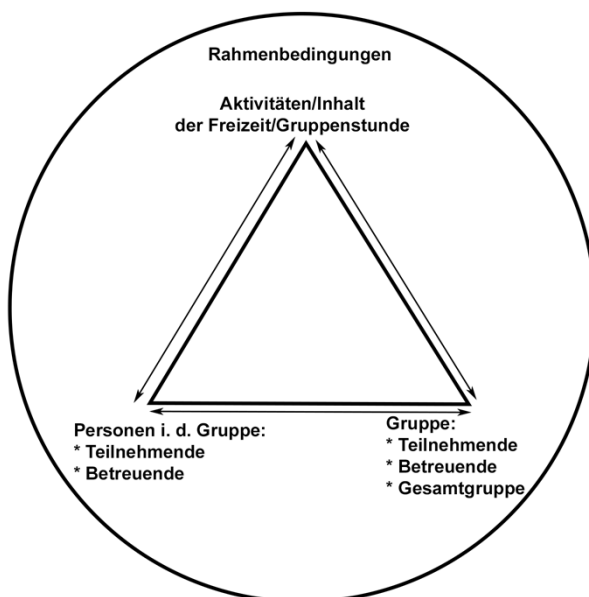
Trotz präventiver Maßnahmen können Krankheiten ausbrechen, Ereignisse eintreten, Personen unerwartet reagieren oder Personen halten sich nicht an Absprachen. Auch das Material oder die Situation können Überraschungen beinhalten. Z. B. lässt sich das Wetter nie genau vorhersagen

Ein Restrisiko bleibt also trotz getroffener Vorsichtsmaßnahmen immer, da nicht alles vollständig zu kontrollieren ist.

*Die Basisrisiken einer Aktion/Unternehmung müssen erkannt werden, bevor man sie zu vertretbaren Restrisiken minimieren kann. Wichtig: Einzelfaktoren immer in einem Gesamtzusammenhang und in ihrer Wechselwirkung analysieren.*

## Der 4xBlick als Analyseinstrumente vor & während der Aktion:

Der Vierfachblick hilft alle Aspekte einer Situation in den Blick zu nehmen:



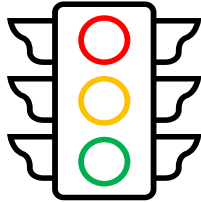
Die vier Aspekte sind (konkrete Fragen s. nächste Seite):

- ☉ Die Individuen in der Gruppe (Teilnehmende & Teamer)
- ☉ Die Gruppe (Teilnehmende als Gruppe, Teamer als Gruppe & Gesamtgruppe)

- Die Rahmenbedingungen.
- Das Programm an sich

## Das Ampelmodell zur Entscheidungsfindung

Nach der Analyse erfolgt die Entscheidungsfindung, ob eine Unternehmung/Aktion stattfinden kann. Dafür gibt es unterschiedliche Modelle. Das Ampelmodell bewertet die Restrisiken in drei Stufen:



Rot: sehr hohes Risiko → Verzicht auf Aktion

Gelb: Mittleres Risiko → Aktion kann laufen, weitere  
Vorsichtsmaßnahmen & Abwägung notwendig

Grün: Geringes Risiko → Aktion läuft normale Aufmerksamkeit

*Abwägung: Vorsichtsmaßnahmen vs. Risiko. Die Entscheidung sollte den Teilnehmenden immer transparent gemacht werden*

## Fragen zur Risikoeinschätzung vor der Freizeit/Gruppenstunde:

Leitfrage Planung & Ziel einer Aktion/Aktivität: **Was wird Wo mit welchem Material gemacht?**

- Worin genau besteht die Aktivität, im Großen und im Kleinen?
- Fahrzeuge, Werkzeuge, Seile, Kochutensilien, sonstiges Material
- Gefahrenquellen im /am Gelände; im/am Haus
- Notfallausrüstung, Reiseapotheke
- Anspruch, Länge der geplanten Aktion (z. B. Wanderung, Kanufahren, Klettern)
- Was soll mit der geplanten Aktion erreicht oder unterstützt werden?
- Passt die Aktion zum Gruppenprozess, zur Gruppe und zum Individuum?

Leitfrage Teilnehmer: **Wer kommt mit?**

- Welche psychischen und physischen Voraussetzungen bringen die Teilnehmenden mit?
- Merkmale der Teilnehmenden: Alter, Geschlecht, Herkunft
- Kennen die Teilnehmenden die geplanten Aktionen, sind sie dazu in der Lage?
- Welche Bedürfnisse gibt es bei den Teilnehmern?
- Welche Erwartungen motivieren sie? Welche Ängste hemmen sie?
- Kennen die Teilnehmenden die EJ, ihre Kultur; den Ort der Veranstaltung?
- Welche Vorerfahrungen haben die Einzelnen, mit welcher Einstellung und welchen Erwartungen kommen sie?
- Welche Widerstände können vorhanden sein, gegen das Team/Themen/Aktionen

Leitfrage BetreuerIn/Team: **Wie bin ich/wir vorbereitet?**

**Zusätzlich zu den Teilnehmenden-Fragen, sollten folgende Fragen beim Team gestellt werden:**

- Wie ist die eigene Fachkompetenz für die geplante Aktion, die mentale Vorbereitung, Kondition, gesundheitliche Verfassung, physischer Zustand?
- Habe ich alle nötigen Informationen und eine systematische Taktik?
- Kennt sich das Team und kann sich aufeinander verlassen?
- Sind alle Absprachen getroffen?
- Wie sind meine Motivation und meine eigene Risikobereitschaft und die von meinem Team?
- Kennen wir die Teilnehmenden? Welche Gefühle & Meinungen haben wir zu diesen?
- Welche Rolle habe ich im Team und bin ich damit zufrieden?

Leitfragen Gruppe: **Wie wächst die Gruppe gut zusammen**

- Wie ist die Gruppensituation derzeit?
- Wie ist das Klima, die Atmosphäre?
- Wieviel Vertrauen/Misstrauen besteht?
- Welche Aufgaben gibt es, wie können diese verteilt und wahrgenommen werden?
- Wie verläuft die Kommunikation

Leitfrage Rahmenbedingungen: **Was beeinflusst uns von außen?**

- Welche Interessen haben die Eltern, der Staat, die Gesellschaft, der Verband?
- Welche Bedingungen sind in Bezug auf Wetter, Unterkunft, Gelände, Kooperationspartner, andere Gruppen vor Ort zu beachten?
- Gibt es beeinflussende externe Nachrichten oder Ereignisse (z. B. Todesnachricht aus Familie eines TN oder Geburtstage)?
- Im Ausland besondere Rahmenbedingungen: Sprache, Impfungen, Hygiene, politische Situation, Sitten & Gebräuche, Währung, Infrastruktur
- Welche Notwendigkeiten bestehen, um die Aktion durchzuführen?

*Durch die Vorüberlegungen und das Überlegen von Alternativen lassen sich im Vorfeld bereits Konsequenzen ableiten. Leitung/Team wird weniger von Veränderungen überrascht. Vor allem erlauben Alternativen in der Planung ein flexibles Reagieren, denn planen ist inneres Probedandeln*

## **Fragen zur Risikoeinschätzung während der Freizeiten:**

Die Fragen vor der Freizeit können jederzeit erneut gestellt werden. Diese ergänzen nur:

Leitfrage Gelände/Aktion: **Wie ist die Situation vor Ort?**

- Stimmen die Verhältnisse mit meiner Planung überein?
- Was bedeuten Abweichungen für die Aktion, für die weitere Zeitplanung?
- Passt die Aktion nach wie vor in den Gruppenprozess/zur Gruppe; gibt es Alternativen?
- Haben wir alle Materialien dabei und auf Sicherheit überprüft?

Leitfrage Teilnehmer & Gruppe: **Wie und was läuft unterwegs?**

- Sind die TN in die Gruppe integriert; haben sie ihren Platz gut gefunden und fühlen sich wohl?
- Halten sich die Teilnehmer an die Regeln? Stellen sie neue auf?
- Sind die Teilnehmenden (gesundheitlich) fit
- Sind die TN den Herausforderungen gewachsen und an Gefahrenquellen diszipliniert?
- Brauchen sie eine Pause, Flüssigkeit, Kohlenhydrate, Zuspruch
- Sind sie konzentriert und motiviert bei der Sache?
- Welche Stimmungen und Gefühle sind gerade in der Gruppe?
- Gibt es Konflikte, Ereignisse, die die Stimmung beeinflussen

Leitfrage BetreuerIn/Team: **Wie ist es für mich gerade als Leiter/Teamer?**

- Bin ich mit meiner Situation und der Situation der Gruppe/dem Team zufrieden?
- Kann ich die aktuellen Verhältnisse so neutral wie möglich wahrnehmen und beurteilen?
- Kann ich einen Kompromiss eingehen? Brauche ich etwas, um gut agieren zu können?
- Lenkt mich gerade etwas von meiner Tätigkeit ab?
- Spüre ich den Rückhalt im Team?
- Bin ich selbst (gesundheitlich) fit und konzentriert genug für die Aufgabe?

Leitfrage Rahmenbedingungen: **Was beeinflusst uns von außen?**

- Haben sich die Rahmenbedingungen plötzlich gegenüber der Planung verändert?
- Gibt es Neuigkeiten, die Einfluss haben? Sollten diese zum Thema gemacht werden?

*Sorgfältige Planung und die mentale Vorwegnahme von Szenarien/Situationen erleichtern im Krisenfall Entscheidungen, weil auf bereits gesammelte Informationen, Handlungsoptionen und Strukturen schnell zugegriffen werden kann.*

### **PROBAK, eine Alternative zur systematischen Entscheidungsfindung:**

- P = Problem erfassen:            Wie ist die Situation einzuschätzen, wo liegen die Knackpunkte, wie hoch kann das Schadensausmaß sein?
- R = Ressourcen abklären:        Zeit, Personen, Hilfe von außen, Finanzen, Wissen, usw.
- O = Optionen finden:            Handlungsmöglichkeiten sammeln prüfen. Nicht immer ist die erste Idee die beste.
- B = Beschluss fassen:            Nach sorgfältiger Abwägung Entscheidung treffen und informieren
- A = Aufgaben zuweisen:         Nach Anzahl der Betreuer und Kompetenzen dieser, Aufgaben zugeteilt und im Notfall oder zur Prävention ausgeführt
- K = Kontrolle der Ziele:         Wurde alles korrekt umgesetzt? Was hat es gebracht? Ist ein neues Problem aufgetaucht?

*Zeitdruck ist der Feind des Denkens und sollte in Entscheidungssituationen vermieden werden.*

# Der Krisenplan – Eine Einführung

## Anforderungen an den Krisenplan:

- Eine verantwortliche Person ist rund um die Uhr erreichbar
- Es gibt eine funktionierende Öffentlichkeitsarbeit
- Die seelsorgerische Begleitung der Beteiligten ist sichergestellt
- Die Gruppenleitenden/Freizeitleitenden/Teamer:innen und die Teilnehmenden werden umfassend unterstützt
- Die Mitarbeitenden werden nichtüberlastet
- Das Tagesgeschehen kann weiter gehen

## Bestandteile eines Krisenplans

- Aufgabenverteilung: Zu Hause (Krisenstab & Ansprechpartner:innen) und vor Ort
- Konkrete Handlungsanweisungen für den Notfall/die Krise mit Checklisten, Notfalllisten
- Leiterhandbuch/Krisenmappe und evtl. Notfallkalender

## So handeln wir präventiv:

- Einen Krisenplan mit Hilfe der Vorlagen erstellen
- Risikoeinschätzungen durchführen und aufgrund dessen Vorsichtsmaßnahmen ergreifen
- Im Vorfeld Aufgabenverteilung für den Krisenfall absprechen und konkret zuteilen
- Krisenmappe/Leiterhandbuch für vor Ort anlegen und durchsprechen. Absprachen, Checklisten abheften
- Identische Kopie der Krisenmappe/Leiterhandbuch mit Teilnehmendeninfos im Büro hinterlegen
- Rufbereitschaft, Krisenteam, Backup im Notfall mit Hauptberuflichen abklären

## Leitung im Krisenfall:

Die (Gruppen-)Leitung hat im Krisenfall folgende Aufgaben:

- Entscheidungen treffen, was notwendig ist und was jetzt gemacht wird.
- Delegieren!
- Leute konkret ansprechen und Aufgabe zuteilen: Klare und zielstrebige Anweisungen geben!
- Kontrolle bei der Erledigung von zugeteilten Aufgaben
- Präsent sein und Überblick behalten, sonst nichts Konkretes tun!
- Leitung nimmt Hilfsangebote z. B. von außen durch Eltern, Kriseninterventionsteam an; oder lehnt sie ab. Niemand sonst!
- Dafür sorgen, dass die ersten Stunden, die Chaosphase, überstanden wird:  
Motto: Mit dem, was man hat zurechtkommen.

## Beispiel-Schaubild eines Krisenteams

Auf der nächsten Seite ist ein Beispiel-Organigramm für ein Krisenteam in eingefügt. Es muss geprüft werden, ob tatsächlich alle Positionen besetzt werden können oder ob es angepasst werden muss.

Die Leitungspersonen im Organigramm erhalten Zugriff auf alle relevanten Daten, also jeweils ein Leiterhandbuch und/oder einen digitalen Datenträger mit den Infos. Im Handbuch muss nicht unbedingt das ausgefüllte Organigramm liegen, da alle Informationen durch die verschiedenen Infobögen erfasst sind.

Hauptamtlicher der Institution:  
Vertretung:

Sekretariat:  
Vertretung:

Leitung Krisenteam:  
Vertretung:

Krisenteam am Ort der Maßnahme

Krisenteam am Ort der Maßnahme

Leitung am Ort der Maßnahme:  
Notfallhandy:  
Vertretung:

Öffentlichkeitsarbeit:  
Vertretung:  
Erreichbar unter:

Freizeitteam:  
1.  
2.  
3.  
4.  
5.  
6.  
7.  
8.  
9  
.  
Kontaktdaten,.... in extra Liste

Vertreter Gesamtorganisation (Dekan/Regionalbischof/  
Landesbischof):  
Vertretung:  
Erreichbar unter:

Telefondienst:  
Vertretung:  
Erreichbar unter:

Hilfsdienste vor Ort: (Botschaft/Konsulat/Ärzte,...)  
s. separate Liste

Notfallseelsorge:  
Vertretung:  
Erreichbar unter:

Assistenzdienste:  
Vertretung:  
Erreichbar unter:



## Tipps für den Krisenfall

### Das muss bedacht werden, wenn ich als Leitung eine Aktivität plane – eine Auswahl:

Diese Auswahl soll helfen einen ersten Eindruck zu bekommen, an was alles gedacht werden muss, um Risiken zu minimieren und Präventivmaßnahmen zu ergreifen:

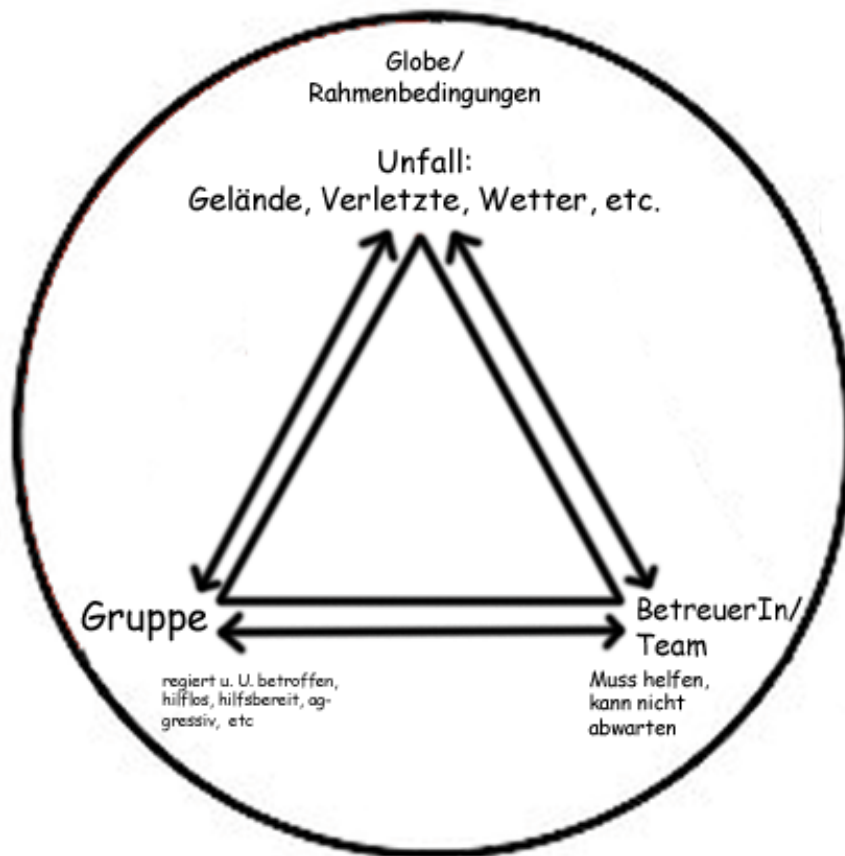
- Bei Teamzusammenstellung auch die nötigen Kompetenzen für die Aufgabenverteilung beachten. (z. B. Sanitäter:in, Feuerwehrler:in, Küchenerfahrung, Rettungsschwimmer:in, etc.)
- Bei Auslandsfreizeit ist eine noch exaktere Planung notwendig, da die Infrastruktur fehlt, Gesetze, Kultur, Verhalten und Erwartungen anders sind.
- Eine Risikobewertung der einzelnen Aktionen auf der Freizeit durchführen
- Je höher der Verletzungsgrad, desto persönlicher die Überbringung der Nachricht an Angehörige
- Präventivmaßnahmen ergreifen, z. B. Wasser in der Nähe von Lagerfeuer bereithalten
- Im Krisenfall nicht versuchen allein zu agieren, sondern schnellstmöglich Hilfe anfordern z. B. Notfallseelsorger über Rettungsleitstelle anfordern; Kriseninterventionsteam (KiT) und Zusatzbetreuer anfordern.
- Evtl. mit Teilnehmenden Hilfe-Schreien und das Ansprechen von Passanten üben, um Hilfe zu bekommen.
- Genügend Autofahrer einplanen

### Transparenz und Aufgabenverteilung:

- Transparenz gegenüber dem Krisenteam, externe Hilfskräfte wie Feuerwehr ist wichtig und führt zur schnelleren und zielgerichteten Hilfeleistung.
- Gegenüber der Presse und Angehörigen ist zwar Transparenz ebenfalls wichtig, aber es sollten die Informationen gezielt, bewusst und vor allem nur von einer Person, die für die Pressearbeit zuständig ist, rausgegeben werden.
- Transparenz ist für die Gruppe, wichtig, deswegen sollte eine Person für den Informationsfluss in der Gruppe zuständig sein. Denn nicht immer bekommen alle Teilnehmer alles mit.
- Es sollte im Vorfeld eine Liste mit Aufgaben und Zuständigkeiten im Team angelegt werden. Folgende Aufgaben sollten in den Händen oder unter Aufsicht von Teamer sein:
  - Evtl. Behelfsmäßige Evakuierung eines Verletzten
  - Dokumentation der Ereignisse
  - Kontakthalten mit Hauptberuflichen, Krisenstab, .....
- Neben den Teamern können auch Teilnehmende eingebunden werden, das steigert die Selbstwirksamkeit und senkt die Hilflosigkeit, was wesentlich für das psychische Befinden ist. Aufgaben die von Teilnehmenden übernommen werden können:
  - Material holen (z. B. Decken, Erste-Hilfe-Material, Windschutz, ....)
  - Feuer machen, Tee zubereiten, Imbiss zubereiten Betreuungsaufgaben bei Verletzten übernehmen
  - Ein Betreuer oder geeigneter Teilnehmer kann mit dem Rest der Gruppe zum Lager/Haus zurück gehen.
  - Ein Betreuer/Teilnehmer könnte dem Rettungspersonal entgegenlaufen, vor allem in unübersichtlichem Gelände

*Aufgaben namentlich verteilen! Anonymes Ansagen in die Gruppe führt häufig zu nichts!*

**Konkrete Schritte im Krisenfall – Der 4fach-Blick auf den Krisenfall:**



**Die Notfallchecklisten befinden sich ausgedruckt  
in der Rubrik – Der Notfall tritt ein**

# Öffentlichkeitsarbeit - Ein Überblick

## Öffentlichkeitsarbeit - Warum?

Durch die modernen Kommunikationsmittel gelangen ungezielte Informationen sehr schnell an die Presse und werden rücksichtslos und gewinnbringend ausgeschlachtet. Um dies zu verhindern bzw. eine gezielte und sachliche Information der Eltern und der Öffentlichkeit zu gewährleisten und damit auch Selbstschutz zu betreiben, gehört die Öffentlichkeitsarbeit im Krisenfall ebenso dazu wie konkrete Rettungsmaßnahmen.

## Aufgaben der Öffentlichkeitsarbeit:

- alle Informationen zum Krisenfall sammeln
- sie den Interessen der Adressaten nach entsprechend sortieren, bewerten und aufarbeiten
- auf angemessenem Weg an die jeweiligen Empfänger weiter reichen
- Kommunikation intern Angehörigen, Presse und Öffentlichkeit
- So gut wie möglich die Informationshoheit (zurück-) gewinnen

## Zielgruppen der Öffentlichkeitsarbeit:

- Eltern und Angehörige
- Polizei und Rettungsdienste
- Medien und die breite Öffentlichkeit

## Öffentlichkeitsarbeit zu Hause:

- Presseartikel verfassen, evtl. Pressekonferenzen einberufen
- Kontakt zur Presse halten
- Ansagen auf den Anrufbeantworter und die Homepage dem Ereignis entsprechend aktualisieren
- Kontakt mit den Eltern halten und Informationen weitergeben
- Soziale Medien in dem Blick behalten und auch hier sachgemäße Post absetzen, Kommunikation auf eigene Plattformen lenken und unsachgemäße Postings sachgemäß kommentieren.

## Wer verantwortet und führt die Öffentlichkeitsarbeit durch?

- Im Idealfall stehen sowohl vor Ort des Geschehens und zu Hause im Krisenstab eine Person der Presse und Öffentlichkeit zur Verfügung. Dies sollten Personen sein, die nicht in andere Aufgaben der Krisenbewältigung involviert sind.
- Vor Ort kann das z. B. der Dekanatsjugendreferent sein. Auf keinen Fall sollte das dem Zufall überlassen werden und alle Teamer, die angesprochen werden, dürfen keine eigenen Interviews, etc. geben. Wenn es möglich ist, sollte ein Profi von Zu Hause dazu kommen.
- Zu Hause sollte es ein Pressesprecher und offizielles Organ der Institution sein. Es gilt: je größer der Schaden, um so höher sollte die Person in der Hierarchie stehen. Es bedarf also unter Umständen sogar den/die Landesbischof/Landesbischöfin

## Besonderheiten der Kommunikation im Krisenfall:

- Es besteht Zeitdruck, da alle möglichst umfangreich informiert werden wollen und durch die Digitalisierung viele Menschen sehr schnell Informationen verbreiten können.
- Betroffene und Schaulustige sind oft schneller mit der Informationsweitergabe als das mit der Krisenbewältigung beschäftigten Team. Deswegen können sich auch schnell zu Fehlalarmen, Falschinformationen und Shitstorms kommen.
- Die Öffentlichkeit ist wissbegierig und rücksichtslos.

### **Unsere Devise der Kommunikation im Krisenfall:**

- Offene Informationspolitik gegenüber Eltern, Behörden und der Öffentlichkeitsarbeit. Fehler und Schwierigkeiten dürfen benannt werden. Nichtwissen darf formuliert werden. Betroffenheit und Emotionen haben ihren Platz
- Prioritäten setzen: Den Fakten werden gezielt, selektiv und authentisch von ausgewählten Personen weitergegeben. Dabei haben Angehörige und Behörden Vorrang. Um das tun zu können, sind viele Informationen und Rahmenfakten im Vorfeld gesammelt und griffbereit in dem Notfallordner abgelegt.
- Souverän bleiben: Die Zügel nicht aus der Hand nehmen lassen. Freundlich, offen und respektvoll bleiben.
- Klare Botschaften vermitteln: Pointierte Aussagen, persönliche Haltung und Eindrücke vor Pseudo-Objektivität und lange Ausführungen.
- Nur auf Fragen beantworten, deren Antwort gesichert ist.
- Keine Schuldzuweisungen oder Schuldbekennnisse abgeben

### **Methoden der Öffentlichkeitsarbeit & Pressearbeit:**

- Pressemitteilung: Information über Ereignisse oder über eine Stellungnahme zu einem Sachverhalt. Sie ist für Zeitungen und Homepages gedacht. Sie ist sachlich, basiert auf Fakten und gibt keine Wertung ab. Sie beantwortet die W-Fragen: Was (Geschah)?, Wer (ist betroffen/beteiligt/verantwortlich)? Wann, Wo, Wie, Warum (geschah es)? Sie beinhaltet zudem Informationen zur Organisation, Kontaktdaten und Ansprechpartner:innen. Sie kann per Fax, Mail, Brief verschickt werden.
- Pressebericht: Information über Ereignisse. Er klärt über Zusammenhänge auf und liefert Hintergrundinformationen und lässt Beteiligte zu Wort kommen. Sie ist für Zeitungen und Homepages gedacht. Sie ist sachlich, basiert auf Fakten und gibt keine Wertung ab. Sie beantwortet die W-Fragen: Was (Geschah)?, Wer (ist betroffen/beteiligt/verantwortlich)? Wann, Wo, Wie, Warum (geschah es)? Sie beinhaltet zudem Informationen zur Organisation, Kontaktdaten und Ansprechpartner:innen. Sie kann per Fax, Mail, Brief verschickt werden.
- Presskonferenz: Information durch beteiligte Organisationen und Behörden. Sie liefern den aktuellen Stand der Geschehnisse und beantworten Rückfragen von Journalisten.

**Die Checklisten und Vorlagen für die Öffentlichkeitsarbeit im Krisenfall**

**befinden sich ausgedruckt**

**in der Rubrik – Der Notfall tritt ein**

# Fragen zur Risikoeinschätzung vor der Freizeit/Gruppenstunde:

Leitfrage Planung & Ziel einer Aktion/Aktivität: **Was wird Wo mit welchem Material gemacht?**

- Worin genau besteht die Aktivität, im Großen und im Kleinen?
- Fahrzeuge, Werkzeuge, Seile, Kochutensilien, sonstiges Material
- Gefahrenquellen im /am Gelände; im/am Haus
- Notfallausrüstung, Reiseapotheke
- Anspruch, Länge der geplanten Aktion (z. B. Wanderung, Kanufahren, Klettern)
- Was soll mit der geplanten Aktion erreicht oder unterstützt werden?
- Passt die Aktion zum Gruppenprozess, zur Gruppe und zum Individuum?

Leitfrage Teilnehmer: **Wer kommt mit?**

- Welche psychischen und physischen Voraussetzungen bringen die Teilnehmenden mit?
- Merkmale der Teilnehmenden: Alter, Geschlecht, Herkunft
- Kennen die Teilnehmenden die geplanten Aktionen, sind sie dazu in der Lage?
- Welche Bedürfnisse gibt es bei den Teilnehmern?
- Welche Erwartungen motivieren sie? Welche Ängste hemmen sie?
- Kennen die Teilnehmenden die EJ, ihre Kultur; den Ort der Veranstaltung?
- Welche Vorerfahrungen haben die Einzelnen, mit welcher Einstellung und welchen Erwartungen kommen sie?
- Welche Widerstände können vorhanden sein, gegen das Team/Themen/Aktionen

Leitfrage BetreuerIn/Team: **Wie bin ich/wir vorbereitet?**

**Zusätzlich zu den Teilnehmenden-Fragen, sollten folgende Fragen beim Team gestellt werden:**

- Wie ist die eigene Fachkompetenz für die geplante Aktion, die mentale Vorbereitung, Kondition, gesundheitliche Verfassung, physischer Zustand?
- Habe ich alle nötigen Informationen und eine systematische Taktik?
- Kennt sich das Team und kann sich aufeinander verlassen?
- Sind alle Absprachen getroffen?
- Wie sind meine Motivation und meine eigene Risikobereitschaft und die von meinem Team?
- Kennen wir die Teilnehmenden? Welche Gefühle & Meinungen haben wir zu diesen?
- Welche Rolle habe ich im Team und bin ich damit zufrieden?

Leitfragen Gruppe: **Wie wächst die Gruppe gut zusammen**

- Wie ist die Gruppensituation derzeit?
- Wie ist das Klima, die Atmosphäre?
- Wieviel Vertrauen/Misstrauen besteht?
- Welche Aufgaben gibt es, wie können diese verteilt und wahrgenommen werden?
- Wie verläuft die Kommunikation

Leitfrage Rahmenbedingungen: **Was beeinflusst uns von außen?**

- Welche Interessen haben die Eltern, der Staat, die Gesellschaft, der Verband?
- Welche Bedingungen sind in Bezug auf Wetter, Unterkunft, Gelände, Kooperationspartner, andere Gruppen vor Ort zu beachten?
- Gibt es beeinflussende externe Nachrichten oder Ereignisse (z. B. Todesnachricht aus Familie eines TN oder Geburtstage)?

- Im Ausland besondere Rahmenbedingungen: Sprache, Impfungen, Hygiene, politische Situation, Sitten & Gebräuche, Währung, Infrastruktur
- Welche Notwendigkeiten bestehen, um die Aktion durchzuführen?

## **Fragen zur Risikoeinschätzung während der Freizeiten:**

Die Fragen vor der Freizeit können jederzeit erneut gestellt werden. Diese ergänzen nur:

Leitfrage Gelände/Aktion: **Wie ist die Situation vor Ort?**

- Stimmen die Verhältnisse mit meiner Planung überein?
- Was bedeuten Abweichungen für die Aktion, für die weitere Zeitplanung?
- Passt die Aktion nach wie vor in den Gruppenprozess/zur Gruppe; gibt es Alternativen?
- Haben wir alle Materialien dabei und auf Sicherheit überprüft?

Leitfrage Teilnehmer & Gruppe: **Wie und was läuft unterwegs?**

- Sind die TN in die Gruppe integriert; haben sie ihren Platz gut gefunden und fühlen sich wohl?
- Halten sich die Teilnehmer an die Regeln? Stellen sie neue auf?
- Sind die Teilnehmenden (gesundheitlich) fit
- Sind die TN den Herausforderungen gewachsen und an Gefahrenquellen diszipliniert?
- Brauchen sie eine Pause, Flüssigkeit, Kohlenhydrate, Zuspruch
- Sind sie konzentriert und motiviert bei der Sache?
- Welche Stimmungen und Gefühle sind gerade in der Gruppe?
- Gibt es Konflikte, Ereignisse, die die Stimmung beeinflussen

Leitfrage BetreuerIn/Team: **Wie ist es für mich gerade als Leiter/Teamer?**

- Bin ich mit meiner Situation und der Situation der Gruppe/dem Team zufrieden?
- Kann ich die aktuellen Verhältnisse so neutral wie möglich wahrnehmen und beurteilen?
- Kann ich einen Kompromiss eingehen? Brauche ich etwas, um gut agieren zu können?
- Lenkt mich gerade etwas von meiner Tätigkeit ab?
- Spüre ich den Rückhalt im Team?
- Bin ich selbst (gesundheitlich) fit und konzentriert genug für die Aufgabe?

Leitfrage Rahmenbedingungen: **Was beeinflusst uns von außen?**

- Haben sich die Rahmenbedingungen plötzlich gegenüber der Planung verändert?
- Gibt es Neuigkeiten, die Einfluss haben? Sollten diese zum Thema gemacht werden?

# Risikobewertungen & Maßnahmen bei Aktivitäten auf Freizeiten

Risiken im Programm (z. B. Risikosportarten wie Kanu, Klettern; Fahrradfahren, Schwimmbad,...):

---

---

---

---

---

---

Risiken Rahmenbedingungen (z. B. Gelände, Klima, Lage, Gebäude, Abhängigkeiten, Transport):

---

---

---

---

---

---

Risiken bei den Teilnehmenden (z. B. körperliche/psychische Beeinträchtigungen, viele Neue):

---

---

---

---

---

---

Risiken bei den Teamern (z. B. körperliche/psychische Beeinträchtigungen, viele Neue):

---

---

---

---

---

---

Was wird/wurde getan, um mit den Risiken umzugehen? (z. B. Schulungen, Anleitungen vor Ort, Besichtigungen, Fachmann gebucht,... Versicherungen):

---

---

---

---

---

---

Wie wurden/werden die Teilnehmenden auf riskante Freizeitangebote vorbereitet?? (z. B. Schulungen, Anleitungen vor Ort, Besichtigungen, .....):

---

---

---

---

---

---

# Risikobewertungen & Maßnahmen bei Aktivitäten auf Freizeiten

Risiken im Programm (z. B. Risikosportarten wie Kanu, Klettern; Fahrradfahren, Schwimmbad,...):

---

---

---

---

---

---

Risiken Rahmenbedingungen (z. B. Gelände, Klima, Lage, Gebäude, Abhängigkeiten, Transport):

---

---

---

---

---

---

Risiken bei den Teilnehmenden (z. B. körperliche/psychische Beeinträchtigungen, viele Neue):

---

---

---

---

---

---

Risiken bei den Teamern (z. B. körperliche/psychische Beeinträchtigungen, viele Neue):

---

---

---

---

---

---

Was wird/wurde getan, um mit den Risiken umzugehen? (z. B. Schulungen, Anleitungen vor Ort, Besichtigungen, Fachmann gebucht,... Versicherungen):

---

---

---

---

---

---

Wie wurden/werden die Teilnehmenden auf riskante Freizeitangebote vorbereitet?? (z. B. Schulungen, Anleitungen vor Ort, Besichtigungen, .....):

---

---

---

---

---

---



## Inhaltsübersicht Rubrik Rahmenorganisation

---

*Diese Rubrik beinhaltet alle wichtigen Informationen, Verträge, Kopien von Dokumenten (z. B. Fahrzeugschein) und ausgefüllte Dokumente sowie Formularvorlagen zur Rahmenorganisation.*

*Für die Leitung der Aktivität/Freizeit und im Notfall zur Weitergabe an Behörden und Hilfsdiensten gedacht*

---

- ✓ Datenerhebungsbogen für Behörden im Notfall - ausgefüllt
  
- ✓ Liste wichtiger Telefonnummern von ...
  - zu Hause, Krisenteam, ....
  
  - vor Ort der Maßnahme
  
  - Versicherungen, Hotline, Krisenteams, ....
  
- ✓ Krisenplan – ausgefüllt
  
- ✓ Vorlagen für Datenerhebungsbogen – leer

## Liste mit wichtigen Telefonnummern & Infos für den Notfall

Zu Hause im Dekanat/Kirchengemeinde

Kooperationspartner:

Dekanatsjugendreferent:in: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Dekanatsjugendpfarrer:in: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Dekan:in \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Notfallseelsorger: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Sonstige: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Sonstige: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Krisenteam & Backup, falls von oben abweicht:

Stellvertretung:

Person 1: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Person 2: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Person 3: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Rufnummern und Infos zu Versicherungen und Hilfsdiensten, bei denen Die EJ Mitglied ist:

Versicherung (z. B. Busse, Material, Personen, Gebäude) 1:

Versicherungsnr.: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_ Tel.: \_\_\_\_\_

Hotline/Schadensmeldung: \_\_\_\_\_

Versicherung/Mitgliedschaft (z. B. Busse, Material, Personen, Gebäude) 2:

Versicherungsnr.: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_ Tel.: \_\_\_\_\_

Hotline/Schadensmeldung: \_\_\_\_\_

### Nationale Notrufnummern

|  |                    |
|--|--------------------|
| Rettungsdienst / Feuerwehr               | 112                |
| Polizei                                  | 110                |
| Giftinformationzentrum                   | 0551 - 1 92 40     |
| Deutsche Rettungswacht                   | 0711 - 70 10 70    |
| Ambulance Service des ADAC               | 089 - 76 76 76     |
| AOK/ ADAC Vermittlung von Ärzten vor Ort | 089 - 76 76 42 00  |
| Suchmeldung per Radio europaweit         | 0180 - 510 11 12   |
| Auswärtiges Amt:                         | 01 888 - 17-0      |
| Internationales Rotes Kreuz              | 41 (22) - 730 4222 |
| Ärztl. Bereitschaftsdienst Bayern        | 01805 - 191212     |
| Deutscher Wetterdienst                   | 0180-591391        |

### Notrufnummern International

Die 112 gilt für alle internationale Handynetze (mit GSM-Standard). Die Notrufnummer 112 soll auch innerhalb des gesamten europäischen Festnetzes als Notrufnummer fungieren. Darüber hinaus gelten folgende nationale Notrufnummern:

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <b>Belgien</b><br>Rettungsdienst 100<br>Polizei 101<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00322 - 7871800                   | <b>Irland</b><br>Rettungsdienst 999/112<br>Polizei 999/112<br>Dt. Auswertiges Amt<br>003531 - 2693011 | <b>Österreich</b><br>Rettungsdienst 144<br>Polizei / Gendarmerie 133<br>Feuerwehr-Notruf 122<br>Euro-Notruf (Handy) 112<br>Bergrettung 140<br>Seelsorge-Notruf 142<br>Strassendienst 120<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00431 - 711540 | <b>Schweiz</b><br>Rettungsdienst 144<br>Polizei 117<br>Feuerwehr-Notruf 118<br>Sanitäts-Notruf 144<br>REGA-Rettung 1414<br>Pannenhilfe 140<br>Dargebotene Hand 143<br>Vergiftungen 145<br>Hilfe für Jugendliche 147<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004131 - 3594111 |
| <b>Bulgarien</b><br>Rettungsdienst 150<br>Polizei 160<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003592 - 918380                 | <b>Italien</b><br>Rettungsdienst 118<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003906 - 492131        | <b>Polen</b><br>Rettungsdienst 999<br>Polizei 997<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004822 - 5841700  | <b>Slowakische Republik</b><br>Rettungsdienst 155<br>Polizei 158<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004212 - 59204400   |
| <b>Dänemark</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0045 - 35459900                  | <b>Kroatien</b><br>Rettungsdienst 94<br>Polizei 92<br>Dt. Auswertiges Amt<br>003851 - 6300100         | <b>Portugal</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0035121 - 8810210  | <b>Slowenien</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 113<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003861 - 4790300   |
| <b>Finnland</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003589 - 45858258                | <b>Luxemburg</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 113<br>00352 - 453445 1                             | <b>Rumänien</b><br>Rettungsdienst 061<br>Polizei 055<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004021 - 2029830   | <b>Spanien</b><br>Rettungsdienst 061<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0034 - 915579000   |
| <b>Frankreich</b><br>Rettungsdienst 17<br>Polizei 17<br>Feuerwehr 18<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00331 - 53834500 | <b>Niederlande</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003170 - 3420600   | <b>Ungarn</b><br>Rettungsdienst 104<br>Polizei 107<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00361 - 4883500  | <b>Tschechische Republik</b><br>Rettungsdienst 155<br>Polizei 158<br>Dt. Auswertiges Amt<br>004202 - 57113111   |
| <b>Griechenland</b><br>Rettungsdienst 166+/151++<br>Polizei 100<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0030210 - 7285111     | <b>Norwegen</b><br>Rettungsdienst 113<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0047 - 23275400       | <b>Schweden</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00468 - 6701500  | <b>Türkei</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 155<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0090312 - 4555337   |
| <b>Großbritannien</b><br>Rettungsdienst 999/112<br>Polizei 999/112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004420 - 78241     |   |  |   |

## Liste mit wichtigen Telefonnummern & Infos für den Notfall

Zu Hause im Dekanat/Kirchengemeinde

Kooperationspartner:

Dekanatsjugendreferent:in: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Dekanatsjugendpfarrer:in: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Dekan:in \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Notfallseelsorger: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Sonstige: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Sonstige: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Krisenteam & Backup, falls von oben abweicht:

Stellvertretung:

Person 1: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Person 2: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Person 3: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Rufnummern und Infos zu Versicherungen und Hilfsdiensten, bei denen Die EJ Mitglied ist:

Versicherung (z. B. Busse, Material, Personen, Gebäude) 1:

Versicherungsnr.: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_ Tel.: \_\_\_\_\_

Hotline/Schadensmeldung: \_\_\_\_\_

Versicherung/Mitgliedschaft (z. B. Busse, Material, Personen, Gebäude) 2:

Versicherungsnr.: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_ Tel.: \_\_\_\_\_

Hotline/Schadensmeldung: \_\_\_\_\_

### Nationale Notrufnummern

|  |                    |
|--|--------------------|
| Rettungsdienst / Feuerwehr               | 112                |
| Polizei                                  | 110                |
| Giftinformationzentrum                   | 0551 - 1 92 40     |
| Deutsche Rettungswacht                   | 0711 - 70 10 70    |
| Ambulance Service des ADAC               | 089 - 76 76 76     |
| AOK/ ADAC Vermittlung von Ärzten vor Ort | 089 - 76 76 42 00  |
| Suchmeldung per Radio europaweit         | 0180 - 510 11 12   |
| Auswärtiges Amt:                         | 01 888 - 17-0      |
| Internationales Rotes Kreuz              | 41 (22) - 730 4222 |
| Ärztl. Bereitschaftsdienst Bayern        | 01805 - 191212     |
| Deutscher Wetterdienst                   | 0180-591391        |

### Notrufnummern International

Die 112 gilt für alle internationale Handynetze (mit GSM-Standard). Die Notrufnummer 112 soll auch innerhalb des gesamten europäischen Festnetzes als Notrufnummer fungieren. Darüber hinaus gelten folgende nationale Notrufnummern:

## Datenerhebungsbogen für Behörden – im Notfall

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

### 1. Angaben zum Träger der Freizeit/Veranstaltung

Name der Organisation: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Name der Organisation: \_\_\_\_\_  
(Kooperationspartner)

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Kontaktdaten der Ansprechperson Trägers, falls dieser wechselt: (von..... bis .....)

Name, Funktion: \_\_\_\_\_

Anschrift\_ \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Kontaktdaten der Ansprechperson Trägers, falls dieser wechselt: (von..... bis .....)

Name, Funktion: \_\_\_\_\_

Anschrift\_ \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

**Wenn nötig weitere Personen auf ein extra Blatt vermerken!**

# Datenerhebungsbogen für Behörden – im Notfall

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

---

## 2. Angaben zu den Freizeitorten

---

Veranstaltungsort 1: \_\_\_\_\_

Anschrift Haus 1:  
(Zeltplatz,...) \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Veranstaltungsort 2: \_\_\_\_\_

Anschrift Haus 2:  
(Zeltplatz,...) \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

---

## 3. Angaben zu Dienstleistern für die Veranstaltung

---

Haus/Zeltplatz/ Auto/Flug,... gebucht bei

Dienstleister: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Haus/Zeltplatz/ Auto/Flug,... gebucht bei

Dienstleister: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

# Datenerhebungsbogen für Behörden – im Notfall

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

---

## 4. Angaben zu den Begleitfahrzeugen

---

Name d. Halters/Firma: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Kennzeichen: \_\_\_\_\_ Typ und Ausführung \_\_\_\_\_

Anzahl Sitzplätze: \_\_\_\_\_ Fahrzeugidentitäts-Nr. \_\_\_\_\_

Versicherung/Versicherungs-Nr./Hotline der Versicherung: \_\_\_\_\_

Sonstiges: \_\_\_\_\_

---

## 5. Angaben zu den Fahrer:innen

---

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

---

## 6. Abfahrtszeiten/Abfahrtsorte/Reiseroute/Fährzeiten

---

---

---

---

---

---

**Wenn nötig weitere Personen, Fahrzeuge, etc. auf ein extra Blatt vermerken!**

---

## 7. Beigefügte Anlagen

---

Teilnehmerliste  Teamlisten  Ausschreibungstext  Infobrief  Programm  Sonstiges

## Datenerhebungsbogen für Behörden – im Notfall

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

---

### 1. Angaben zum Träger der Freizeit/Veranstaltung

---

Name der Organisation: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Name der Organisation: \_\_\_\_\_  
(Kooperationspartner)

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Kontaktdaten der Ansprechperson Trägers, falls dieser wechselt: (von..... bis .....)

Name, Funktion: \_\_\_\_\_

Anschrift\_ \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Kontaktdaten der Ansprechperson Trägers, falls dieser wechselt: (von..... bis .....)

Name, Funktion: \_\_\_\_\_

Anschrift\_ \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

**Wenn nötig weitere Personen auf ein extra Blatt vermerken!**



# Datenerhebungsbogen für Behörden – im Notfall

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

---

## 2. Angaben zu den Freizeitorten

---

Veranstaltungsort 1: \_\_\_\_\_

Anschrift Haus 1:  
(Zeltplatz,...) \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Veranstaltungsort 2: \_\_\_\_\_

Anschrift Haus 2:  
(Zeltplatz,...) \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

---

## 3. Angaben zu Dienstleistern für die Veranstaltung

---

Haus/Zeltplatz/ Auto/Flug,... gebucht bei

Dienstleister: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Haus/Zeltplatz/ Auto/Flug,... gebucht bei

Dienstleister: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

# Datenerhebungsbogen für Behörden – im Notfall

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 4. Angaben zu den Begleitfahrzeugen

\_\_\_\_\_

Name d. Halters/Firma: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Kennzeichen: \_\_\_\_\_ Typ und Ausführung \_\_\_\_\_

Anzahl Sitzplätze: \_\_\_\_\_ Fahrzeugidentitäts-Nr. \_\_\_\_\_

Versicherung/Versicherungs-Nr./Hotline der Versicherung: \_\_\_\_\_

Sonstiges: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 5. Angaben zu den Fahrer:innen

\_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

Name/Geburtsdatum/Handy: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 6. Abfahrtszeiten/Abfahrtsorte/Reiseroute/Fährzeiten

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Wenn nötig weitere Personen, Fahrzeuge, etc. auf ein extra Blatt vermerken!**

\_\_\_\_\_

## 7. Beigefügte Anlagen

\_\_\_\_\_

Teilnehmerliste  Teamlisten  Ausschreibungstext  Infobrief  Programm  Sonstiges

## Inhaltsübersicht Rubrik Team

---

*Diese Rubrik beinhaltet alle wichtigen Informationen, Dokumente und Absprachen, die das Team betreffen*

*Für die Leitung, das Team der Aktivität/Freizeit und im Notfall zur Weitergabe an Behörden und Hilfsdiensten gedacht*

*Die Formulare können gemeinsam mit dem Team ausgefüllt und für Vorbereitungstreffen genutzt werden*

---

- ✓ Kompetenzen im Team Formular – ausgefüllt
  
- ✓ Aufgabenverteilung im Team - ausgefüllt
  
- ✓ Mitarbeiter:innenvereinbarungen, Mitarbeiter:innen-ABC,
- ✓ Verhaltensregeln für's Team
- ✓ Welche Aufgaben haben Mitarbeiter:innen & Teamer:innen
  
- ✓ Regeln für Busfahrer:innen
  
- ✓ Vorgegebene Standards für Freizeiten (QSI)
  
- ✓ Notfallzettel der Mitarbeitenden
  
- ✓ Kopien von Führerscheinen etc.
  
- ✓ Wichtige Telefonnummern
  
- ✓

## Angaben zu den Kompetenzen der Teamern und Teamerinnen und der Leitung

Der Kinder- bzw. Jugendgruppe \_\_\_\_\_

Der Freizeit: \_\_\_\_\_

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

## Angaben zu den Kompetenzen der Teamern und Teamerinnen und der Leitung

Der Kinder- bzw. Jugendgruppe \_\_\_\_\_

Der Freizeit: \_\_\_\_\_

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

|  |   |
|--|---|
| _____<br>Name, Vorname,                          |   |
| _____<br>Handy                                   | _____<br>Geburtsdatum                               |
| Besondere Fähigkeiten:                           |   |
| <input type="checkbox"/> Juleica                 | <input type="checkbox"/> Rettungsschwimmer          |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe             | <input type="checkbox"/> Pädagogische Ausbildung    |
| <input type="checkbox"/> Pflegerische Ausbildung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Pressetexten |
| <input type="checkbox"/> Feuerwehr               | <input type="checkbox"/> Sanitäter                  |
| <input type="checkbox"/> _____                   |   |

# Aufgabenverteilung im Team

---

## *Daueraufgaben*

---

| Aufgabe:  | Verantwortlicher: | Stellvertreter: |
|---|-------------------|-----------------|
| Freizeitenleitung:                                  | _____             | _____           |
| Kassenabrechnung:                                   | _____             | _____           |
| Küche:  | _____             | _____           |
| Einkauf:  | _____             | _____           |
| Medikamente:  | _____             | _____           |
| Wund-Versorgung/<br>Krankenpflege/<br>Dokumentation | _____             | _____           |
| Brandschutz/  | _____             | _____           |
| Lagerfeuer:   | _____             | _____           |
| Badeaufsicht:<br>immer zu zweit!                    | _____             | _____           |
|   | _____             | _____           |

---

## *Für den Notfall:*

---

|   |       |       |
|---|-------|-------|
| Erste-Hilfe:  | _____ | _____ |
| Betreuung der Gruppe:   | _____ | _____ |
| Kontaktaufnahme mit<br>Behörden/Referent:in                     | _____ | _____ |
| Dokumentation d.<br>Ereignisse/Maßnahmen                        | _____ | _____ |
| Organisation der<br>Rahmenbedingungen:<br>(Tee, Imbiss, Decken) | _____ | _____ |

---

## *Mögliche Aufgaben*

---

|                                      |       |       |
|--------------------------------------|-------|-------|
| Kiosk:                               | _____ | _____ |
| Tagesleitung:                        | _____ | _____ |
| WC-Reinigung/<br>Hygienebeauftragter | _____ | _____ |
| Einkauf:                             | _____ | _____ |
| Materialwart:                        | _____ | _____ |
| Frühstücksdienst:                    | _____ | _____ |
| _____                                | _____ | _____ |

# Aufgabenverteilung im Team

---

## *Daueraufgaben*

---

| Aufgabe:  | Verantwortlicher: | Stellvertreter: |
|---|-------------------|-----------------|
| Freizeitenleitung:                                  | _____             | _____           |
| Kassenabrechnung:                                   | _____             | _____           |
| Küche:  | _____             | _____           |
| Einkauf:  | _____             | _____           |
| Medikamente:  | _____             | _____           |
| Wund-Versorgung/<br>Krankenpflege/<br>Dokumentation | _____             | _____           |
| Brandschutz/  | _____             | _____           |
| Lagerfeuer:   | _____             | _____           |
| Badeaufsicht:<br>immer zu zweit!                    | _____             | _____           |
|   | _____             | _____           |

---

## *Für den Notfall:*

---

|   |       |       |
|---|-------|-------|
| Erste-Hilfe:  | _____ | _____ |
| Betreuung der Gruppe:   | _____ | _____ |
| Kontaktaufnahme mit<br>Behörden/Referent:in                     | _____ | _____ |
| Dokumentation d.<br>Ereignisse/Maßnahmen                        | _____ | _____ |
| Organisation der<br>Rahmenbedingungen:<br>(Tee, Imbiss, Decken) | _____ | _____ |

---

## *Mögliche Aufgaben*

---

|                                      |       |       |
|--------------------------------------|-------|-------|
| Kiosk:                               | _____ | _____ |
| Tagesleitung:                        | _____ | _____ |
| WC-Reinigung/<br>Hygienebeauftragter | _____ | _____ |
| Einkauf:                             | _____ | _____ |
| Materialwart:                        | _____ | _____ |
| Frühstücksdienst:                    | _____ | _____ |
| _____                                | _____ | _____ |

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <b>Belgien</b><br>Rettungsdienst 100<br>Polizei 101<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00322 - 7871800                   | <b>Irland</b><br>Rettungsdienst 999/112<br>Polizei 999/112<br>Dt. Auswertiges Amt<br>003531 - 2693011 | <b>Österreich</b><br>Rettungsdienst 144<br>Polizei / Gendarmerie 133<br>Feuerwehr-Notruf 122<br>Euro-Notruf (Handy) 112<br>Bergrettung 140<br>Seelsorge-Notruf 142<br>Strassendienst 120<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00431 - 711540 | <b>Schweiz</b><br>Rettungsdienst 144<br>Polizei 117<br>Feuerwehr-Notruf 118<br>Sanitäts-Notruf 144<br>REGA-Rettung 1414<br>Pannenhilfe 140<br>Dargebotene Hand 143<br>Vergiftungen 145<br>Hilfe für Jugendliche 147<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004131 - 3594111 |
| <b>Bulgarien</b><br>Rettungsdienst 150<br>Polizei 160<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003592 - 918380                 | <b>Italien</b><br>Rettungsdienst 118<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003906 - 492131        | <b>Polen</b><br>Rettungsdienst 999<br>Polizei 997<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004822 - 5841700  | <b>Slowakische Republik</b><br>Rettungsdienst 155<br>Polizei 158<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004212 - 59204400   |
| <b>Dänemark</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0045 - 35459900                  | <b>Kroatien</b><br>Rettungsdienst 94<br>Polizei 92<br>Dt. Auswertiges Amt<br>003851 - 6300100         | <b>Portugal</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0035121 - 8810210  | <b>Slowenien</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 113<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003861 - 4790300   |
| <b>Finnland</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003589 - 45858258                | <b>Luxemburg</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 113<br>00352 - 453445 1                             | <b>Rumänien</b><br>Rettungsdienst 061<br>Polizei 055<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004021 - 2029830   | <b>Spanien</b><br>Rettungsdienst 061<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0034 - 915579000   |
| <b>Frankreich</b><br>Rettungsdienst 17<br>Polizei 17<br>Feuerwehr 18<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00331 - 53834500 | <b>Niederlande</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>003170 - 3420600   | <b>Ungarn</b><br>Rettungsdienst 104<br>Polizei 107<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00361 - 4883500  | <b>Tschechische Republik</b><br>Rettungsdienst 155<br>Polizei 158<br>Dt. Auswertiges Amt<br>004202 - 57113111   |
| <b>Griechenland</b><br>Rettungsdienst 166+/151++<br>Polizei 100<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0030210 - 7285111     | <b>Norwegen</b><br>Rettungsdienst 113<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0047 - 23275400       | <b>Schweden</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>00468 - 6701500  | <b>Türkei</b><br>Rettungsdienst 112<br>Polizei 155<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>0090312 - 4555337   |
| <b>Großbritannien</b><br>Rettungsdienst 999/112<br>Polizei 999/112<br>Dt. Auswertiges Amt:<br>004420 - 78241     |   |  |   |



## Die Mitarbeiter-ABCs der Kleingruppen – Freizeitleitertag 08

|   |                                      |                            |
|---|--------------------------------------|----------------------------|
| A - Aufgaben übernehmen                           | A - Aufmerksamkeit                   | A - Aufmerksamkeit         |
| B - Bereitschaft                                  | B - Bereitschaft                     | B - Bedürfnisse beachten   |
| C - Christ sein                                   | C - Christlicher Background          | C - Community              |
| D - Durchblick haben                              | D - Durchblick                       | D - Deutlichkeit           |
| E - Ehrlichkeit                                   | E - Elan                             | E - Entscheidungsfähigkeit |
| F - Freundlichkeit& Freundschaft                  | F - Flexibilität                     | F - Freizeit               |
| G - Gute Laune                                    | G - Gemeinschaft                     | G - Gute Laune             |
| H - Hilfsbereitschaft                             | H - Hilfsbereitschaft                | H - Hilfsbereitschaft      |
| I - Initiative                                    | I - Initiative                       | I - Initiative             |
| J - Jeder packt mit an!                           | J - Jux                              | J - Jesus                  |
| K - Kinder!<br>K - Küchendienst                   | K - Kochkünste                       | K - Kommunikation          |
| L - Lachen  | L - Leistung                         | L - Laune, die gut ist     |
| M - Motivation                                    | M - Motivation                       | M - Mitarbeiter            |
| N - Negatives Denken vermeiden                    | N - Nächstenliebe                    | N - Natur                  |
| O - Organisation                                  | O - Organisation                     | O - Organisation           |
| P - Produktivität                                 | P - Pünktlichkeit                    | P - Putzen                 |
| Q - Quatsch machen                                | Q - Querdenker                       | Q - Qualität               |
| R - Regeln beachten                               | R - Rücksicht                        | R - Respekt                |
| S - Spontaneität                                  | S- Spaß, Spiel, Spannung; Schokolade | S - Spaß                   |
| T - Tolerant                                      | T - Team                             | T - Teamfähigkeit          |
| U - Unterhaltung                                  | U - Unternehmungslust                | U - Unterhaltung           |
| V- Verantwortung übernehmen<br>V- Vertrauen       | V - Vertrauen                        | V - Verantwortung          |
| W - Weltbild vermitteln<br>W- Wir sind die Besten | W - Weltfrieden                      | W - Wachsen im Glauben     |
| X - Xylophon spielen                              | X - Xtra                             | Xylophon                   |
| Y - Yvonne ist die Beste                          | Y - You are EJ                       | Yoga - Übungen             |
| Z - Zielsetzung                                   | Z - Zeichen                          | Z - Zuverlässigkeit        |



## Regeln für Kleinbus-Fahrer der EJ MeiCa

- ✦ Alle Insassen müssen angeschnallt sein!
- ✦ Nicht an abreibare Teile (z.B. Gurtabdeckung vorn) hängen!
- ✦ Geschwindigkeitsbeschränkungen beachten!  
Bußgelder zahlt der Fahrer selbst!
- ✦ Kurven langsam anfahren (geht sonst extrem auf die Reifen)!
- ✦ Mind. ½ Tacho Sicherheitsabstand!  
Voll beladene Busse haben einen sehr langen Bremsweg!
- ✦ Mindestens alle 2 Stunden Pause einlegen bzw. Fahrerwechsel!
- ✦ Bei längerem Personentransport immer zwei Fahrer!
- ✦ Vorsicht vor Randsteinen (Reifenschden!)!  
Keine Kurven schneiden!
- ✦ „Fahrgäste“ räumen Müll raus!
- ✦ Unsere Busse sind Nichtraucherbusse!
- ✦ Für Kleinbusfahrer gelten 0,0 ‰!
- ✦ Schäden müssen protokolliert und gleich gemeldet werden!
- ✦ Kein Scherz: Unsere Fahrer sind „im Auftrag des Herrn unterwegs!“  
und deshalb fahren sie auch so...

# QSI 2009

## Der Qualitätssicherungsindex sichert die verbindlichen Vorgaben für alle Freizeiten der Evang. Jugend der Steigerwalddekanate

### Andachten

- ✦ Nicht auf dem „Pflichtprogramm“ ausruhen! Denn hier schlägt unser Herz!
- ✦ Jeden Tag soll es mindestens 1 geistlichen Programmpunkt geben (z.B. Abendandacht).
- ✦ Die Andacht soll so einladend gestaltet werden, dass die Teilnehmer auch freiwillig und gern kommen.

### Bus – und andere Fahrten

- ✦ Die Fahrten sollen möglichst angenehm und abwechslungsreich gestaltet werden, z.B. mit Spiel- und Quizeinlagen, Freizeit-Zeitung, Begrüßungs- oder Überraschungstüte, Snacks, Kennenlernfragebögen ...
- ✦ Es müssen genügend Pausen für die Fahrer eingehalten werden.
- ✦ Bei Unfällen mit dem Kleinbus bitte HBs verständigen und auch mit unserer Versicherung. (Verhaltensanweisungen liegen im Handschuhfach, im Kleinbus – schwarze Mappe)

### Chefsache

- ✦ Täglich gibt´s eine Mitarbeiterbesprechung (möglichst ungestört). Nach der Hälfte der Zeit sollen alle Teilnehmer per Liste mal durchgesprochen werden, damit keiner übersehen wird.
- ✦ Gleich zu Beginn wird das Freizeitleiter-Handbuch mitsamt QSI-Liste durchgegangen.
- ✦ Beim Programm wird auf die nötigen Qualifikationen geachtet (z.B. Rettungsschwimmer!).

### Distanz

- ✦ Der Vorwurf von sexuellem Missbrauch ist extrem gefährlich. Deshalb: Die körperliche Distanz zu den TeilnehmerInnen ist unbedingt einzuhalten! Also: Keine Annäherungsversuche, auch keine „normalen“...
- ✦ Bei Hinweisen auf sexuellen Missbrauch in den Familien sollen zunächst die Hauptberuflichen bzw. Vertrauenspersonen eingeschaltet werden. Keine Alleingänge!

### Eltern

- ✦ Bei der Abfahrt soll das Team kenntlich sein bzw. sich vorstellen.
- ✦ Außerdem sollte im Infobrief eine Teamvorstellung inkl. Bild mitverschickt werden.
- ✦ Bei Problemen auf der Freizeit (längere Krankheit, Verletzungen, massive Regelverstöße) bitte die Eltern verständigen und in Entscheidungen (ärztl. Versorgung) mit einbinden.

### Fleisch & Fisch

- ✦ Jede warme Mahlzeit soll aus zwei Gängen bestehen, zum Hauptgericht also noch Suppe, Vorspeise, Salat oder Nachtisch. Zum Frühstück gibt´s mindestens das Pflichtprogramm aus der Liste „Essenstipps“.
- ✦ Bei längeren Heimfahrten (ab 2h) gibt´s ein Vesperpaket von der Küche.
- ✦ Die Mitarbeiter essen natürlich dasselbe wie die Teilis; Mitternachtsvesper im Team mal ausgenommen. Die Teilnehmer sollten aber Vorrang haben, d. h. erst die Teilis dann die Mitarbeiter.
- ✦ Nur haltbare Lebensmittelreste werden verpackt im Kühlschrank aufgehoben.



## Getränke & Gesundes

- ✦ Tee oder sonst ein Kaltgetränk (variieren!) soll immer zur Verfügung stehen. Ebenso Obst.

## Hygiene

- ✦ Ein täglicher Sanitärdienst achtet auf Sauberkeit besonders in Duschen und Toiletten.
- ✦ Dienste sind eine Selbstverständlichkeit, sollen auch so erlebt und daher nicht als Strafen missbraucht werden (z.B. Kloputzen oder Spülen).
- ✦ Auch in der Küche sollte ein hoher Hygienestandard herrschen (öfters Boden kehren & wischen, Arbeitsflächen sauber halten, Hände immer waschen, Lebensmittel geschützt lagern).

## Infos

- ✦ Bei (ernsterer) Krankheit (v.a. bei Arztbesuchen) und Unfall müssen die Eltern informiert werden. Also gleich anrufen, natürlich ohne unnötig zu beunruhigen.
- ✦ In jedem Fall braucht es ein schriftliches Protokoll (was? wer? wann? wo? wie? mit wem gesprochen? von wem behandelt?).

## Jetzt ist Schluss!

- ✦ Bei Umgang oder Besitz von Waffen oder Drogen bzw. bei Ausbruch einer ansteckenden Krankheit müssen Teilnehmer leider auf eigene Kosten die Heimreise antreten.
- ✦ Das Vorgehen muss mit den Hauptberuflichen und den Eltern abgestimmt werden.
- ✦ Bei Handgreiflichkeiten soll nachhaltig eingegriffen werden.
- ✦ Auch Gesetzesverstößen z. B. Diebstahl können eine Heimreise auf eigene Kosten nach sich ziehen.

## Kinder & Jugendliche

- ✦ Kleingruppen können die Gemeinschaft fördern und helfen, sich zu Recht zu finden. Deswegen sollten sie nicht nur für Spiele und Hobbygruppen, sondern auch z.B. bei Themen oder sonstigen Unternehmungen Platz haben (auch alters- bzw. geschlechtsspezifisch!).
- ✦ Mitbestimmung der Teilnehmer soll zumindest in einem Feedback am Ende, bei längeren Freizeiten auch zwischendurch oder bei Bedarf in Motz- und Moserrunden möglich sein. Vielleicht ja auch per Wunschessen oder –Programm an wenigstens einem Tag?

## Lust & Laune

- ✦ Das Programm soll „passen“. Deshalb – je nach Alter – nicht zuviel und nicht zuwenig davon!
- ✦ Jeden Tag soll es einen Programmpunkt (außer Essen und Andacht) geben.
- ✦ Freiwillige Angebote lassen Freiraum und verhindern zugleich Langeweile.
- ✦ Außerdem braucht es Alternativ-Ideen in der Planung – z.B. für Regenwetter.

## Medizinisches

- ✦ Medikamente sind nur **sehr begrenzt** nach Packungsbeilage/ auf ärztliche Anweisung hin anzuwenden. Ohne Absprache mit Arzt und Eltern sollte möglichst darauf verzichtet werden.
- ✦ Vor Beginn der Freizeit werden die Anmeldungen auf Allergien und Medikamenteneinnahmen gecheckt und die Betroffenen darauf angesprochen.

## Nichtraucher

- ✦ ... und Alkoholverweigerer sind uns bei den Teilnehmern besonders lieb. In jedem Fall gelten die Jugendschutzbestimmungen. (neu: Rauchen ab 18 J.)
- ✦ Wir als Vorbild: Alkohol und Rauchen vor bzw. mit den Teilnehmern ist tabu.
- ✦ Auf harte Alkoholika sollte auch im Team verzichtet werden.
- ✦ Und unser VW-Bus ist übrigens ein Nichtraucher-Fahrzeug!

## Qualifikation der Mitarbeiter

- ✦ Unsere Freizeiten werden überwiegend von Ehrenamtlichen Jugendlichen geleitet. Deswegen ist es uns ein großes Anliegen diese für ihre Aufgaben als Betreuer auf Freizeiten gut zu schulen.
- ✦ Wir achten darauf, dass die Mitarbeiter einen Mitarbeitergrundkurs besucht haben und wenn möglich die Jugendleitercard besitzen
- ✦ Wir bieten vier theologische und pädagogische Fortbildungswochenenden im Jahr an. Auf mindestens eins sollte jeder Mitarbeiter mit fahren.
- ✦ Der jährlich stattfindende Freizeitleitertag ist für Mitarbeiter obligatorisch. An diesem werden rechtliche, pädagogische, medizinische Themen behandelt, die aktuell sind bzw. immer wieder aufgefrischt werden müssen. (z. B. ADHS, Krisenmanagement, ...)
- ✦ Wir bezahlen und fördern weiterführende Fortbildungen unserer Mitarbeiter z. B. Rettungsschwimmer, Erst-Hilfe-Kurse,....
- ✦ Wir achten darauf, dass auf den Freizeiten dem Angebot entsprechend qualifizierte Mitarbeiter dabei sind. Z. B. beim Baden mind. ein Rettungsschwimmer. Oder beim Klettern Betreuer mit Kletterschein.

## Risiko- und Krisenmanagement

- ✦ Trotz aller Vorbereitung und Vorsicht können sich auch auf unseren Freizeiten Unfälle, unvorhergesehene Ereignisse und Krisen ereignen. Darüberhinaus gibt es Freizeitangebote die ein höheres Gefahrenpotential haben als andere z. B. Klettern
- ✦ Deswegen wird vor jeder Freizeit eine Risikoanalyse der Angebote durchführt, um entsprechende Gefahren zu erkennen, wenn möglich Gefahren zu beseitigen, Sicherheitsmaßnahmen zu ergreifen und um die Teilnehmer auf die Risiken vorbereiten zu können.
- ✦ Für Krisen auf Freizeiten gibt es einen Krisenplan für die Freizeit vor Ort und für weiterführende Maßnahmen im Dekanat.
- ✦ Unsere Mitarbeiter werden immer wieder in den Plan eingewiesen und bekommen durch das Freizeitleiterhandbuch konkrete Verhaltensregeln und Notfallpläne an die Hand
- ✦ Wir versuchen, durch eine umsichtige Planung und der Auseinandersetzung mit Krisen im Vorfeld, auch schlimme Situationen auf Freizeiten für die Teilnehmer erträglich und bewältigbar zu gestalten.

## Teilnehmer

- ✦ Stehen im Vordergrund der Freizeit, d. h. Betreuer sind für sie da und machen nicht Privaturlaub oder ziehen sich für private Aktivitäten zurück.
- ✦ Um den Bedürfnissen der Teilnehmer gerecht zu werden und um auch mit Handicaps der Teilnehmer umgehen zu können, wird von jedem Teilnehmer ein umfassender Fragebogen vor der Freizeit eingefordert.
- ✦ Die Sicherheit und das Wohlergehen der Teilnehmer stehen an erster Stelle unserer Freizeiten.

## **Welche Aufgaben haben Mitarbeiter auf dem Zeltlager/Freizeiten:**

- Für die Kinder da sein (auch wenn mal Leerlauf ist)
- Regeln vorleben und für die Einhaltung sorgen (Aufsichtspflicht)
- Ansprechpartner für Kinder-Fragen
- Spezialaufgaben (Medis, Erste-Hilfe, Lagerfeuer, Material, Tagesleitung, Finanzen, Kiosk, ...)
- Essensausgabe, Badeaufsicht
- ½ Stunde vor den Kindern ansprechbar sein
  
- wenn nötig beim Frühstück helfen
- die eigenen Programmpunkte rechtzeitig vorbereiten
- Materialien zusammensuchen
- Kinder, wenn nötig wecken.
- ein waches Auge auf die Morgenhygiene werfen (d.h. frische Unterwäsche und Socken, Zähne putzen)
- an dem Programm teilnehmen
- „Adlerauge“ kreisen lassen, d.h. dem verantwortlichen Mitarbeiter zur Seite stehen, wenn er/sie etwas im Haus vergessen hat.
- Kooperation und Dialog, nur gemeinsam kann eine Sache gelingen.
- Schlafsackkontrolle bei Bettnässern, eingenässte Schlafsäcke erst aus den Zelten nehmen, wenn wir im Essenzelt sind.
- Abfallsäcke regelmäßig austauschen und in die Container werfen
- Medikamentenausgabe. Die Kinder, die aus der Zeltgruppe davon betroffen sind, hinschicken.
- Für eine Ordnung sorgen, d.h. alle benutzen Materialien wieder dahin räumen (nicht werfen) wo sie hergeholt wurden!!!

## **Das sind keine Mitarbeiteraufgaben auf dem Zeltlager:**

- Sich zurückziehen, Urlaub machen, stundenlanges Gruppenkuscheln
- Partymachen (wenn, dann mit Kindern und ohne Alk)
- Schnapstrinken
- Kinder schikanieren und herumkommandieren

## Inhaltsübersicht Rubrik Teilnehmende

---

*Diese Rubrik beinhaltet alle wichtigen Informationen, Dokumente und Vorlagen die die Teilnehmenden betreffen*

*Für das Team der Aktivität/Freizeit und im Notfall zur Weitergabe an Behörden und Hilfsdiensten gedacht*

---

- ✓ Teilnehmerlisten
- ✓ Zusammenfassung der Teilnehmerinformationsbögen (über Allergie,..)
- ✓ Wichtige Zusatzinfos zu Teilnehmende
- ✓ Notfalltelefonliste der Teilnehmenden
- ✓ Zuschusslisten
- ✓ Abhaklisten
- ✓ Teilnehmer:innen-Rundbrief

# Inhaltsübersicht Rubrik Programm

---

*Diese Rubrik beinhaltet alle wichtigen Informationen, Dokumente und Vorlagen, die das Programm betreffen*

*Für das Team der Aktivität/Freizeit und im Notfall zur Weitergabe an Behörden und Hilfsdiensten gedacht*

---

- ✓ Ausgefülltes Programm der ganzen Veranstaltung
  
- ✓ Regeln für die Teilnehmenden
  - Allgemein
  - Am Lagerfeuer/im Brandfall
  - Im Notfall/Krisenfall
  
- ✓ Mögliche Tagesstruktur
  
- ✓ Mögliche Abläufe für Bibelworkshops
  
- ✓ Mögliche Abläufe für den Tagesabschluss
  
- ✓ Unterlagen der Leitung zum Programm
  
- ✓ Risikoanalysen zum Programm – ausgefüllt
  
- ✓ Leere Programmabläufe und leere Risikoanalysen-Bögen



## Regeln für das Zeltlager:

- Auf die Anweisungen der Betreuer hören
- Wenn Uhrzeiten angesagt werden pünktlich kommen
- Bei Ansagen oder wenn einer spricht sind alle anderen ruhig und hören zu
- Zeichen: Handheben = Achtung Ansage, sofort ruhig sein
  - 1 x Pfeifen: Herkommen & Leise sein
  - 2 x Pfeifen: Mittagessen
  - Alarmsirene als Alternative
- Keiner verlässt das Gelände, auf dem Gelände kann man sich frei bewegen
- Ohne Betreuer geht niemand zum See
- Wenn ihr in den Wald geht mindestens zu dritt und es wird sich bei einem Betreuer (TL) abgemeldet und beim gleichen wieder angemeldet
- In die Betreuerhütte geht keine Teilnehmer
- Kiosk hat nach den Mahlzeiten geöffnet
- Wenn ihr Spielgeräte wollt, könnt ihr sie bei einem Betreuer ausleihen und bei diesem wieder abgeben
- Bei Verletzungen, Krankheit an Tobias oder Anne wenden
- Nachtwachen sind auf Plakat aufgeschrieben
- Hütten sind Privatsphäre: Anklopfen, Auf Erlaubnis warten, keine fremden Sachen nehmen, Jungs gehen nicht zu Mädchen und umgekehrt
- Essen: Es wird alles probiert, wenn nicht schmeckt dann normal sagen → Alternative; nicht zu viel nehmen, es gibt genug für alle, es soll nichts weggeworfen werden
- Spülen in Kleingruppen; s. Spülplan
- Getränke (Tee) gibt es den ganzen Tag zur freien Verfügung oder am Kiosk zu kaufen
- Nichts anmalen, Bäume & Natur zerstören
- Falls was kaputt geht bitte sagen, das ist nicht schlimm
- Nach Zecken untersuchen
- Klo setzen, Zeitlassen, Klopapier verwenden, gut zielen & Spülen, wenn was danebengeht Betreuer holen zum gemeinsamen Saubermachen.
- Nicht lügen, schlagen, schlagen kratzen, beißen
- Bei Konflikten Hütten-Betreuer dazu holen
- Vor 8.00 Uhr ist Platzruhe, da nur aufs Klo gehen und in den Hütten bleiben
- Bei Sonne gut einschmieren & Mützen aufsetzen
- In Hütte Ordnung halten, immer mal wieder aufräumen
- Keinen Müll durch die Gegend werfen, dafür gibt es Mülleimer & Mülltüten
- Bei Verletzung: Einer bleibt beim Verletzen und einer holt Hilfe
- Wir fangen das Essen gemeinsam mit einem Lied/Gebet an und hören auch gemeinsam auf. → Ansagen der Tagesleitung abwarten
- Es gibt eine Tagesleitung, an die kann man sich mit allen Problemen wenden
- Feuer: Es wird nicht im Feuer gespielt, sich nicht direkt davor gesetzt → Abstand halten, Nachlegen macht Betreuer, ohne Betreuer wird nichts am Lagerfeuer gemacht (auch nicht wieder entfacht)
- Manchmal kommen Fremde oder Bekannte auf den Platz: sofort Betreuer holen, nicht mit denen weggehen!
- Aufeinander Rücksicht nehmen
- Am Tagesplan kann das aktuelle Programm nachgelesen werden. Es wird immer in der Nacht vorher aufgehängt. Exakte Uhrzeiten werden nach dem Essen bekannt gegeben
- Es gilt bei uns auf der Freizeit das Jugendschutzgesetz; d. h. keine Alkohol und keine Zigaretten.
- Morgens gibt es freiwillig Morgensport, um 8.00 Uhr. Da ist auch allgemeines Wecken
- Bei Sonnenschein eincremen, Kopfbedeckung tragen und viel Trinken
- 
- Sollte nachts die Sirene gehen, dann haben alle sofort zum Lagerfeuer zu kommen.

## Regeln für den Überfall – für Überfälller

- Auf dem Zeltplatz werden keine „Bölller“ geworfen!
- Während des Überfalls laufen die „Überfälller“ weder auf die Straße, noch auf die „verbotene Wiese“! Die Straße und die Wiese sind auch für die Kinder tabu.
- Wenn die „Überfälller“ von den Kindern gefangen werden (abgeklatscht werden), begeben sie sich direkt zum Lagerfeuer („Gefängniss“). Für sie ist der Überfall beendet. Sie „reisen nicht mehr aus“, da dies den Überfall unnötig in die Länge zieht. (Für Kinder im Alter von 8 Jahren ist ein Überfall bis 1.00 Uhr oder später zu lange.)
- Es wird niemand geschlagen, gestoßen oder anderweitig verletzt.
- Es werden keine Kinder „entführt“.
- Wenn die Kinder bemerken, dass das Zeltlager überfallen wird, wird ein anderes Signal als die Sirene ertönen. Der Überfall endet ebenfalls mit der Sirene. Das Ende wird von der Freizeitleitung individuell festgelegt. (→ wenn alle „Überfälller“ gefangen sind, oder wenn der Überfall „abebbt“)
- Überfälle müssen bei der Lagerleitung angemeldet und von ihr genehmigt werden.
- Die Leitung der "Überfälller" muss jederzeit per Handy erreichbar sein, so dass die Lagerleitung den Überfall jederzeit absagen kann, wenn es die Situation im Lager erfordert.
- Wenn das Lager unangemeldet überfallen wird, verständigt die Lagerleitung sofort die Polizei, da sie von einem Ernstfall ausgehen muss

# Brandschutz & Verhalten im Brandfall:

## Verhaltensregeln und Maßnahmen zum Brandschutz

- Nicht im Wald Rauchen & Zigaretten gut ausmachen und in Dose etc. verstauen
- Bei Einsatz von Fackeln darauf achten, dass sorgsam damit umgegangen wird und auch sorgfältig ausgemacht werden
- Die Lagerfeuerstelle muss dicht sein, also einen guten und geschlossenen Steinkreis haben.
- Kein Spielen im Lagerfeuer und mit angekohlten Stöcken
- Keine „wilden“ Lagerfeuerstellen, sondern nur an offiziell ausgewiesenen
- Feuer nicht brennen lassen, sondern richtig ausmachen, wenn keine Wache möglich ist.
- Feuerlöscher oder ein großer Eimer mit Wasser immer greifbar in der Nähe haben.
- Kinder müssen Sicherheitsabstand zum Lagerfeuer halten
- Ohne Aufsicht haben die Kinder nicht an der Lagerfeuerstelle zu sein
- Grill nicht unter Bäumen verwenden
- Bei Trockenheit auf Lagerfeuer verzichten

## Verhalten im Brandfall

- Ruhe bewahren:
- Brand melden:  
Notruf: 112 (Wer, Wo, Was, Wie viele)
- Kinder aus Gefahrenbereich bringen und beschäftigen
- Einen Betreuer an die Straße stellen, der die Feuerwehr empfängt und einweist
- Löschversuch unternehmen, ohne sich selbst zu gefährden
- Nach Eintreffen der Feuerwehr übernimmt deren Einsatzleiter die Leitung der Rettungs- und Brandbekämpfungsmaßnahmen
- Hauptberuflichen informieren
- Dokumentieren der Ereignisse

## Tagesstruktur vom Zeltlager

- 08.30 Frühstück  
Thema (Bibelworkshop)  
Programm (Hobbygruppen?)
- 12.30 Mittagessen  
Mittagspause ?  
Nachmittagsprogramm
- 18.00 Abendessen  
Abendprogramm
- 21.30 Lagerfeuer: Singen/Tagesabschluss/  
Nachwachenbekanntgabe
- 22.00 Bettruhe
- 22.30 MA-Besprechung

## Möglicher Ablauf - Thema (Bibelworkshop)

Wochenthema mit verschied. Aspekten (z. B. Wasser; Natur, Farben, Nächstenliebe)

Dauer: ca. 1 Std.

- Begrüßung
- Lied
- Gebet
- Anspiel und/oder Evangelium/  
Verkündigung
- Kleingruppenarbeit mit  
Arbeitsauftrag (Kreatives,  
Bewegung, Basteln)
- Lied
- Vorstellen der Ergebnisse im  
Plenum
- Fürbitten & Vaterunser
- Segen/ Verabschiedung

### Ablauf Lagerfeuer/Tagesabschluss

- MA entzündet Lagerfeuer,
- Singen, Kreisspiele
- Kurze Zusammenfassung des Tages
- Andachtsgeschichte (evtl. auf Ereignis am Tag beziehen)
- Abendgebet für Kinder
- Luthers Abendsegens
- Gute-Nacht-Lied
- Bekanntgabe der Nachtwachen
- Zähneputzen + Schlafen

### Ablauf: Bettruhe (ca. 30 Min)

- MA gehen mit Kindern zum Zähneputzen
- MA gehen mit Kindern in die Hütte/Zimmer  
Kontrolle: Schlafsachen an, Zahnspangen drin, Medis genommen, Klo gewesen
- Kurz über Tag sprechen, z. B. mein Highlight des Tages, das hat mir nicht so gut gefallen, das wünsche ich mir noch
- Kurze Gute-Nacht-Geschichte (bitte keine Gruselgeschichten)

Ziele:

| <b>Zeit</b>                              | <b>Inhalt</b>   | <b>Beschreibung</b>  | <b>Zuständig</b>   | <b>Material</b>                                 |
|--|---|--|--|---|
| 1.<br>Zeiteinheit<br>z.B.<br>7:00 - 8:00 | Hier kommt der Inhalt in Kurzform rein / Kann auch das Ziel sein. Z.B. Aufbau | Hier kommt der genaue Ablauf rein. Alles was in dieser Einheit passiert. | Wer ist dafür zuständig. Feste Personen benennen die für diese Einheit zuständig sind. | Was wird für diesen Block an Material benötigt. |
| 2.<br>Zeiteinheit                        |   |  |  |   |
| 3.<br>Zeiteinheit                        |   |  |  |   |
| 4.<br>Zeiteinheit                        |   |  |  |   |

Sonstiges zu bedenken:

- 
- 
- 
- 
- 
- 

Bei der Planung im Detail muss alles vorhanden sein. Je genauer und exakter man sich so vorbereitet, desto entspannter kann der Tag ablaufen und die Konzentration auf den Teilnehmenden liegen.

Denkt bei der Planung auch immer an die Pausen und Essenszeiten. Weiter muss mit erfasst werden das Aufräumen und ganz wichtig die Reflektion mit dem Team am Ende.



## Vorlage Wochenplan – Bildungsveranstaltung

|   |  |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|--|
| <b>Teamblock Nacht</b><br>23:00 – 1:00 Uhr<br><br>Wie geht's mir Runde (mit Küche)?<br>Küchenreflexion<br>Team<br>Inhalt<br>Ausblick<br>Teilnehmendenreflexion (saveword) | <b>Teamblock Nacht</b><br>23:00 – 1:00 Uhr | <b>Teamblock Nacht</b><br>23:00 – 1:00 Uhr | <b>Teamblock Nacht</b><br>23:00 – 1:00 Uhr | <b>Teamblock Nacht</b><br>23:00 – 1:00 Uhr |  |  |
| <b>Sonst Allgemein:</b><br>Nach jeder Einheit wird eine Reflektion stattfinden  |  |  |  |  |  |  |

| <u>Orga für Losfahren:</u>   | <u>Orga für Heimfahren</u>  | <u>Feedback Regeln:</u>  | <u>Materialeinkauf</u>  |
|--|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Getränke Liste</li> <li>- Zimmerplan</li> <li>- Küchenliste</li> <li>- Geld einsammeln / Quittungen</li> <li>- Tagesplan</li> <li>- Hygieneregeln</li> <li>- Fotobox</li> <li>- Notfallordner</li> <li>- Notfallkalender</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 30 Minuten vor Übergabe als Deadline für Reinigung kommunizieren</li> <li>- Putzliste fürs Haus</li> <li>- Alle Zimmer kontrollieren</li> <li>-</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ich bezogen</li> <li>- Konstruktiv</li> <li>- Authentisch</li> <li>- Ehrlich</li> <li>- Kurz und knackig</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stifte</li> <li>- Flipchartpapier</li> <li>- Fotopapier</li> <li>- Marker</li> <li>- Metaplankarten</li> <li>- Crepband</li> </ul> |

**Offene Ideen:**

**Team:**

**Termin Vortreffen mit Teilnehmenden** (Datum + Uhrzeit):

**Termin Teamtreffen** (Datum + Uhrzeit):

***Vorbereitungsaufgaben:***



# Risikobewertungen & Maßnahmen bei Aktivitäten auf Freizeiten

Risiken im Programm (z. B. Risikosportarten wie Kanu, Klettern; Fahrradfahren, Schwimmbad,...):

---

---

---

---

---

---

Risiken Rahmenbedingungen (z. B. Gelände, Klima, Lage, Gebäude, Abhängigkeiten, Transport):

---

---

---

---

---

---

Risiken bei den Teilnehmenden (z. B. körperliche/psychische Beeinträchtigungen, viele Neue):

---

---

---

---

---

---

Risiken bei den Teamern (z. B. körperliche/psychische Beeinträchtigungen, viele Neue):

---

---

---

---

---

---

Was wird/wurde getan, um mit den Risiken umzugehen? (z. B. Schulungen, Anleitungen vor Ort, Besichtigungen, Fachmann gebucht,... Versicherungen):

---

---

---

---

---

---

Wie wurden/werden die Teilnehmenden auf riskante Freizeitangebote vorbereitet?? (z. B. Schulungen, Anleitungen vor Ort, Besichtigungen, .....):

---

---

---

---

---

---

# Risikobewertungen & Maßnahmen bei Aktivitäten auf Freizeiten

Risiken im Programm (z. B. Risikosportarten wie Kanu, Klettern; Fahrradfahren, Schwimmbad,...):

---

---

---

---

---

---

Risiken Rahmenbedingungen (z. B. Gelände, Klima, Lage, Gebäude, Abhängigkeiten, Transport):

---

---

---

---

---

---

Risiken bei den Teilnehmenden (z. B. körperliche/psychische Beeinträchtigungen, viele Neue):

---

---

---

---

---

---

Risiken bei den Teamern (z. B. körperliche/psychische Beeinträchtigungen, viele Neue):

---

---

---

---

---

---

Was wird/wurde getan, um mit den Risiken umzugehen? (z. B. Schulungen, Anleitungen vor Ort, Besichtigungen, Fachmann gebucht,... Versicherungen):

---

---

---

---

---

---

Wie wurden/werden die Teilnehmenden auf riskante Freizeitangebote vorbereitet?? (z. B. Schulungen, Anleitungen vor Ort, Besichtigungen, .....):

---

---

---

---

---

---

# Inhaltsübersicht Rubrik – Der Krisenfall tritt ein

---

*Die Rubrik enthält Handlungsanweisungen Checklisten und Vorlagen*

*Für die Freizeitleitung und die Teamer als Stütze und Orientierung im eingetretenen Krisenfall.*

---

- ✓ Der Krisenplan – Die Durchführung
- ✓ Notfallpsychologische Tipps
- ✓ Tipps und Anregungen für ein Gruppengespräch nach einem Unfall:
- ✓ Konkrete Schritte im Krisenfall
  - – Eine Übersicht
  - Konkrete Schritte vor Ort – auf der Freizeit, im Vereinsheim, im Gästehaus,...
  - Konkrete Schritte zu Hause – durch das Backup, das Krisenteam bzw. die Stabsstelle.
- ✓ Notfallcheckliste 1- Erstmaßnahmen – zum Rausnehmen
- ✓ Notfallcheckliste 2- Die nächsten Stunden – zum Rausnehmen
- ✓ Notfallcheckliste 3 - Die nächsten Tage - zum Rausnehmen
- ✓ Formular Notfallmeldebögen für Behörden, Rettungsdienste – zum Ausfüllen
- ✓ Formular Schadenhergangsbericht – zum Ausfüllen
- ✓ Kopie der Aufgabenverteilung im Team
- ✓ Evtl. Kopie der Datenerhebungsbögen aus Rubrik 2

## Der Krisenplan – Die Durchführung

### Notfallpsychologische Tipps

- Zuschauer sind massive Belastungselemente! Deswegen Opfer möglichst abschirmen. Möglichst auch Presseleute und Eltern möglichst nicht an das akute Geschehen heranlassen. Für beide Zielgruppen getrennte Warte- und Informationsbereiche schaffen, wenn das möglich ist.
- Lob an die Teilnehmer über die gute Mithilfe und die Besonnenheit stärkt die Gruppe.
- Verletzte mit kleinen Aufgaben (z. B. Mullbinde, Infusion halten) in Geschehen einbinden, das schafft etwas Selbstkontrolle und Selbstwirksamkeit.
- Betroffenen reden, informieren was gerade passiert und behutsam Körperkontakt suchen (z. B. Hand halten) Transparenz über das Vorgehen und den weiteren Verlauf schaffen
- Jemand (Teamer oder anderer Teilnehmende) bleibt bei Betroffenen als Bezugsperson
- Die Gruppe darf beim Verletzten sein, wenn sie ihn nicht stört und wenn sie helfen kann. Ansonsten eher separieren und eigens intensiv betreuen.
- Ein wütendes, aggressives Verhalten des Verletzten ist situationsbedingt und darf nicht persönlich genommen werden.

### Tipps und Anregungen für ein Gruppengespräch nach einem Unfall:

- Während der Notfallsituation ist direkter, bestimmender Stil der Leitung gefordert. Im Gespräch danach eher ein integrativer, demokratischer Stil.
- Störungsfreien Raum oder Rahmen schaffen (keine Handys, Zuschauer, Lärm)
- Transparentmachen des Unfallherganges, aktuelle Infos aus Krankenhaus, etc, weitergebe
- Keine Klärungsversuche, des Unfallherganges; keine Schuldbearbeitung, das erfolgt später
- Prinzipiell ist eine Unfallursache bis zur Aufklärung durch Experten ungeklärt!
- Den Rahmen der Veranstaltung noch mal erklären. Vorschlag zum weiteren Vorgehen im Programm machen und die Teilnehmer fragen, ob es für sie so in Ordnung ist.
- Falls Widerstände zum Programmvorschlag entstehen, liegt es evtl. an unterschiedlichen Bedürfnissen, die Situation zu verarbeiten. Dann sollte erfragt werden, welche Alternativen es sein könnten und möglichst auch durchgeführt werden.
- Letztlich sollte eine Situation entstehen, in der für alle Beteiligten eine gute Lösung gefunden ist.

## Konkrete Schritte im Krisenfall – Eine Übersicht

### Konkrete Schritte vor Ort – auf der Freizeit, im Vereinsheim, im Gästehaus,...

- Erste Hilfe leisten + Rettungsmaßnahmen einleiten (s. auch Aufgabenverteilung im Team)
- Rettungskräfte anfordern, in Empfang nehmen und einweisen.
- Teilnehmer in Sicherheit bringen und betreuen.
- Teilnehmende bitten, nichts zu filmen, zu fotografieren und weiterzuleiten. Es geht darum, dass keine irreführenden Eindrücke nach Außen kommuniziert werden, die Ängste, Panik auslösen und ein größeres Medienspektakel auslösen. Zudem haben auch die Betroffenen Rechte, die gewahrt werden müssen. (Evtl. Handys einsammeln. Dies muss gut erklärt werden.)
- Die Teilnehmer informieren und Hinweise zum Verhalten geben:
  - Nicht telefonieren, um Panik und Unsicherheit zu Hause zu vermeiden. Das Team oder ein Hauptamtlicher informiert alle Eltern, sobald die akute Gefahr bewältigt ist.
  - keine Fotos machen. Es wäre schlimm, wenn Eltern über die sozialen Medien und nicht von dem Team die Information erhalten würden.
  - Sich vom Unfallort entfernen, zum vereinbarten Sammelpunkt gehen und in der Gruppe bleiben
- Backup (z. B. Dek.Jug.Ref.)baldmöglichst informieren und weiteres Vorgehen absprechen
- Checklisten durchgehen und abarbeiten
- Weiterführende Schritte überlegen, was brauchen wir, schaffen wir es alleine, soll jemand kommen.

- Versicherungen/Behörden informieren, falls notwendig
- Notizen, Verlaufsprotokoll erstellen, Zeugen mit Kontaktdaten aufschreiben
- Betroffene und Gruppe von Medien abschirmen

**Konkrete Schritte zu Hause – durch das Backup, das Krisenteam bzw. die Stabsstelle.**

- Beratung des Teams über Telefon, Vermittlung und Organisation von Zusatzkräften, Fachpersonal
- Einberufung und Koordination eines Krisenstabes
- Öffentlichkeitsarbeit
- Organisation der Anreise von Notfallseelsorgern, zusätzlichen Mas
- Überbringung von schlechten Nachrichten an Eltern und/oder Weiterführende Gespräche mit Eltern

# Notfallcheckliste 1- Erstmaßnahmen

*Eigensicherung geht immer vor Fremdsicherung!*

## Sicherungsmaßnahmen:

- Unfallstelle absichern
- Brände löschen
- Gefahren beseitigen
- Nicht betroffene Teilnehmer separieren und beschäftigen

## Überblick verschaffen, der Vierfachblick – Individuum, Gruppe, die Situation und Umwelt:

- Wie viele Menschen sind verletzt?
- Wie viele Menschen sind unbeteiligt oder in Gefahr?
- Welche Gefahrenquellen sind noch vorhanden?
- Was braucht die Gruppe
- Was wird noch benötigt?
- Kann das Programm fortgesetzt werden, bedarf es Änderungen?

## Betroffene in Sicherheit bringen:

- Nicht betroffene TN und wenn möglich verletzte TN aus Gefahrenbereich bringen
- Teilnehmer von Außenstehende/Gaffer/Presse abschirmen

## Medizinische Versorgung veranlassen:

- Ein Leiter übernimmt Kommando und verteilt Aufgaben, ohne Diskussionen  
z. B. Ersthelfer, Unfallabsicherung, Notruf veranlassen, Teilnehmer in Sicherheit bringen
- Erste Hilfe leisten (Vitalfunktionen prüfen, Lebensrettende Sofortmaßnahmen einleiten, Wärmeerhalt, Schockbekämpfung...)
- Betroffene und Nichtbetroffene TN betreuen
- Auf Eigenschutz achten

## Notruf absetzen:

So bald wie möglich, wenn möglich parallel zu den anderen Maßnahmen

Polizei 110

Notarzt, Feuerwehr: 112

International & sonstige: Extraliste

## Einsatzkräfte immer einweisen:

- Notarzt, Polizei, Seelsorger über Lage informieren
- Notfallnummern aushändigen/
- Versicherungen anwenden
- Krisenteam/Backup zu Hause informieren, auf dem Laufen halten.

### Notruf

#### **Wo ist es passiert?**

Adresse/örtliche Besonderheiten

#### **Was ist passiert?**

Unfall/Brand/Überfall/...

#### **Wie viele Menschen sind verletzt?**

Welche Art von Verletzungen?

#### **Warten auf Rückfragen! Nicht auflegen!**

#### **Name/Rückrufnr. angeben!**

#### **Evtl. Krisenintervention anfordern**

**Wichtig: In Notsituationen ist Hilfe von außen sehr wichtig, egal was es kostet!**

## Notfallcheckliste 2- Die nächsten Stunden

### Überblick behalten der Vierfachblick – Individuum, Gruppe, die Situation und Umwelt: - wer braucht was:

- Nichtbeteiligte Teilnehmende
- Betroffene Teilnehmer
- Augenzeugen/Beteiligte
- Ehren-/Hauptamtliche Mitarbeiter/innen
- Wer ist nicht anwesend und trotzdem betroffen? (z. B. Eltern, Institutionen, Behörden, Presse)
- Wie geht es weiter mit dem Programm
- Bedarf es neues/zusätzliches Material/Hilfsmittel,.....
- Wie sieht das Umfeld aus? Kann geblieben werden, müssen Veränderungen herbeigeführt werden?

### Regelmäßige Absprachen, Informationen:

- Absprachen im Team; mit den Einsatzdiensten
- Informationen an die Betroffenen/Beteiligten weitergeben
- Über Vorgehensweise, nächste Schritte informieren
- Pressearbeit

### Dokumentation:

- Unfallbögen ausfüllen, Protokolle der gemachten Schritte/Aussagen anlegen
- Fotos machen, Liste der zu informierenden Personen anlegen/abhaken

### Schnittstellen, Kontakte, die bei Bedarf beachtet werden müssen:

- Kriseninterventionsteam (KIT): kann über die Einsatzdienste angefordert werden
- Polizei:
  - wichtiger Kooperationspartner
  - hat in Krisensituationen vor Ort grundsätzlich das Sagen
  - evtl. Einbeziehung der Jugendbeamten
- Presse:
  - grundsätzlich keine eigenständigen Auskünfte/Interviews (Standardsatz zum Abwimmeln verwenden)
  - Teilnehmer vor Presse schützen
  - evtl. Teilnehmern erst einmal die Handys wegnehmen
  - Presseanfragen an Abteilung Öffentlichkeitsarbeit weiterleiten (DekRef., Dekan, Landeskirchenamt...)
  - ggf. Absprache mit Polizei und Feuerwehr wegen Pressemeldung treffen
- Krisenteam zu Hause
  - Regelmäßig informieren & einbinden.

### Abschluss der Akutsituation:

- Informationen für alle Beteiligten, wie es (morgen) weitergeht
- Evtl. gemeinsames Abschlussritual (Gebet, Lied, Blumen niederlegen, Kreuz legen)
- Evtl. Telefonnr. eines Ansprechpartners an Betroffene weitergeben  
Wichtig: Nicht die Nummer des Notfallhandys!

## Notfallcheckliste 3 - Die nächsten Tage

### Dokumentation:

- Unfallbögen ausfüllen, Protokolle der gemachten Schritte/Aussagen anlegen.  
Was ist wann passiert, was wurde wann gesagt und gemacht
- Fotos machen, Liste der zu informierenden Personen anlegen/abhaken
- Evtl. Anzeigen erstatten

### Information an die übergeordneten Geschäftsebene (spätestens zu dem Zeitpunkt)

- Dekan:in
- Kreisdekan:in
- Landesbischof/Landesbischöfin

### Teambesprechung zum weiteren Vorgehen:

*der Vierfachblick – Individuum, Gruppe, die Situation und Umwelt: - wer braucht was:*

- Was braucht das Team? Was braucht die Gruppe? Was brauchen die Betroffenen
- Abbruch der Freizeit? Herholen der Eltern?
- Einzelne Teilnehmer nach Hause schicken?
- Ablauf der nächsten Tage
- Evtl. Unterstützung des Teams durch Notfallseelsorgern, weiteren Betreuern, des Hauptamtlichen, KIT, etc.

### Planung und Durchführung von weiteren (psychologischen) Betreuungsmaßnahmen:

- Potenzielle Ansprechpartner und Organe in diesem Zeitraum:
  - Öffentlichkeits- und Pressearbeit des Dekanates/Landeskirche
  - psychologische Betreuer/Kriseninterventionsteam: über Einsatzkräfte oder Ecclesia anfordern
  - juristische Beratung: anfordern über Ecclesia Versicherung
  - Supervision des Teams: über Hauptberuflichen anfordern

*Auch hier zählt die Devise: Im Notfall gibt es keine Kostenfrage!*

**Die Notfallchecklisten sollten in mehrfacher Ausführung ausgedruckt  
sein**



# Notfall – Meldebogen für Behörden

(zusammen abzugeben mit dem Datenerhebungsbogen für Behörden)

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

## Angaben zur Erreichbarkeit

Name der Organisation: \_\_\_\_\_

Telefon & Fax (von vor Ort d. Maßnahme): \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Notfallhandy: \_\_\_\_\_

## Angaben zum Notfall

Name Ansprechpartner: \_\_\_\_\_

Was ist passiert (in Stichpunkten): \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

Wo ist es passiert/ wir befinden uns aktuell:

---

---

---

---

Wer? Wie geht es der Gruppe/dem Team (Anzahl, Verletzte, Vermisste,.....)

---

---

---

---

Wir brauchen (Rettungskräfte, Psychologen, Spürhunde, zusätzliche Betreuer, Geld, Transport,...)

---

---

---

Folgende Maßnahmen haben wir bereits ergriffen:

---

---

---

---

---

## **Schadenhergangsbericht**

Wichtig: Es ist notwendig, dass das Krisenteam diesen Bericht schnell erhält! Notfalls Angaben nachreichen!

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

Wer ist zu Schaden gekommen? Wie geht es der Gruppe/dem Team (Anzahl, Verletzte, Vermisste,.....)

---

---

---

Hergang des Schadenereignisses (Was, Wo, Wann)

---

---

---

---

---

---

---

Wo halten sich die Verletzten/Beteiligten auf? (Arzt, Krankenhaus, Zeltplatz, Haus, .....)

---

---

---

---

---

---

---

Wer wurde bereits verständigt? Wie sind die Kontaktdaten? (Polizei, Feuerwehr, Seelsorger, Behörden)

---

---

---

---

---

Welche Maßnahmen wurden bisher getroffen?

---

---

---

---

---

Sind die Eltern schon informiert? (Wenn möglich, macht das niemand von der Freizeit, sondern jemand von zu Hause aus.; es kann aber sein, dass es bereits Kinder/Jugendliche getan haben)

---

---

---

---

---

---

Wo halten sich derzeit die unverletzten Gruppenmitglieder auf? (Ort; Tel.-, Handynr.)

---

---

---

---

Welche Betreue:innen haben Aufsicht bei welcher Maßnahme geführt und stehen für Rückfragen zur Verfügung (wenn von der Aufgabenliste im Team abgewichen wurde):

---

---

---

---

---

---

Unter diesen Kontaktdaten sind wir ab sofort zu erreichen: (Wichtig! Falls nicht bekannt oder geändert)

---

---

Wurde der Unfall durch eine andere/fremde Person verursacht? Ja \_\_\_\_ Nein: \_\_\_\_

Wenn Ja, durch wen? Name; Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Telefon, Email, Handy: \_\_\_\_\_

Sonstige Hinweise und Erläuterungen:

---

---

---

---

Wir brauchen (Rettungskräfte, Psychologen, Spürhunde, zusätzliche Betreuer, Geld, Transport,...)

---

---

---

---

## Notfall – Meldebogen für Behörden

(zusammen abzugeben mit dem Datenerhebungsbogen für Behörden)

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

### *Angaben zur Erreichbarkeit*

Name der Organisation: \_\_\_\_\_

Telefon & Fax (von vor Ort d. Maßnahme): \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Notfallhandy: \_\_\_\_\_

### *Angaben zum Notfall*

Name Ansprechpartner: \_\_\_\_\_

Was ist passiert (in Stichpunkten): \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

Wo ist es passiert/ wir befinden uns aktuell:

---

---

---

Wer? Wie geht es der Gruppe/dem Team (Anzahl, Verletzte, Vermisste,.....)

---

---

---

Wir brauchen (Rettungskräfte, Psychologen, Spürhunde, zusätzliche Betreuer, Geld, Transport,...)

---

---

Folgende Maßnahmen haben wir bereits ergriffen:

---

---

---

---

## Schadenshergangsbericht

Wichtig: Es ist notwendig, dass das Krisenteam diesen Bericht schnell erhält! Notfalls Angaben nachreichen!

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

Wer ist zu Schaden gekommen? Wie geht es der Gruppe/dem Team (Anzahl, Verletzte, Vermisste,.....)

---

---

---

Hergang des Schadensereignisses (Was, Wo, Wann)

---

---

---

---

---

---

---

Wo halten sich die Verletzten/Beteiligten auf? (Arzt, Krankenhaus, Zeltplatz, Haus, .....)

---

---

---

---

---

---

---

Wer wurde bereits verständigt? Wie sind die Kontaktdaten? (Polizei, Feuerwehr, Seelsorger, Behörden )

---

---

---

---

---

Welche Maßnahmen wurden bisher getroffen?

---

---

---

---

---

Sind die Eltern schon informiert? (Wenn möglich, macht das niemand von der Freizeit, sondern jemand von zu Hause aus.; es kann aber sein, dass es bereits Kinder/Jugendliche getan haben)

---

---

---

---

---

---

Wo halten sich derzeit die unverletzten Gruppenmitglieder auf? (Ort; Tel.-, Handynr.)

---

---

---

---

Welche Betreue:innen haben Aufsicht bei welcher Maßnahme geführt und stehen für Rückfragen zur Verfügung (wenn von der Aufgabenliste im Team abgewichen wurde):

---

---

---

---

---

---

Unter diesen Kontaktdaten sind wir absofort zu erreichen: (Wichtig! Falls nicht bekannt oder geändert)

---

---

Wurde der Unfall durch eine andere/fremde Person verursacht? Ja \_\_\_\_ Nein: \_\_\_\_

Wenn Ja, durch wen? Name; Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Telefon, Email, Handy: \_\_\_\_\_

Sonstige Hinweise und Erläuterungen:

---

---

---

---

Wir brauchen (Rettungskräfte, Psychologen, Spürhunde, zusätzliche Betreuer, Geld, Transport,...)

---

---

---

---

## Notfall – Meldebogen für Behörden

(zusammen abzugeben mit dem Datenerhebungsbogen für Behörden)

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

### *Angaben zur Erreichbarkeit*

Name der Organisation: \_\_\_\_\_

Telefon & Fax (von vor Ort d. Maßnahme): \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

Emailadressen: \_\_\_\_\_

Notfallhandy: \_\_\_\_\_

### *Angaben zum Notfall*

Name Ansprechpartner: \_\_\_\_\_

Was ist passiert (in Stichpunkten): \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

Wo ist es passiert/ wir befinden uns aktuell:

---

---

---

Wer? Wie geht es der Gruppe/dem Team (Anzahl, Verletzte, Vermisste,.....)

---

---

---

Wir brauchen (Rettungskräfte, Psychologen, Spürhunde, zusätzliche Betreuer, Geld, Transport,...)

---

---

Folgende Maßnahmen haben wir bereits ergriffen:

---

---

---

---

## Schadenshergangsbericht

Wichtig: Es ist notwendig, dass das Krisenteam diesen Bericht schnell erhält! Notfalls Angaben nachreichen!

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

Wer ist zu Schaden gekommen? Wie geht es der Gruppe/dem Team (Anzahl, Verletzte, Vermisste,.....)

---

---

---

Hergang des Schadensereignisses (Was, Wo, Wann)

---

---

---

---

---

---

---

Wo halten sich die Verletzten/Beteiligten auf? (Arzt, Krankenhaus, Zeltplatz, Haus, .....)

---

---

---

---

---

---

---

Wer wurde bereits verständigt? Wie sind die Kontaktdaten? (Polizei, Feuerwehr, Seelsorger, Behörden )

---

---

---

---

---

Welche Maßnahmen wurden bisher getroffen?

---

---

---

---

---



Sind die Eltern schon informiert? (Wenn möglich, macht das niemand von der Freizeit, sondern jemand von zu Hause aus.; es kann aber sein, dass es bereits Kinder/Jugendliche getan haben)

---

---

---

---

---

---

Wo halten sich derzeit die unverletzten Gruppenmitglieder auf? (Ort; Tel.-, Handynr.)

---

---

---

---

Welche Betreue:innen haben Aufsicht bei welcher Maßnahme geführt und stehen für Rückfragen zur Verfügung (wenn von der Aufgabenliste im Team abgewichen wurde):

---

---

---

---

---

---

Unter diesen Kontaktdaten sind wir absofort zu erreichen: (Wichtig! Falls nicht bekannt oder geändert)

---

---

Wurde der Unfall durch eine andere/fremde Person verursacht? Ja \_\_\_\_ Nein: \_\_\_\_

Wenn Ja, durch wen? Name; Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Telefon, Email, Handy: \_\_\_\_\_

Sonstige Hinweise und Erläuterungen:

---

---

---

---

Wir brauchen (Rettungskräfte, Psychologen, Spürhunde, zusätzliche Betreuer, Geld, Transport,...)

---

---

---

---

## Inhaltsübersicht Rubrik – Öffentlichkeitsarbeit im Krisenfall - konkret

---

*Die Rubrik enthält Handlungsanweisungen Checklisten und Vorlagen zum Thema Öffentlichkeitsarbeit*

*Für die Freizeitleitung, den Krisenstab zu Hause und die Teamer als Stütze und Orientierung im eingetretenen Krisenfall.*

---

- ✓ Öffentlichkeitsarbeit - im Krisenfall Gespräche mit Angehörigen & Beteiligten
- ✓ Kommunikation im Krisenfall extern – Behörden, Presse
- ✓ Checkliste Öffentlichkeitsarbeit - Akute Phase
- ✓ Checkliste Öffentlichkeitsarbeit – Am Tag danach
- ✓ Aufbau einer Presseerklärung
- ✓ Beispiel einer ersten Presseerklärung/-information
- ✓ Vorbereitung auf eine Pressekonferenz:

# Öffentlichkeitsarbeit - im Krisenfall

## **Kommunikation im Krisenfall intern:**

### **Mit Angehörigen der Betroffenen und nicht betroffenen Teilnehmer:innen – Themen:**

- Überbringung der Informationen/Nachrichten durch eine Person aus Krisenstab mit emotionalem Abstand
- Hintergrundinfos, Aufenthaltsort der Betroffenen, potenzielle Gestaltung einer Anreise
- Nützliche Telefonnr. weitergeben (nicht Notfallhandy!)
- Ruhig bleiben und bei Anschuldigungen nicht persönlich nehmen.
- Emotionale Botschaften senden, die versichern, dass alles Notwendige getan wird

## **Kommunikation im Krisenfall extern:**

### **Mit Presse, Behörden,.....:**

#### **Botschaften und Verhalten bei einem Interview:**

- Mögliche sachliche Botschaften:
  - Die Ursache ist..... oder Die Ursache ist bisher noch ungeklärt.
  - Die EJ [xy] bemüht sich, mit Experten die Ursache zu ergründen. Wir arbeiten offen mit allen Einsatzkräften zusammen.
  - Das Notfallmanagement vor Ort war Dank der intensiven Vorbereitung und Schulung der Mitarbeiter:innen gut.
  - Unsere MAs sind erfahren und haben durch Schulungen und Fortbildungen Kompetenz
  - Die Sicherheitskonzepte und das Risikomanagement orientiert sich an gültige Sicherheits-standards
- Mögliche emotionale Botschaften:
  - Die persönliche Betroffenheit des Sprechers und der EJ
  - Die Fürsorge allen Beteiligten gegenüber
  - Das Mitgefühl für die Angehörigen
  - Der Dank an die Rettungskräfte
  - Wir tun alles uns Erdenkliche, um die Situation zu lösen

# Checkliste Öffentlichkeitsarbeit - Akute Phase

- Kontaktperson für Angehörige ist bereit: \_\_\_\_\_  
(Name)
  - Wenn möglich Anreise verzögern
  - Bei Bedarf Anreise klären und
  - Aufenthaltsmöglichkeit schaffen
- Pressekontakt ist bereit: \_\_\_\_\_(Name)
- Notfallhandy ist aktiviert und es besteht Kontakt mit Backup zu Hause/Krisenteam zu Hause
- Behörden/Institutionen sind informiert und haben alle wichtigen Informationen, d. h. vorallem der Notfall-Meldebogen ist ausgefüllt und weitergeleitet
  - Polizei
  - Feuerwehr
  - Krankenwagen
  - Kriseninterventionsteam
- Teilnehmende werden vor Schaulustige, Presse und aufgebracht Elternabgeschirmt und betreuet
- Pressekontakt sammelt und bündelt Informationen zur aktuellen Lage
- Pressekontakt hat mit Presse Kontakt aufgenommen und Kontaktdaten weitergegeben
  - Lokale Medien
  - Medien zu Hause
- Pressekontakt gibt Informationen weiter
- Pressebereich einrichten (wenn möglich)
- Eintreffende Journalisten/Fernsehtams werden grob informiert und zu Pressebereich gebracht
- Presseerklärung, Texte für soziale Medien, Homepage & Anrufbeantworter formulieren.
- Pressekonferenz ankündigen und organisieren
- Koordinierung, Absprachen mit Krisenteam zu Hause
- Pressemappe wenn möglich erstellen

# Checkliste Öffentlichkeitsarbeit - Am Tag danach

- Koordinierung, Absprachen mit Krisenteam zu Hause
- Pressemappe wenn möglich aktualisieren und weitergeben
- Erste Zeitungsartikel, Radio- und Fernsehsendung auswerten
- Bei Fehlern in der Berichterstattung Kontakt aufnehmen und berichtigen
- Regelmäßige Updates auf allen Kanälen veröffentlichen
- Pressekonferenz durchführen
- Angehörige auf den aktuellen Stand bringen
- Dokumentation der Hergänge sicherstellen. Fotos machen und bereitstellen.
- Klare Statements formulieren und veröffentlichen
  - Was wurde bisher getan
  - Was sind die Folgeschritte
  - Evtl. Schon Verbesserungsansätze für die Zukunft benennen
  - Welche Erfolge bei der Lösung der Krise sind erreicht worden
- Evtl. (in Absprache mit Eltern) Interviews mit Betroffenen/Augenzeugen durchführen lassen.
- Den ganzen Tag für Anfragen von Presse, Behörden, Polizei erreichbar bleiben und Fortschritte kommunizieren

## Aufbau einer Presseerklärung

- Was, Wann und Wo ist es passiert
- Wer ist betroffen
- Welches Ausmaß, welcher Schaden, wie viele Verletzte
- Wie wurde geholfen? Welche Maßnahmen wurden ergriffen
- Was weiß man sonst?
- Informationen über die EJ [xy]
- Wohin kann man sich als Angehöriger oder Pressevertreter wenden?
- Weiter Infos: Fortbildungsgrad der MAs, Sicherheitsvorbereitung, vorherige Risikobewertungen, Notfallmanagement vor Ort

## Beispiel einer ersten Presseerklärung/-information

### **Kurze Information was passiert ist:**

Die Evangelische Jugend [xy] teilt mit, dass es heute auf einer Jugendreise nach... zu einem Verkehrsunfall gekommen ist. Dabei wurden nach den uns derzeit vorliegenden Erkenntnissen 3 Jugendliche getötet und 21 Jugendliche zum Teil schwer verletzt. Soweit bisher bekannt, ist der Reisebus der Gruppe bei einem Überholmanöver in der Nähe von ..... mit einem Lkw kollidiert.

### **Erste Reaktion: Der Veranstalter ist aktiv geworden:**

Derzeit wird der Notfallplan der EJ [xy] umgesetzt. Der vorbereitete Krisenstab hat seine Arbeit aufgenommen. Über die Polizei, die Heimatpfarrer:innen sowie die Notfallseelsorge werden die Angehörigen zu Hause informiert. Ein Team von Seelsorgern und Psychologen ist auf dem Weg an den Unfallort, um die verletzten und unverletzten Teilnehmer:innen sowie die Betreuer:innen zu begleiten. Das Auswärtige Amt ist einbezogen worden. Alle notwendigen Maßnahmen zur Notfallhilfe wurden veranlasst.

### **Allgemeine Hintergrundinfos über die Reise:**

Die Jugendlichen waren Teilnehmer einer Reisegruppe, die sich auf einer Freizeit nach/in .... befand. Die Reise hatte am 03.8.09 begonnen und war bis zum 16.08.09 geplant. Der Gruppe gehören 41 Jugendliche an, die von einem Team aus 8 erfahrenen und geschulten LeiterInnen begleitet werden.

### **Allgemeine Hintergrundinfos über den Veranstalter:**

Veranstalter der Reise ist die Evangelische Dekanatsjugend [xy]. In diesem Jahr werden insgesamt ca. 15 Reisen und Wochenende für Kinder und Jugendliche angeboten. Zum Standard bei diesen Reisen gehört es, dass alle Gruppen von geschulten und in der Jugendarbeit erfahrenen Teams, bestehend aus ehrenamtlichen Jugendlichen, begleitet werden. Hierbei wird auf Zusatzqualifikationen in Erste-Hilfe, Rettungsschwimmen Wert gelegt. Wenn es sich um Auslandsfreizeiten handelt, fährt auch eine hauptamtliche Kraft mit. Dadurch soll gewährleistet werden, dass in einem Notfall schnell und zielgerichtet gehandelt werden kann.

### **Wie kann die Presse, die Angehörigen Informationen bekommen:**

Aktuelle Informationen veröffentlichen wir über unsere Homepage [www.xy.de](http://www.xy.de) und können bei [xy] oder ..... telefonisch erfragt werden +49.....oder .....

Im Krisenstab ist Herr/Frau ..... für die Öffentlichkeitskontakte zuständig, erreichbar unter.....

### **Weiteres:**

Wir bitten davon Abstand zunehmen direkt zur Unfallstelle zu kommen. Dort ist nicht ausreichend Platz und verhindert eine gute Bewältigung der Krise. Wir sorgen schnellstmöglich für eine geordnete Anreisemöglichkeit und geben dazu baldmöglichst weitere Informationen.

Leiter der Freizeit [yy]

## Vorbereitung auf eine Pressekonferenz:

- Festlegen wo und wann die Pressekonferenz stattfindet (in den Räumlichkeiten der EJ oder vor Ort des Geschehens)
- Schriftliche Unterlagen als Pressemappe vorbereiten. (aktuelle Presseerklärung, Informationen zum Veranstalter, Kontaktdaten des Ansprechpartners, Mitarbeiter-ABC,...)
- Personen fürs Podium festlegen: Geschäftsführer, Sicherheitsbeauftragter, Dekan, Seelsorger (Namensschilder!)
- Evtl. Getränke, Imbiss bereitstellen (Servietten)
- Ort/Raum sorgfältig auswählen und herrichten:  
Stuhlordnung eher halbkreisförmig, Tische für Journalisten, freiliegende Kabel mit Tape sichern, Hinweisschilder im Haus/vor Ort
- Grafiken bzw. Visualisieren an Flipchart kann zum Verdeutlichen helfen
- Im Vorfeld ein persönlichen Frage-Antwort-Katalog erstellen, um sich auch auf kritische Fragen gut vorzubereiten
- Verlauf (sollte nicht länger als 60 Min dauern):
  - Begrüßung
  - kurze Schilderung des Sachverhaltes
  - Schilderung der getroffenen Maßnahmen;
  - Überleitungen und Beiträge von den einzelnen Personen auf dem Podium
  - Fragen der Journalisten, Moderation, Abschluss und Verabschiedung

**Vorlagen sollten in ausgedruckter Form hier abgelegt sein.**

# Inhaltsübersicht Rubrik – Hilfe bei Verletzungen und Krankheit

---

- ✓ *Die Rubrik enthält Handlungsanweisungen, Informationen zu zu Verletzungen & Krankheit während einer Veranstaltung und den Krankheitsbogen*
  - ✓ *Für die Freizeitleitung, den Krisenstab zu Hause und die Teamer als Stütze und Orientierung im eingetretenen Krisenfall.*
- 

## **Ersthilfemaßnahmen**

- ✓ ABCDE-Schema der 1. Hilfe
- ✓ Wichtige Merksätze für psychische erste Hilfe mit Unfallpatienten
- ✓ Atmung
- ✓ Lagerung im Notfall
- ✓ Schockbekämpfung
- ✓ Blutstillung & Wundversorgung
- ✓ Insektenstiche
- ✓ Sonnenstich, Hitzeschlag, Hitzeschock
- ✓ Verbrennungen
- ✓ Vergiftung
- ✓ Beinahe Ertrinken
- ✓ Gehirnerschütterung
- ✓ Knochenbrüche

## **Hilfestellungen bei Krankheiten**

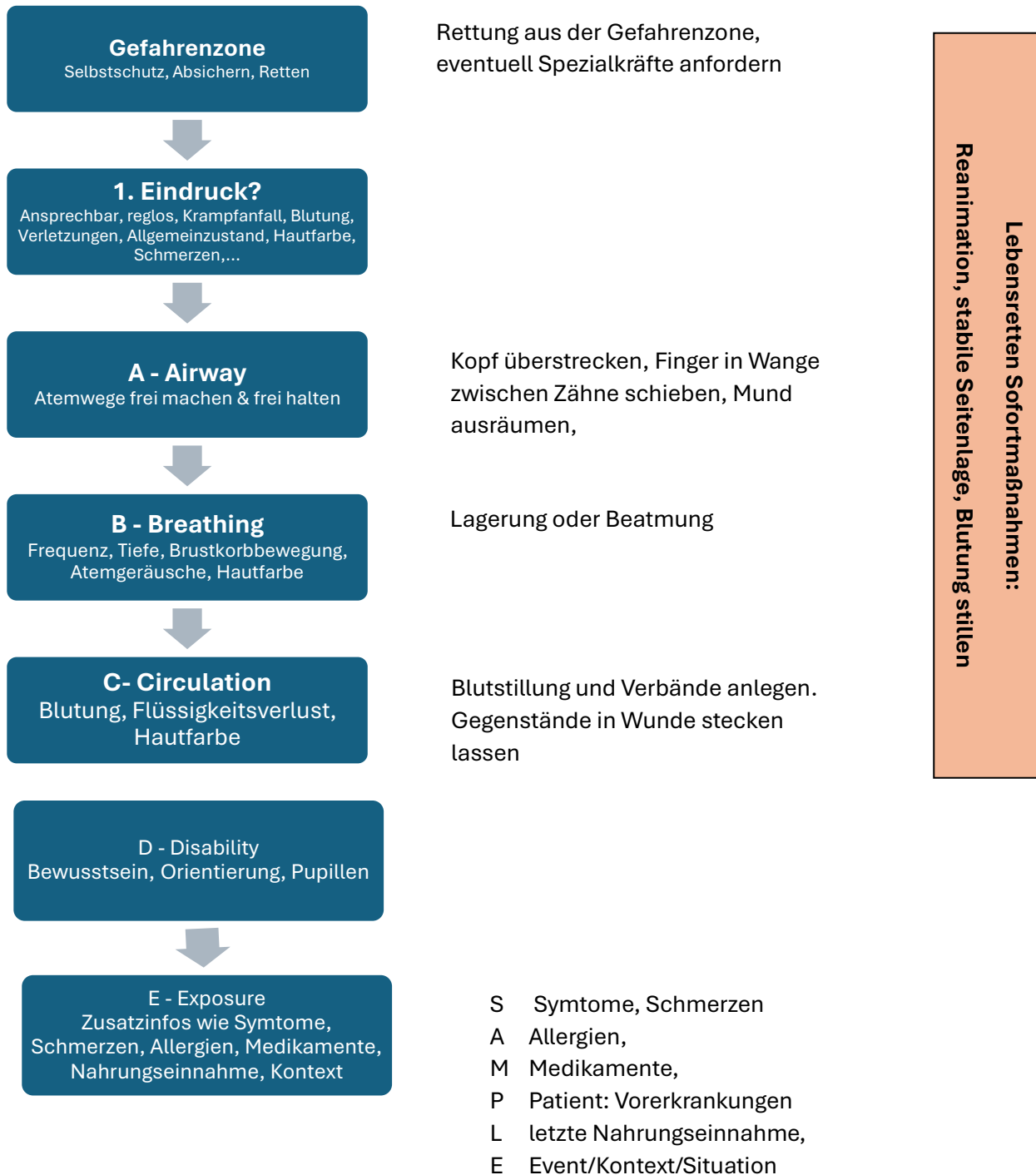
- ✓ Bauchschmerzen
- ✓ Blinddarmentzündung
- ✓ Durchfall
- ✓ Erbrechen
- ✓ Erkältung, Husten, Schnupfen
- ✓ Fieber
- ✓ Heiserkeit
- ✓ Kopfschmerzen
- ✓ Verstopfung
- ✓ Zuckerkrankheit
- ✓ Infos zu Allergien
- ✓ Alternative Wickel, Umschläge und Kompressen
- ✓ Infos zu Medikamenten

## **Krankheitsmeldebogen zum Dokumentieren und Weitergabe an Ärzten**



# ABCDE Schema

*Treat First, What Kills First*



# Hilfe-Maßnahmen im Notfall

## Wichtige Merksätze für psychische Erste Hilfe mit Unfallpatienten

- Begib dich auf die Ebene des Verletzten  
(hinknien, Augenkontakt, Körperkontakt)
- Stell Dich mit deinem Namen und Funktion vor! (auch wenn bekannt)
- Lass dir den Namen des Verletzten nennen (auch wenn bekannt)
- Versichere ihm, dass etwas zu seiner Hilfe unternommen wird.
- Suche vorsichtig Körperkontakt.  
z. B. durch Handhalten, Hand auf Schulterlegen. Vermeide Berührungen am Kopf oder anderen Körperteilen
- Gib dem Verletzten Informationen und Überblick über die Situation
- Belüge den Verletzten nicht.
- Gib ihm durch einfach Aufgaben die Selbstkontrolle zurück.
- Halte das Gespräch aufrecht und höre „aktiv“ zu!  
Dies geht durch offene Fragen, die nicht mit Ja oder Nein beantwortet werden können.
- Fragen sollten auf dem Verständnisniveau des Verletzten wahrheitsgemäß beantwortet werden.
- Kinder brauche mehr emotionale Zuwendung.
- Achtet sensibel auf Reaktionen bei Körperkontakt.
- Suche nach Ablenkung z. B. durch Kuschartier
- Vorwürfe, Abgestumpftheit und Hektik sind fehl am Platz!

## Atmung:

### Kopf überstrecken:

- Betroffenen auf Rücken legen
- Ersthelfer kniet seitlich neben der Schulter
- Mit einer Hand an die Stirn fassen, mit der anderen fasst er unter das Kinn
- Vorsichtig den Kopf nackenwärts beugen & Kinn anheben
- Atmung überprüfen

---

*Unterkiefer wird angehoben und es schiebt sich der Zungengrund nach vorne.  
So werden die Atemwege (wieder) frei.*

---

### Atemkontrolle:

- Mund öffnen und Wange über Mund halten
- Sehen, ob sich der Brustkorb beim Ein- und Ausatmen hebt und senkt.
- Hören auf Atemgeräuschen. Spüren, ob Atmung geht
- (Ohr über Mund und Nase halten)
- Fühlen von Luftbewegungen. (Handrücken über Mund halten, Hand auf Bauch legen)

---

*Bewusstlose, die atmen bringen wir in die stabile Seitenlage!*

---

### Atemwege freimachen:

- Mund öffnen
- Inspektion der Mundhöhle und ggf. Entfernen von Fremdkörpern:
  - Kopf überstrecken
  - Beide Daumen liegen beiderseits auf dem Unterkiefer
  - Die Zeigefinger krümmen sich um die Kieferwinkel
  - Die Daumen drücken den Unterkiefer abwärts
  - Ein Daumen wird zwischen die Zahnreihen von außen auf die Wange gepresst und dort belassen. Schutz vor Zubeißen!
  - Zeige- und Mittelfinger der anderen Hand tasten den Mundraum nach Fremdkörpern ab.
  - Bei Flüssigkeiten wird der Kopf zur Seite gedreht und entfernt.

## Auffinden einer Person

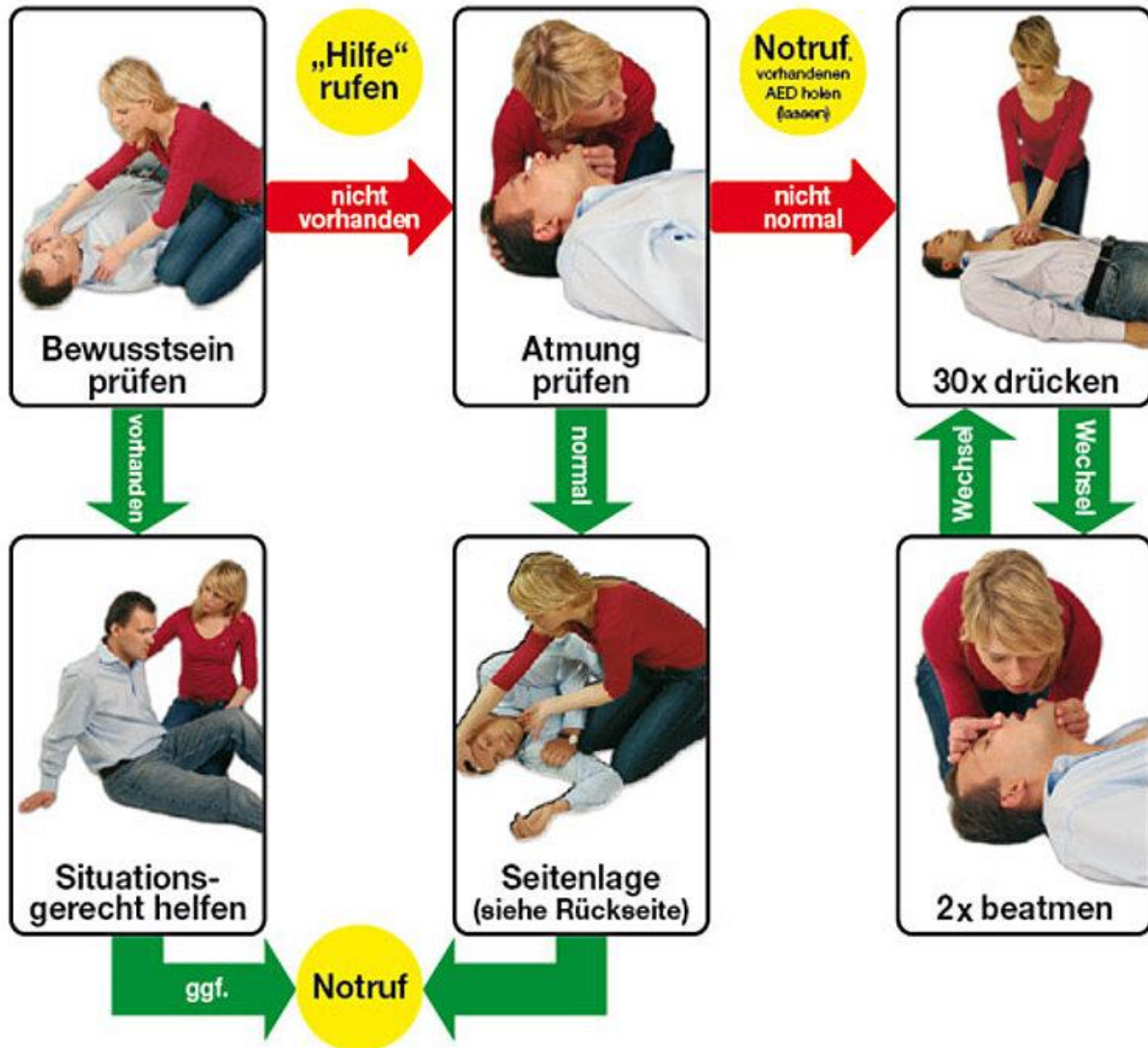


Abbildung 1 Ablauf Einfinden einer Person (Quelle: DRK e. V.)

### Vorgehen des Ersthelfers:

- Eigen- und Fremdgefährdung ausschließen; Person aus Gefahrenzone retten
- Vitalfunktionen überprüfen: Bewusstsein, Atmung, Kreislauf
- Bewusstsein vorhanden: Blutstillung, Schockbekämpfung, Wundversorgung
- Bewusstlos + Atmung vorhanden: stabile Seitenlage, evtl. mit Schocklagerung
- Bewusstlos + Atmung fehlt: Beatmung
- Sofortmaßnahmen ergreifen Notruf absetzen

### Bewusstlosigkeit feststellen:

- Anschauen: Gezielte Körperbewegung fehlen
- Ansprechen: Keine Reaktion auf lautes Ansprechen
- Anfassen: Keine Reaktion auf Rütteln an den Schultern

# Lagerung im Notfall

## Allgemein:

- Die Lagerung eines Verunglückten/akut Erkrankten zählt mit zu den wichtigsten Maßnahmen der 1. Hilfe
- Ziele: Für Transport oder ein längeres Verbleiben am Ort der Erstversorgung die günstigste Körperlage herzustellen
- Zu beachten: Atmung darf durch Maßnahme nicht behindert werden, keine zusätzlichen Schmerzen verursachen
- Lagerung erfolgt in Abhängigkeit von Bewusstsein, Atmung sowie Herz-Kreislauf

## Stabile Seitenlage – die fünf Ks

- **Kontrolle:** Knie dich neben die betroffene Person und prüfe, ob sie atmet und ansprechbar ist oder ob du sie aufwecken kannst. Atmet sie regelmäßig, ist aber bewusstlos, wende die stabile Seitenlage an. Wenn die Person nicht mehr atmet, ist eine Herz-Lungen-Wiederbelebung notwendig.
- **Kaktus:** Bringe den Arm, neben dem du kniest, angewinkelt nach oben. Die Handinnenfläche ist zu sehen und liegt in Kopfhöhe ab. Achte darauf, dass beide Beine ausgestreckt sind.
- **Kuscheln:** Kreuze den gegenüberliegenden Arm der betroffenen Person vor ihrer Brust. Der gebeugte Arm liegt auf dem Brustkorb, den Handrücken legst du an die Wange auf der Seite, auf der du kniest. Halte die Hand dort fest. Korrigiere diese Hand später, falls notwendig, sie hält den Kopf in überstreckter Position.
- **Knie:** Mit deiner freien Hand greifst du nach dem gegenüberliegenden Oberschenkel oberhalb des Knies und ziehst ihn hoch. Dadurch beugt sich das gesamte Bein so, dass der Fuß sich aufstellen lässt.
- **Kippen:** Jetzt ziehst du das angewinkelte Bein zu dir. Achte darauf, dass das Bein etwa im rechten Winkel zur Hüfte abliegt, das stabilisiert die Position. Korrigiere, falls notwendig, die Arm- und Kopfposition, der Mund stellt den tiefsten Punkt dar. Überstrecke den Hals, indem du den Kopf nach hinten neigst. So ist sichergestellt, dass die Atemwege frei bleiben. Öffne den Mund, sodass Erbrochenes oder Blut abfließen kann. Rufe spätestens jetzt den Rettungsdienst unter 112! Kontrolliere weiterhin regelmäßig die Atmung!

1.



2.



3.



4.



© NetDoktor, yindee - AdobeStock

## Lagerung bei Atemnot



Lagerung bei Atemnot

## Lagerung bei Schock und Lagerung bei Schock und Bewusstlosigkeit

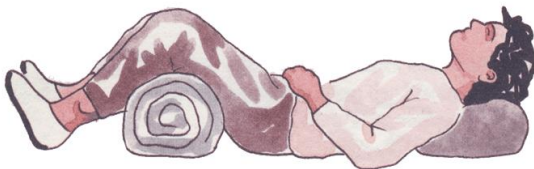


Schocklage zur besseren Durchblutung der lebenswichtigen Organe



Ganzkörperschräglage bei Bewusstlosigkeit

## Lagerung Verletzungen am Bauch



Rückenlage mit Knierolle bei Verletzung des Bauches

## Lagerungen und Wärmesicherung und bei Gesichtsverletzungen



Betroffenen zur Seite drehen, Decke von der anderen Seite unterschieben



Zur anderen Seite drehen, Decke geradeziehen



Auf den Rücken drehen und zudecken



Sitzhaltung bei Gesichtsverletzung

# Schockbekämpfung

## Symptome:

- schneller schwacher Puls
- fahle Blässe
- kalte Haut & Frieren
- kalter Schweiß auf der Stirn
- auffallende Unruhe Verwirrtheit

## Ursachen & Biologische Hintergründe:

- Herz-Kreislauf-Störung durch größeren Blut- und -Flüssigkeitsverlust
- Entwickelt sich langsam aus einem Missverständnis zwischen erforderliche du tatsächlicher Blutversorgung, d. h. zwischen einem Defizit an Sauerstoff und dem tatsächlichen Sauerstoffbedarf
- . Ursachen können sein:
  - . Blutungen nach außen und/oder Innen
  - . Flüssigkeitsverlust bei größeren Verbrennungen
  - . starkes Erbrechen und/oder starken Durchfall
  - . Erschöpfung durch Hitze
  - . Psychische Belastung und Schmerzen können den Schock verstärken.

## Maßnahmen:

- Notruf veranlassen!
- Beseitigung der Schockursache. Z. B. durch Blutstillung oder Flüssigkeitszufuhr
- Schocklage Betroffene flach auf den Rücken legen und die Beine ca. 30 cm hoch lagern.
- Stattdessen kann auch der ganze Körper in Schräglage gebracht werden
- Wärmeerhaltung: Betroffene auf eine Decke legen mit dieser oder einer zweiten Decke zudecken
- Betreuung: Beruhigend auf den Betroffenen einwirken & für Ruhe am Notfallort sorgen
- Regelmäßige Kontrolle der Vitalfunktionen

## Schocklagerung darf nicht angewendet werden bei:

- Schädel-Hirn-Verletzung
- Atemnot
- Plötzlichen Schmerzen in Brust- und Bauchraum



*Schocklage zur besseren Durchblutung der lebenswichtigen Organe*



*Ganzkörperschräglage bei Bewußtlosigkeit*



# Blutstillung und Wundversorgung

## Nasenbluten:

### Nasenbluten – Symptome

- Mehr oder weniger starkes Bluten aus einem oder beiden Nasenlöchern
- Evtl. Kopfschmerzen

### Nasenbluten – Ursachen & biologische Hintergründe

- äußere Gewaltanwendung
- Innere Einflüsse wie Bluthochdruck, Stress
- Nasenbohren
- Erkältung
- Anfällige Blutgefäße in Nasenscheidewand platzen bei Anspannung oder Bluthochdruck
- Infekt oder allergischer Schnupfen
- Bluthochdruck

### Maßnahmen bei Nasenbluten

- Kopf nach vorne beugen und Blut fließen lassen.
- Kühle Kompresse in den Nacken legen
- Nach einiger Zeit aufrecht hinsetzen
- Hört Blutung nicht auf Notarzt rufen

## Schnittwunden:

### Schnittwunde – Symptome:

- Einritzung bis tief klaffenden Spalt in der Haut
- Blutung

### Schnittwunde – Ursachen & Biologische Hintergründe:

- Gewalteinfluss von außen
- Schnittwunden reinigen sich von selbst, wenn sie ausbluten können. Allerdings bedeutet zu viel Blutverlust auch Lebensgefahr!

### Maßnahmen bei Schnittwunden:

- Person trösten und gut zusprechen
- Wundränder mit mildem Desinfektionsmittel oder Kamillebad reinigen (Achtung: nur bei Volljährigen).
- Bei leichter Verletzung Pflaster auflegen oder bei starker Blutung Druckverband anlegen.





## Blutungen am Arm – Maßnahmen:

- Hochhalten des Armes (Blutungsstelle sollte höher liegen als das Herz)
- Bei starker Blutung: Abdrücken der zur Wunde führenden Arterie an der Innenseite des Oberarmes, in dem man sie an den Knochen drückt.
- Druckverband anlegen

## Blutungen am Bein – Maßnahmen:

- Hochhalten des Beines hochlagern (Blutungsstelle sollte höher liegen als das Herz)
- Abdrücken der Arterie in der Leistenbeuge (Umfassen des Oberschenkels, so dass beide Daumen die Arterie in der Mitte der Leistenbeuge gegen den darunterliegenden Knochen drücken können.) So lange durchführen, bis die Blutung zum Stillstand kommt.

## Blutungen am Kopf und Rumpf – Maßnahmen:

- Druckverband anlegen, wenn möglich
- Wenn Druckverband nicht möglich ist, kann die Blutstillung durch Aufpressen von keimfreiem Material auf die Wunde probiert werden.
- Möglichst keimfreies Material auf Wunde auflegen.
- Notarzt rufen

## Wundversorgung – Allgemeines

- Bei Versorgung Handschuhe tragen
- Gefahren bei Wunden: Blutung, Infektion, Schmerzen und Schock
- Betroffene sollte immer sitzen oder liegen, wegen Ohnmachtsgefahr
- Wunden nicht berühren und nicht auswaschen
- Kein Puder, Salbe, Sprays oder Desinfektionsmittel auftragen
- Fremdkörper nicht entfernen, sondern um polstern und fixieren
- Wunden keimfrei abdecken und Verbände nicht unnötig wechseln
- Ausnahmen: Bei Verbrennungen & Verätzungen mit Wasser kühlen & spülen
- Bisswunden durch tollwütige Tiere unverzüglich mit Seifenlösung auswaschen

---

*Gegenstände, die in Wunden stecken, auf keinen Falls selbst entfernen,  
sondern abpolstern!*

---

## Bluterguss:

### Bluterguss - Symptome:

- Häufig Schwellung
- Bläuliche bis violette Verfärbung der Haut
- Unter Druckeinwirkung sehr schmerzempfindlich

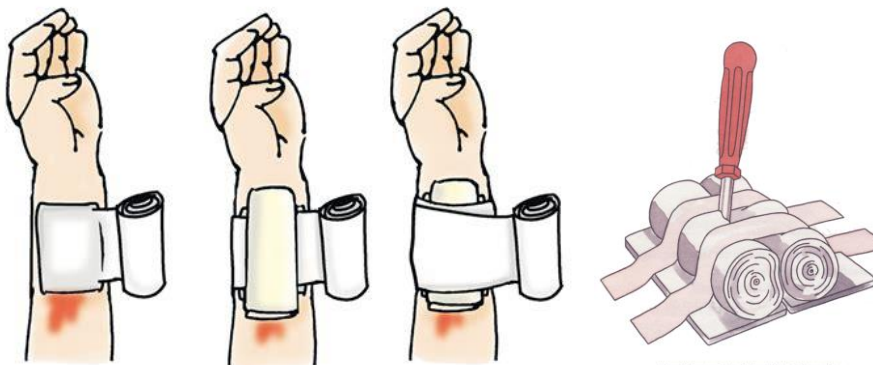
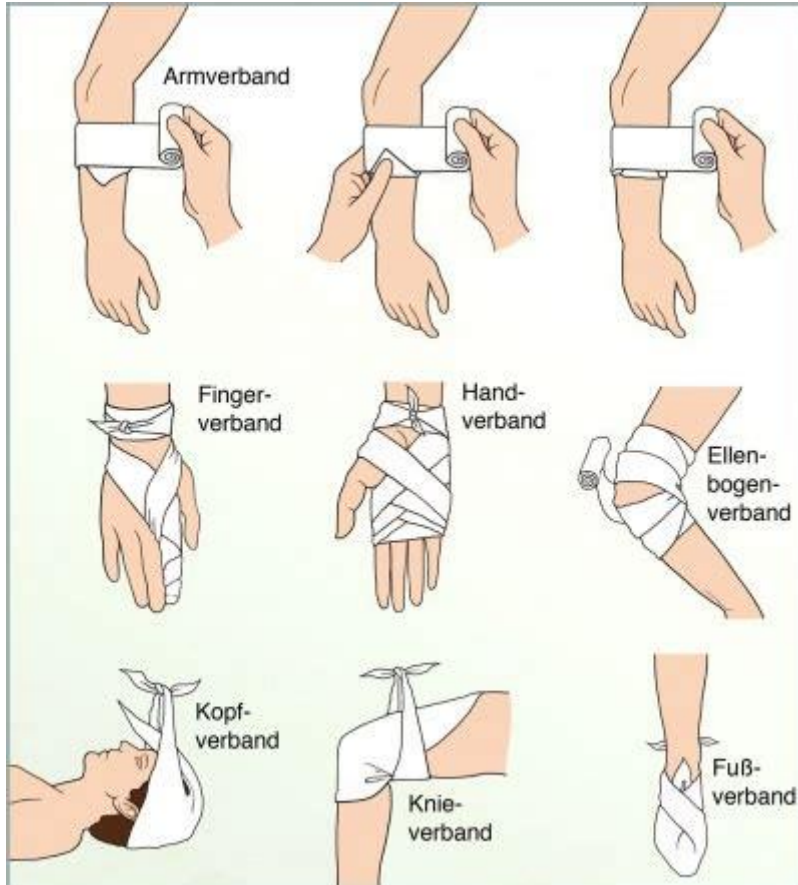
### Bluterguss – Ursachen & Biologischer Hintergrund

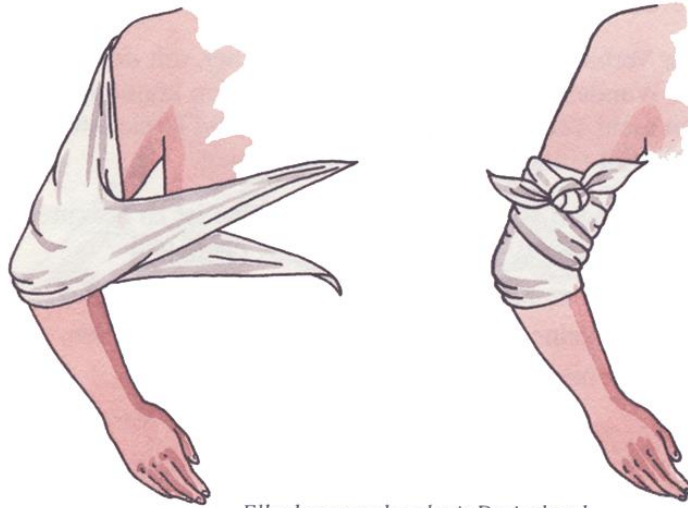
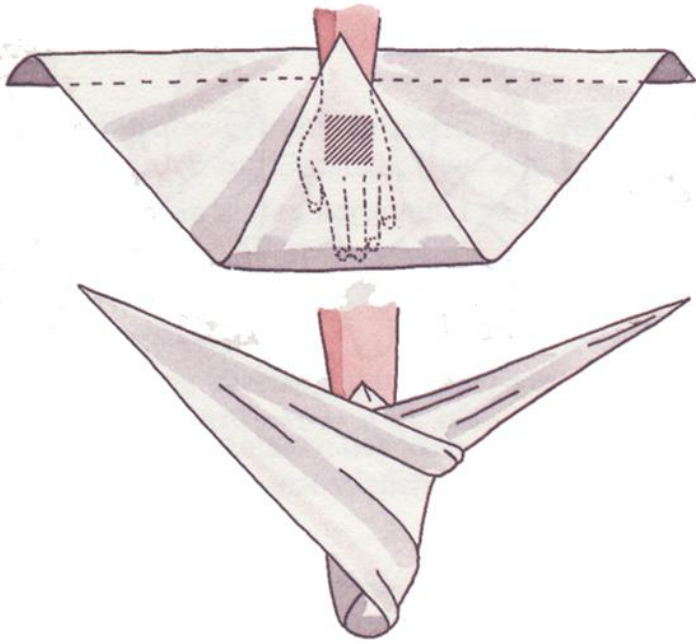
- Blutung unter der Haut ausgelöst durch Verletzung der Bänder, Sehnen, Muskeln oder Knochen
- Gewaltanwendung von außen

## Bluterguss – Maßnahmen

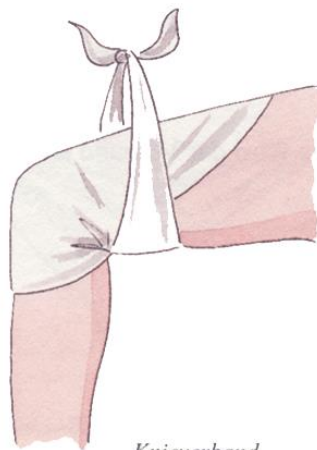
- langandauerndes (20 - 30 min.) Kühlen, z. B. durch Eisbeutel, kalten Lappen, Auch Jogurt kühlt sehr gut
- Arnika beschleunigt die Heilung & verhindert Schwellung. (Arnikaessenz in Verhältnis 1: 9 mit Wasser verdünnen und auf Tuch geben. Tuch als Umschlag auf Verletzung legen)
- 

## Verbände:





*Ellenbogenverband mit Dreiecktuch*



*Knieverband*

# Insektenstiche

## Symptome:

- Starkes Jucken oder Brennen am Körper
- rote Schwellungen

## Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Stich von Insekt, Injektion von Gift durch das Insekt
- Gefahr: allergische Reaktion

## Maßnahmen:

- Kind beruhigen
- Kontrolle der Vitalfunktionen
- Kalte Kompresse oder Joghurt-Wickel bei starkem Jucken

## Maßnahmen bei Insektenstichen im/am Hals:

- Ständiges Lutschen von Eis oder Gurgeln von kaltem Wasser
- Kalte Umschläge um den Hals, wenn es die Person zulässt
- Notruf
- Atemspende bei Atemstillstand

# Verschlucken von Fremdkörpern

## Symptome:

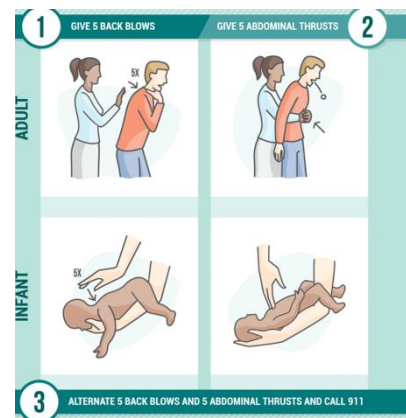
- Starker Hustenreiz
- ziehendes, pfeifendes Atemgeräusch, wenn der Fremdkörper in der Luftröhre sitzt
- Atemnot, Atemstillstand
- Blaurotverfärbung der Haut
- Panik
- Schluckbeschwerden

## Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Verschlucken von Fremdkörpern, die in Luftröhre hängen bleiben

## Maßnahmen:

- Bei herunterhängendem Oberkörper mit flacher Hand zwischen Schulterblättern klopfen  
Kleinkinder mit dem Kopf nach unten und mit den Beinen nach oben auf den Unterarm legen. Mit Handwurzel leicht zwischen Schulterblätter schlagen
- Bei Schulkindern: Helfer kniet auf Boden und hebt das Kind leicht an, Stirn des Kindes sollte dabei auf seinen Händen ruhen. Mehrere kräftige Schläge mit der Handwurzel zwischen Schulterblätter geben, bis Blockade gelöst ist.
- Falls das nicht hilft, Notarzt rufen!

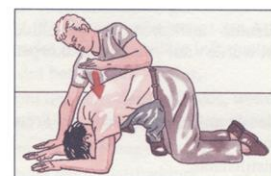


Erste Hilfe beim Verschlucken

Bei Kleinkindern



Bei Schulkindern



Bei Erwachsenen

# Sonnenstich, Hitzeschlag und Hitzeschock

## Symptome:

| <i>Sonnenstich</i>  | <i>Hitzeschlag</i>  | <i>Hitzeschock</i>   |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Hochroter heißer Kopf</li><li>• kühle Haut</li><li>• Unruhe</li><li>• Kopfschmerzen</li><li>• Übelkeit/Erbrechen</li><li>• Schwindelgefühl</li><li>• Nackensteifheit</li><li>• Bewusstseinsstörungen bis hin zur Bewusstlosigkeit</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hautrötung am gesamten Körper</li><li>• heiße trockene Haut</li><li>• stumpfer Gesichtsausdruck</li><li>• taumelnder Gang</li><li>• hohe Körpertemperatur</li><li>• schneller Puls</li><li>• Kopfschmerzen</li><li>• Übelkeit/Erbrechen</li><li>• Bewusstseinsstörungen bis hin zur Bewusstlosigkeit und Herzstillstand</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Schocksymptome</li><li>• normale Körpertemperatur</li><li>• Schweißnässe aber relativ warme Haut</li><li>• Gefahr der Bewusstlosigkeit</li></ul> |

## Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Direkte & starke Sonneneinstrahlung auf Kopf, führen zur Reizung der Hirnhaut
- Bei großer Hitzezufuhr und gleichzeitiger Verhinderung der Wärmeabgabe
- Unzweckmäßige Kleidung bei hoher Temperatur, schwüle feuchte Luft
- Übermäßiges Schwitzen & geringe Flüssigkeitsaufnahme

## Maßnahmen:

- Betroffenen an kühlen, schattigen Ort bringen; mit erhöhtem Oberkörper lagern, wenn Bewusstsein vorhanden ist
- Kontrolle der Vitalfunktionen
- Kleidung öffnen, Kopf mit nassen Tüchern kühlen
- Mit Mineralwasser Flüssigkeitsverlust ausgleichen
- Luft zufächeln, Massage der Armen und Beine
- Notruf absetzen & nicht allein lassen

## Sonnenbrand

### Symptome:

- Jucken bis hin zu Schmerzen
- Rötung und Reizung der Haut bis hin zu Blasenbildung und feuchter Hautschaden

### Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Zu lange und zu starke Einwirkung der Sonne oder Solarium

### Maßnahmen:

- Feuchte (nicht zu kalte) Umschläge (keine Kühlpacks) auf betroffene Hautpartien legen
- Umschläge mit Jogurt oder Quark auf betroffene Hautpartien legen
- In Schatten bringen und zu Trinken geben

# Verbrennungen

## Symptome:

- 1. Grad: rote, entzündete Haut
- 2. Grad: sehr schmerzhafte, nässende Haut + Pochender/stechender Schmerz im Kopf
- 3. Grad: weiße, berührungsempfindliche oder tief verschorfte Haut, oft nur geringe Schmerzen, bis in die Unterhaut beschädigtes Gewebe

## Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Lagerfeuer, Herdplatte, Backöfen, Zigarettenanzünder, Sonne, heißes Fett, Wasser, etc.
- Verbrennungen sind Entzündungen bzw. Schädigungen des Gewebes, die durch Hitzeeinwirkung hervorgerufen werden.

## Maßnahmen:

- Kühlen
- Wenn möglich Kleidung an Wunde entfernen
- Flüssigkeit (Saft und Wasser) zum Trinken geben
- Schockbekämpfung
- Verbrannte Körperstellen in kaltes, fließendes Wasser tauchen oder darunter halten
- steril abdecken und kalten Lappen darüberlegen
- Blasen nicht öffnen
- Zum Arzt gehen oder Notruf veranlassen

# Unterkühlung & Erfrierungen

## Symptome:

| Unterkühlung:   | Erfrierungen  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 1. Phase: Frösteln, Zittern, schneller Puls, vertiefte Atmung, blass-zyanotische Haut</li><li>• 2. Phase: Zunehmende Schläfrigkeit, verlangsamter Puls, Blutdruckabfall</li><li>• 3. Phase: Bewusstlosigkeit, langsamer (unregelmäßiger) Puls</li><li>• 4. Phase: Atemstillstand, Herz-Kreislauf-Stillstand</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• 1. Grad: Blässe, Schwellung, Schmerz</li><li>• 2. Grad: Blasenbildung, blaurote Haut</li><li>• 3. Grad: Gewebsuntergang (regionale Schmerzfreiheit) bis zur steifen Brüchigkeit</li></ul> |

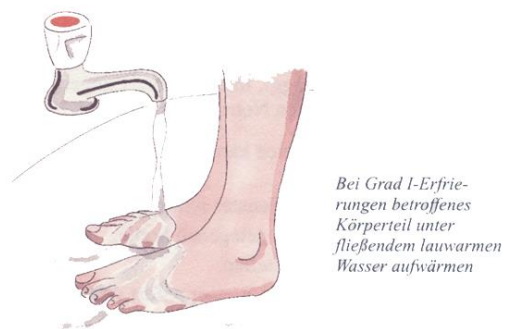
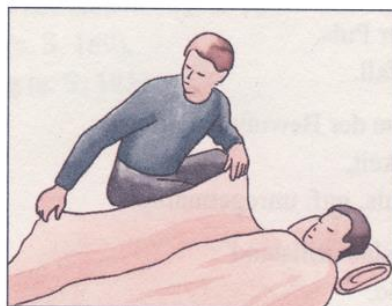
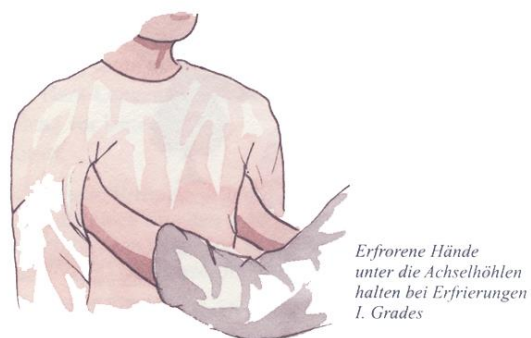
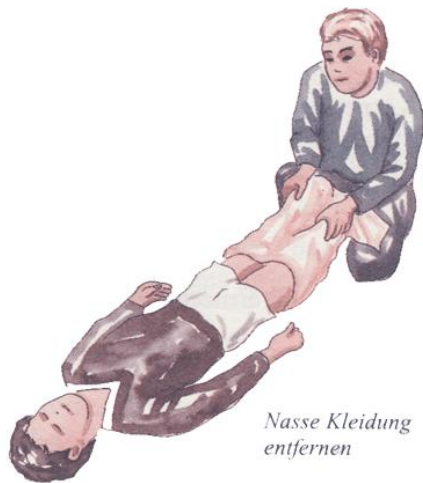
## Ursachen & Biologischer Hintergrund:

| Unterkühlung:   | Erfrierungen  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Kälteeinwirkung auf den gesamten Körper</li><li>• Gefördert durch Kälte</li></ul> <p>Gefahr:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewusstlosigkeit</li><li>• Atemstillstand und Herzstillstand</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kältereiz drosselt Blutzufuhr und schädigt das betroffene Gewebe.</li><li>• Besonders betroffen: Zehen, Finger, Kinn, Wangen, Nase, Ohren,</li><li>• Nässe erhöht den Kälteeffekt</li><li>• Die Grenze zwischen erfrorenem und gesunden Gewebe ist deutlich erkennbar</li></ul> |



## Maßnahmen:

| Unterkühlung:  | Erfrierungen  |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Phase: Kälteeinwirkung beenden, durchnässte Kleidung entfernen, abtrocknen</li> <li>• zur Bewegung anhalten</li> <li>• Flüssigkeit zu trinken geben (kein Alkohol)</li> <li>• Phase: Wachhalten, Basismaßnahmen</li> <li>• Phase: nicht in überheizte Räume bringen Basismaßnahmen</li> <li>• Phase: Beatmung &amp; ggf. Herz-Lungen-Wiederbelebung</li> <li>•</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. Grad: Kälteeinwirkung beenden, durchnässte Kleidung entfernen, abtrocknen</li> <li>• zur Bewegung anhalten oder passiv bewegen (unter lauwarmen - wärmer werdenden Wasser halten)</li> <li>• Körperwärme des Helfers nutzen</li> <li>• 2. Grad: Keine aktive oder passive Wärme</li> <li>• Wunde steril abdecken</li> <li>• zuckerhaltige, alkoholfreie Getränke verabreichen, Basismaßnahmen</li> <li>• 3. Grad: nicht bewegen</li> <li>• ansonsten wie bei 2. Grad</li> </ul> |



# Vergiftung

## Symptome:

- Durchfall
- Erbrechen
- Fieber
- Krämpfe
- Gleichgewichtsstörungen
- Erbrechen
- Atemstörungen
- Kopfschmerzen
- Bewusstseinsstörungen

## Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Putzmittel, Alkohol, Nikotin, Pflanzenstoffe, Medikamente, etc.
- Jeder Stoff kann in entsprechender Dosis als Gift wirken

## Maßnahmen:

- Herausfinden, mit was das Kind sich vergiftet hat
- Bei Bedarf die Giftnotrufzentrale anrufen
- Notruf veranlassen
- Bei ätzenden oder säurehaltigen Mitteln Kind auf keinen Fall zum Erbrechen bringen
- Viel Trinken lassen, damit die Flüssigkeit verdünnt wird

# Beinahe-Ertrinken

## Beinahe-Ertrinken - Symptome:

- Einatmen von Wasser & evtl. Erbrochenen in Lunge
- Atemnot
- heftige Atembewegungen nach Atemanhalten
- Erbrechen kann ausgelöst werden
- Erschöpfung

## Beinahe-Ertrinken – Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Erschöpfung & Unterkühlung
- übermäßiger Alkoholkonsum
- Anfälle im Gehirn
- Unfälle z. B. beim Springen in flache Gewässer

## Beinahe-Ertrinken - Maßnahmen:

- Retten aus dem Wasser. Eigenschutz beachten
- Ertrinkenden nicht von vorne anschwimmen, um Umklammerung zu vermeiden
- Rettung erfolgt mittels Kopfgreif und Rückenschwimmen.
- Wenn Atmung vorhanden in stabile Seitenlage legen
- Zudecken & Atmung kontrollieren
- Kein Alkohol geben!
- Notarzt rufen!



# Gehirnerschütterung

## Gehirnerschütterung - Symptome:

- Schwindel, Kopfschmerzen
- Unruhe
- Übelkeit mit/ohne Erbrechen
- Evtl. kurze Verwirrtheit oder Erinnerungslücken
- Gesichtblässe
- Bewusstlosigkeit

## Gehirnerschütterung - Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Gewaltanwendung von außen auf den Kopf

## Gehirnerschütterung - Maßnahmen:

- flache Lagerung und Zudecken
- Bei Bewusstlosigkeit: stabile Seitenlage
- Für Ruhe sorgen, keine kopflastigen Aktivitäten wie Lesen, Fernsehen, etc
- Notruf absetzen oder Arzt aufsuchen!

# Knochenbrüche

## Knochenbrüche - Symptome:

- Schmerzen & Schwellungen im verletzten Bereich
- Knochenverlauf wirkt unnatürlich & verbogen
- Bruchenden können ineinander verkeilt sein
- Bei offenen Brüchen stoßen Knochen durch die Haut
- Körperteil kann nicht bewegt werden
- Evtl. Schock und Bewusstlosigkeit

## Knochenbrüche - Ursachen & Biologischer Hintergrund:

- Brüche entstehen i. d. R. durch Gewaltanwendung von außen
- Es kann auch vorkommen, dass der Bruch nicht bemerkt wird, z. b. bei Rippenbrüchen
- Oft wird aber auch das umliegende Gewebe verletzt

## Knochenbrüche - Maßnahmen:

- selbst ruhig bleiben und das Kind trösten/beruhigen
- Schockbehandlung geht vor Wundversorgung!
- Offen Wunden reinigen und mit Kompressen verbinden.
- Schaut ein Knochen heraus, diesen gut abpolstern und verbinden oder nur abdecken. Der Bruch sollte möglichst nicht verschoben werden oder unter Druck stehen.
- Brüche können geschient werden. Mit kräftigen Ästen oder Stock, mit Tuch oder Krawatte verbundene Gliedmaßen ruhigstellen.
- Betroffene Stelle etwas höher lagern, um Blutzufluss zu verringern.
- Bruch mit Eisbeutel kühlen, um Schwellung zu verringern und Blutung zu stoppen. Ein Tuch in kaltes Wasser getaucht geht auch.
- Etwas zum Trinken geben (Wasser mit etwas Salz, Tee mit Salz und Zucker)

# Maßnahmen bei Krankheiten

---

*Wichtig: Die Vergabe von Medikamenten und Salben, sei es auch alltägliche Produkte wie Aspirin oder Fenestilgel darf ohne Einverständnis der Eltern nicht gegeben werden! Verzichtet so gut wie möglich darauf.*

*Wichtig: Diese Tipps und Infos sind aus einem Ausbildungsbuch zum Rettungsassistenten. Dennoch ist mit der Information kritisch und vorsichtig umzugehen! Wenn Ihr euch unsicher seid, fragt einen Arzt vorher oder ruft den Notdienst bzw. Notarzt an. Wir stellen auch keine Diagnosen!*

---

Hier findet Ihr Alternative Vorgehensweisen und Hilfestellungen für verschiedene Krankheitsbilder:

## Bauchschmerzen

### Bauchschmerzen – Symptome

- Schmerzen im Ober-, Mittel- oder Unterbauch.
- Gurgelgeräusch, Blähungen
- Häufiges Schreien, Weinen, Quengeln

### Bauchschmerzen – Ursachen & Biologische Hintergründe

- psychische Belastungen wie Heimweh, Ärger mit anderen
- Verdauungsstörungen, Blähungen
- Blinddarmentzündung
- Auch andere Krankheiten werden von Kindern als Bauchweh erkannt.
- Einnahme von falschen Substanzen
- Bei Mädchen Regelbeschwerden

---

*Sofort zum Arzt gehen, wenn die Bauchschmerzen plötzlich und heftig auftreten und von Erbrechen, starkem Aufgeblähtsein, Fieber begleitet werden!*

---

### Bauchschmerzen – Maßnahmen

- Fencheltee beruhigt und entkrampft
- Bei Blähungen Teemischung aus Fenchel, Kümmel & Anis
- Buttermilch hilft bei unklaren Bauchbeschwerden oft sehr gut. 1/2 l in kleinen zimmerwarmen Portionen über den Tag verteilt geben. (Kann auch mit Fruchtsaft gemischt werden)
- Wärmflasche und Zuwendung. Wärmezufuhr nur dann, wenn Blinddarmentzündung ausgeschlossen ist

# Blinddarmentzündung

## Blinddarmentzündung – Symptome

- Plötzlich einsetzende, sich verschlimmernde Bauchschmerzen vom Nabel in den rechten Unterbauch ziehend
- Beim Gehen vorgebeugter Oberkörper
- Druckempfindlichkeit des rechten Unterbauchs
- Kind kann nicht mehr auf einem Bein hüpfen
- Harte & schmerzhaft gespannte Bauchdecke
- Übelkeit & Erbrechen
- Erhöhte Temperatur

## Blinddarmentzündung – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Häufig Folge einer vorhergehenden entzündlichen Erkrankung oder Wurmerkrankungen, Abknickung im Wurmfortsatz
- Ablagerung von Gegenständen im Wurmfortsatz

## Blinddarmentzündung - Maßnahmen

- strenge Bettruhe
- Bauch möglichst kühl gehalten werden! (keine Eisbeutel)
- Arzt sofort rufen. Lieber einmal mehr als zu wenig.
- Beobachten der Körperhaltung des Kindes für Diagnose des Arztes
- (Kind darf keine Flüssigkeit & Nahrung zu sich nehmen, falls Operation bevorsteht)

---

*Bei Verdacht auf Blinddarmentzündung auf keinen Fall mit Wärme und Druck agieren: Die Gefahr eines Durchbruches vergrößert sich!*

---

# Durchfall

## Durchfall – Symptome

- Zu häufige Entleerung von zu weichen bis flüssigen Stuhlgang
- Häufig mit Erbrechen
- Bauchschmerzen und Koliken
- Schmerzhafter und/oder übelriechender Stuhlgang
- Entzündeter After
- Fieber, starkes Schwitzen
- Erhöhte Kälteempfindlichkeit
- Brechdurchfall: Trockene faltige Haut + dunkler Urin

## Durchfall – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Erkrankung der Schleimhäute des Dün- und Dickdarms
- Durchfall ist oft eine Selbstreinigung des Körpers. Deswegen sollten an nicht unbedingt sofort eingreifen, sondern erstmal die Giftstoffe ausscheiden lassen
- Meistens harmlos und hält nicht lange an
- Verursacht durch Viren, Bakterien, Pilze, Parasiten oder Medikamente, Infektionen, falsches oder kaltes Essen, unreifes Obst, Angst & Aufregung; Getreideunverträglichkeit, Sonnenstich  
Kuhmilchunverträglichkeit, ....

## Durchfall – Maßnahmen

- Tag 1: keine Nahrungsmittel außer Tee (Heidelbeere, Fenchel, Kamille) mit Zucker/Salz.
- Tag 2: Apfeldiät. Geschälte & gerieben Äpfel (ca. 400 g/Tag). mehrfach über den Tag verteilt. Ab und zu eine Banane begeben; dazu nur Wasser und Kräutertee trinken, keine weiteren Getränke und Lebensmittel
- Sollte am dritten Tag der Durchfall nicht vorbei sein, zum Arzt gehen!
- Bettruhe
- Warme Sitzbäder (1 - 2 x täglich 10 Minuten), danach gut abrocken und in vorgewärmtes Bett legen
- 1/2 l Wasser mit 4 TL Traubenzucker und 1/2 TL Salz langsam und mit Pausen trinken (Menge: innerhalb 24 Std. 200 mg/Kilogramm Körpergewicht)

---

*(Brech-)Durchfall verursacht schnell einen bedrohlichen Flüssigkeitsverlust.  
Kinder sollen sehr viel trinken.*

---

# Erbrechen

## Erbrechen – Symptome

- Entleerung des Mageninhaltes durch Speiseröhre
- Bauchschmerzen und Krämpfe
- Schweißausbrüche
- Schwindel
- Übelkeit
- Mundgeruch

## Erbrechen – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Erbrechen ist keine Krankheit, sondern Warnzeichen für eine Störung im Körper
- Verursacht durch Viren, Bakterien, Pilze, Parasiten oder Erkrankung des Magen-Darm-Trakts, verdorbener Magen, Vergiftung, Medikamente, falsches Essen, Allergien, psychische Belastung, Infektion der oberen Luftwege, Infektionskrankheiten, Angst & Aufregung; Schädelverletzungen

## Erbrechen – Maßnahmen

- Kamille- oder Pfefferminztee löffelweise geben mit etwas Zucker und Salz versetzen
- Keine anderen Getränke
- Leichte Ernährung, worauf das Kind Lust hat
- Bei längerem Erbrechen zum Arzt gehen

---

*Vorsicht mit warmen Bauchwickeln oder Wärmflaschen, erst abklären, ob keine Blinddarmentzündung vorliegt.*

---

# Erkältung, Husten, Schnupfen

## Erkältung, Husten, Schnupfen – Symptome

| Erkältung:   |   |   |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Müdigkeit</li><li>• Reizbarkeit</li><li>• Appetitlosigkeit</li><li>• Gliederschmerzen, Kopfschmerzen</li><li>• Schnupfen &amp; Husten</li><li>• Heiserkeit, Halsschmerzen</li><li>• Schwerhörigkeit</li><li>• Aufgedunsenes Gesicht</li><li>• Fieber</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Müdigkeit/Mattheit</li><li>• leichtes Kratzen im Hals</li><li>• Husten (mit Auswurf)</li><li>• Bellender Husten</li><li>• Trockenes Hüsteln</li><li>• Halsschmerzen</li><li>• Hustenanfälle bis zum Würgereiz o. Erbrechen</li><li>• evtl. Fieber</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kitzeln in der Nase</li><li>• Laufende Nase</li><li>• Niesen/- Anfälle</li><li>• evtl. tränende Augen</li><li>• Benommenheit</li><li>• Mattheit</li><li>• Erschwerte Nasenatmung</li><li>• Appetitlosigkeit</li><li>• Schlafstörungen</li></ul> |

## Erkältung, Husten, Schnupfen – Ursachen & Biologische Hintergründe

### Erkältung

- Verursacht durch Viren, die die Schleimhäute der Atemwege befallen oder Kontaktinfektion, Zugluft und unangemessen Kleidung, nasse oder schwitzende Füße

### Husten

- Husten ist selbst nur ein Symptom, dessen Ursachen vielfältig sind.
- Ausgelöst durch Bakterien, Viren oder Fremdkörper in Luftwegen
- Abwehrreaktion gegen Schleim, Entzündungen der Luftröhre/ Bronchen oder Fremdkörper

### Schnupfen

- Ansteckung durch Tröpfcheninfektion
- Viren, die es besonders leicht haben, wenn die Kinder frieren oder nasse Füße haben
- Meist Beginn einer Erkältungskrankheit oder oftmals auch das Ende

## Erkältung, Husten, Schnupfen – Maßnahmen

### Erkältung:

- Kamille/Pfefferminztee mit etwas Zucker und Salz versetzen; später dünne Apfelschorle
- Essen: Aprikosen, Brokkoli, Grünkohl, Karotten, Knoblauch, Tomaten, Zitronen und Zwiebeln
- Nicht mit Essen quälen, sondern warten bis Appetit wieder von allein kommt.
- Für frische & nicht zu trockene Luft im Zimmer sorgen (z. B. durch nasse Handtücher im Zimmer)
- Etwas Eukalyptusöl auf Tuch träufeln und auf Heizung legen
- Bei längerem & hohem Fieber 2–3-mal täglich Wadenwickel
- Bei längeren Erkältungen zum Arzt gehen

### Husten:

- Ruhe & Bett & Schlaf
- Kamillentee mit Honig
- Zwiebelsud mit Honig und breiige Kosten zum Schonen der Kehle
- keine Milch bei Schleimbildung in den Bronchen
- Mineralwasser & Rohkost, Mandeln, Erdnüsse; Kürbiskerne, Kürbis, Rettich
- warmer Ölwickel (Eukalyptus, Lavendel; 9 Teile Olivenöl zu 1 Teil ätherisches) im Brustbereich
- Kartoffelwickel oder Quarkwickel bei Husten mit hohem Fieber 1 Std. auflegen

### Schnupfen:

- Nasentropfen aus Kamille
- Ruhe & Bett & Schlaf mit ausreichender Luftfeuchtigkeit
- Inhalation mit Salzwasser oder ätherischen Ölen (Kamille, Pfefferminze, Thymian, Eukalyptus)

# Fieber

## Fieber – Symptome

- erhöhte Temperatur bis 38,5° = mäßiges Fieber; darüber: hohes Fieber
- Verhaltensänderung
- Appetitlosigkeit
- Schwitzen oder Schüttelfrost
- Rotes Gesicht, heiße Stirn
- Erhöhter Puls und beschleunigte Atmung
- Schmutzig gelb belegte Zunge
- Evtl. Kopfschmerzen, Geschwüre am Mund

## Fieber – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Keine Erkrankung. Häufige Begleiterscheinung anderer Erkrankungen.
- Indiz für eine Infektion
- Erhöhte Stoffwechselaktivitäten sorgt für erhöhte Temperatur.
- Ein fiebernder Körper zeigt an, dass die körpereigene Abwehr in Gang gesetzt wurde

## Fieber - Maßnahmen

- Naturtrüber Apfelsaft, 1 -2 Tassen/Tag warmen Brombeersaft, kalter Himbeersaft  
Kamille- , Melissen- oder Pfefferminztee löffelweise geben mit etwas Zucker und Salz  
versetzen; später dünne Apfelschorle
- Nicht zum Essen zwingen
- Bett-Ruhe mit viel frischer Luft im Zimmer. Kleidung und Bettzeug sollte leicht und  
luftdurchlässig sein (Seide, Baumwolle). Beides häufig wechseln
- seelische Bedürfnisse respektieren
- Kalte Wadenwickel
- Viel trinken: Wasser-Saftgemische, Tee mit Honig oder Zitrone
- Nach Ursache ausschauhalten.
- Sollte das Fieber nicht zurückgehen, zum Arzt gehen!

# Heiserkeit

## Heiserkeit – Symptome

- Trockener Husten
- Heisere Stimmen
- Räuspern
- Häufig können einige Töne nicht hervorgebracht werden

## Heiserkeit – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Häufig Begleiterscheinung anderer Erkrankungen
- Langes Gebrüll, langes Weinen, lautstarkes Spielen
- Stimmuskeln werden überbelastet bei häufigem Krächzen oder Pressen.

## Heiserkeit - Maßnahmen

- Stimmbänder schonen, aber nicht Flüstern
- Keine kalten Getränke
- Kamille- , Melissen- oder Pfefferminztee löffelweise geben mit etwas Zucker und Salz versetzen; später dünne Apfelschorle
- Halswickel aus Kartoffeln oder Zwiebeln
- Inhalieren mit Kamillendampf oder mit Salzwasser

---

*Vorsicht mit Milchgetränken.*

*Milch trägt dazu bei, dass die oberen Luftwege und die Stimmbänder verschleimen, und kann die Heiserkeit verschlimmern.*

---



# Kopfschmerzen

## Kopfschmerzen– Symptome

- Pochender oder stechender Schmerz im Kopf
- Manchmal Übelkeit oder Schwindelgefühle

## Kopfschmerzen – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Kopfverletzungen, Gehirnerschütterung
- Schulstress, geistige Überlastung, Psychische Belastung
- Augenerkrankungen, Sehstörungen
- Heuschnupfen
- Hirnhautentzündung
- Wetterfühligkeit
- Zahnschmerzen
- Infektionskrankheiten
- Schlechte Luft
- Schlafmangel
- Zuviel oder zu wenig Essen oder zu geringe Flüssigkeitsaufnahme
- Alkoholkonsum
- Wirbelsäulenbeschwerden
- Zu viel Fernsehen oder Computerspiele

## Kopfschmerzen - Maßnahmen

- Reduzierung der medialen Einwirkungen
- Ruhe & Schlaf in abgedunkelten Raum oder Spaziergang
- Schläfe mit einigen Tropfen Minzöl einreiben
- Schläfen- und Kopfmassage
- Viel Trinken, leichte Mahlzeit einnehmen
- Kalte Kompresse auf Stirn, Nacken legen

# Verstopfung

## Verstopfung – Symptome

- Feste, harte Kotknollen, die nur selten und in kleinen Mengen entleert werden
- Schmerzen beim Stuhlgang
- Völlegefühl
- Appetitlosigkeit
- Bauchkrämpfe, Blähungen
- Kopfschmerzen

## Verstopfung – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Nahrungsbrei bleibt zu lange im Dickdarm, Wasser wird ihm entzogen. Stuhl wird fest
- Falsche Ernährung zu viel hellem Brot, Kuchen, Pudding, Fleisch Wurst, Käse, Ei, Süßigkeiten
- zu wenig Obst, Gemüse, Vollkorn und zu wenig Flüssigkeit
- Förderlich können Stress und seelische Probleme sein

## Verstopfungen - Maßnahmen

- Frühs auf nüchternen Magen ein Glas lauwarmes Wasser geben oder ganzen Apfel (nicht gerieben) essen
- Abführende Getränke geben: Buttermilch, Dickmilch, Dörripflaumensaft, Tomatensaft, Sauerkrautsaft
- Sonnenblumenkerne, Leinsamenkörnern, Weizenkeim, Erdnüsse
- Auf Bananen, Schokolade, Schwarzen Tee und Milch, Eier verzichten
- Massagen des Unterleibs im Uhrzeigersinn

# Zuckerkrankheit

## Zuckerkrankheit Allgemein – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Entgleisung des Glukosestoffwechsels aufgrund fehlerhafter Insulinproduktion.
- Anfälle im Gehirn
- Unfälle z. B. beim Springen in flache Gewässer

## Unterzucker Zuckerkrankheit – Symptome

- Heißhunger
- Schwarzwerden vor den Augen
- Muskelzittern
- Bei Schock: Kaltschweißig, schneller Puls, Erregungszustände,
- Unruhe

## Unterzucker – Ursachen & Biologische Hintergründe

- Blutzuckergehalt ist zu niedrig
- Zuviel Insulin ist im Blut

## Unterzucker - Maßnahmen

- Kohlehydrate, Zucker, süßer Tee zuführen
- Bei Unruhe Selbstgefährdung verhindern
- Bei Bewusstseinsverlust: Stabile Seitenlage, Notruf, Kontrolle der Vitalfunktionen
- Wärmeerhaltung

## Überzucker Zuckerkrankheit – Symptome

- Durst
- trockene Haut
- schneller Puls
- Bauchschmerzen
- Bewusstseinsstörungen
- Bewusstlosigkeit

## Überzucker Zuckerkrankheit – Ursachen & Biologische Hintergründe

- chronische Erkrankung der Bauchspeicheldrüse
- Insulinmangel
- Erhöhte Nahrungszufuhr
- Stress, Seelische Belastung
- Fehlende Insulinzufuhr

## Überzucker Zuckerkrankheit – Maßnahmen

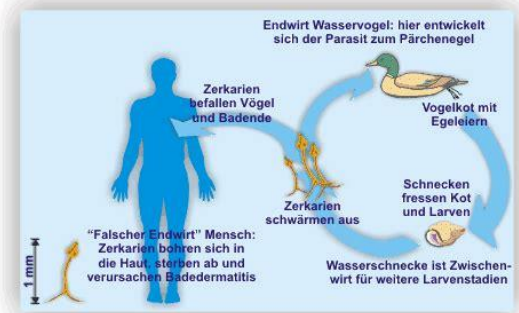
- Kohlehydrate, Zucker, süßer Tee zuführen
- Bei Unruhe Selbstgefährdung verhindern
- Bei Bewusstseinsverlust: Stabile Seitenlage, Notruf, Kontrolle der Vitalfunktionen
- Wärmeerhaltung

# Infos zu aufgetretenen, nicht so bekannten Allergien

## Badedermatitis durch Zerkarien/Wasserhibbeln

### Badedermatitis - Symptome

- rötliche, juckende Quaddeln auf der Haut, die aussehen wie Mückenstiche
- Bei Allergie: Fieber & Schockzustand möglich
- Entzündung der juckenden Stellen bei Aufkratzen



### Badedermatitis - Ursachen

- Tritt nach Baden in einem See oder Teich auf
- Larven von Saugwürmern (Trematoden-Zerkarien), die bei 20° C Wassertemperatur im Wasser sind und einen neuen Wirt suchen.

### Badedermatitis - Maßnahmen

- Quarkwickel und das Jucken zu lindern
- Andere Kinder nicht mehr ins Wasser lassen, vor allem Pflanzen reiche Uferbereiche und Flachwasserbereiche meiden.
- Nach dem Baden rasch Duschen und gut abtrocknen bzw. Abreiben
- Das Jucken ist unangenehm, aber ungefährlich, wenn keine Allergie besteht!
- Heilung erfolgt i. d. R. in 10 - 20 Tagen folgenlos
- Bei Allergien sicherheitshalber zum Arzt gehen, wenn die Reaktion schlimm ist.

# Allergische Reaktion bei Schwammspinnern

## Schwammspinner – Symptome

- evtl. pseudoallergische Reaktionen an Schleimhäuten und ganzen Körper
- Rötung und Juckreiz je nach Intensität der Berührung und Empfindlichkeit
- Bei Allergie: Schüttelfrost & Schockzustand möglich
- Schwindel
- Prickeln in der Haut, warme bis heiße Haut
- Schwellung oder Quaddelbildung
- Entzündung der juckenden Stellen bei Aufkratzen

## Schwammspinner – Ursachen, Biologische Hintergründe

- zerfallene Gifthaare der Raupe lagert sich ab und bildet eine Staubschicht, die alles durchdringen kann
- Oder die Gifthaare verhaken sich und beinhalten das Nesselgift Thaumetoporin

## Schwammspinner - Maßnahmen

- Quarkwickel um das Jucken zu lindern.
- Andere Kinder vom Gebiet fernhalten
- Nach dem Baden rasch Duschen und gut abtrocknen bzw. abreiben
- Bei stärkerem Jucken am ganzen Körper Fenestiltropfen. Nur in Rücksprache mit Eltern und Arzt!
- evtl. Kleidung bei mind. 60° heißem Wasser reinigen
- Das Jucken ist unangenehm, aber ungefährlich, wenn keine Allergie besteht!
- Bei Allergien oder sehr starkem Jucken sicherheitshalber zum Arzt gehen

# Alternative Wickel, Umschläge und Kompressen

Kompressen, Wickel, Umschläge, Bäder und Waschungen sind altbewährte Hausmittel. Sie unterstützen die Maßnahmen des Arztes und haben meistens eine sofortige lindernde Wirkung. Dabei sind sie schonend.

## Kompressen:

### Kompressen – Allgemein

- kühle Kompressen werden bei Ekzemen, andere Hautausschläge, Prellungen, Verstauchungen und Blutergüsse angewendet.
- heiße Kompressen werden bei schmerzhaften Verkrampfungen, Bronchitis, Pseudokrapp, Rippenfellentzündung, Gelenkentzündungen, Keuchhusten, Asthma angewendet

### Kompressen – Anwendung von kühlenden Kompressen

- Komresse (Mullbinde, sauberes Taschentuch, etc.) immer wieder mit Wasser oder Heiltee anfeuchten
- Behandelnde Stelle darf nicht unterkühlen!
- Bei Verstauchung/Prellung wirken Kompressen mit Arnika sehr gut. (Arnika 1:9 mit Wasser verdünnen)

### Kompressen – Anwendung von heißen Kompressen

- Zusammengefaltetes Handtuch, in heißes Wasser auswringen und in ein Frottiertuch schlagen
- Auf schmerzende Stelle legen und mit Wolltuch abdecken. Nicht länger als 20 Min liegen lassen. Kann mehrfach am Tag wiederholt werden
- Bei Verstauchung/Prellung wirken Kompressen mit Arnika sehr gut. (Arnika 1:9 mit Wasser verdünnen)

## Breiumschlag aus Kartoffeln/Hafer:

### Breiumschlag Kartoffel/Hafer – Anwendungsgebiet

- örtliche Erwärmung
- Anregung der Durchblutung
- Entzündliche Erkrankung
- Mumps
- Halsschmerzen

### Breiumschlag Kartoffel/Hafer – Anwendung

- Warmen Brei aus Kartoffeln oder Hafer ca. 2 cm auf sauberes Geschirrtuch streichen und gut einschlagen
- Kranke Hautregion eincremen und ein dünnes Tuch darüberlegen.
- Warmen Breiumschlag auflegen und mit Schal, Decke umwickeln.
- Nach ca. 2 Std. abnehmen

## Wickel

### Wickel – Allgemeines bei Anwendung

- als entzündungshemmende und fiebersenkende Maßnahme
- Kind vor Anlegen nochmal auf WC schicken, um Aufstehen zu vermeiden
- In Rufweite des Kindes bleiben
- Wickel kann mehrere Stunden angelegt bleiben
- 1 Stunde nach Abnahme liegen bleiben.
- Kühle Halswickel wirken als Reiztherapie. Sie beschleunigen die Heilung, dürfen aber nicht angewendet werden, wenn dem Kind kalt ist.
- Warme Halswickel fördern den Abtransport von Krankheitserregern

## Halswickel

### Halswickel – Anwendungsgebiet

- Halsschmerzen
- Rachenentzündung
- Mandelentzündung
- Husten

### Halswickel – Anwendung

- Nur anwenden, wenn sich das Kind dabei wohlfühlt!
- großes sauberes, längsgefaltetes Tuch in lauwarmes Wasser tauchen
- Um den Hals des Kindes legen
- Darüber ein Baumwolltuch (z. B. Handtuch) und dann ein Wollschal legen
- Der Halswickel soll möglichst bis zu den Ohren reichen.
- Den Wickel nicht zu locker anlegen, damit er warm werden kann
- Nach einer Stunde abnehmen und nach einigen Stunden Pause wiederholen

## Wadenwickel

### Wadenwickel – Anwendungsgebiet

- Zur einfachen und schonenden Fiebersenkung

### Wadenwickel – Anwendung

- Bevor der erste Wadenwickel angelegt wird, müssen die Beine des Kindes heiß sein und das Kind darf nicht frieren oder frösteln - sonst besteht die Gefahr eines Kreislaufkollapses! Beine des Kindes dürfen nicht kalt oder blass werden!
- die Beine des Kindes getrennt voneinander bis zum Knie in Windeln oder saubere Geschirrtücher wickeln, die vorher in handwarmen Wasser ausgewrungen wurden. Darüber ein Frotteetuch legen.
- Die Wadenwickel bleiben ca. 1/4 Std. liegen
- Danach können in Abständen von einer Stunde mehrere Male mit etwas kühlerem Wasser wiederholt werden. (1 - 2 C° Fiebersenkung)
- Ist dem Kind der Wadenwickel unangenehm abrechen!

## Bein- und Armwickel

| Beinwickel  | Armwickel   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Erkrankung der Harn- und Verdauungsorgane</li><li>• Verletzungen der Hüft-, Knie- und Fußgelenke</li><li>• Verstauchungen, Verrenkungen, Prellungen</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Zur Anregung der Atmung</li><li>• Zur Anregung des Herz- Kreislaufes</li><li>• Zur Anregung des Stoffwechsels</li><li>• Lymphknotenschwellung</li><li>• Wunden und Geschwüren</li></ul> |

## Bein- und Armwickel – Anwendungsgebiet

| Beinwickel   | Armwickel  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Saubere Leinentücher in kaltem Wasser auswringen und locker die Beine des Kindes von der Leistenbeuge bis zu den Zehenspitzen einwickeln.</li><li>• Den feuchten Wickel mit Frotteetüchern abdecken.</li><li>• Die Wickel sollten 1/4 Std. - 1/2Std. liegen bleiben.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Saubere Leinentücher in kaltem Wasser auswringen und locker die Arme des Kindes von der Schulter bis zu den Fingerspitzen einwickeln.</li><li>• Den feuchten Wickel mit Frotteetüchern abdecken.</li><li>• Die Wickel sollten 1/4 Std. - 1/2Std. liegen bleiben.</li></ul> |

## Bauchwickel

### Bauchwickel – Anwendungsgebiet

- Magen-Darm-Störung
- Erbrechen
- Bauchschmerzen bzw. Bauchkrämpfe

### Bauchwickel - Anwendung

- Bauchwickel dürfen auf keinen Fall bei (Verdacht) auf Blindarmentzündungen angewendet werden!
- Frotteetuch mehrfach in Längsrichtung falten. In Warmen, starken Kamillentee auswringen.
- Das Tuch auf den schmerzenden Bereich legen. Den feuchten Wickel mit Wolltuch abdecken.
- Evtl. eine Wärmflasche dazulegen
- Den Wickel nach 1/4 Stunde entfernen und nach einer 1 Std. evtl. wiederholen
- Ist dem Kind der Wickel unangenehm, entfernen!

## Pulswickel

### Pulswickel – Anwendungsgebiet

- Fieberanstieg bei unruhigen Kindern
- Übelkeit
- Kopfschmerzen
- Schüttelfrost



## Pulswickel - Anwendung

- 4 saubere Leinentücher einzeln von beiden Seiten zur Mitte hin aufrollen.
- Rollen mit 1/4 l heißem Wasser, das 1 EL Arnika-Essenz enthält, übergießen.
- Handtücher auswringen und jeweils um die Hand- und Fußgelenke des Kindes legen und mit Wolltüchern straff befestigen.
- Die Wickel alle 10 Min. erneuern. Nach drei Wechseln eine Stunde Pause machen.

## Zitronenwickel

### Zitronenwickel – Anwendungsgebiet

- Verkrampfung der Bronchien
- Bronchitis, spastische Bronchitis
- Asthma

### Zitronenwickel – Anwendung

- Baumwolltuch (muss Oberkörper des Kindes umschließen) in reinen Zitronensaft tauchen und den Oberkörper einwickeln.
- Den feuchten Wickel mit Frotteetüchern umwickeln.
- Der Wickel kann mehrere Stunden liegen bleiben

## Quarkwickel

### Quarkwickel – Anwendungsgebiet

- Schleim- und Krampflösung
- Bronchitis
- Entkrampfung bei quälendem Husten

### Quarkwickel - Anwendung

- Mullwindel oder dünnem Handtuch in der Mitte mit ca. 1 cm dick mit frischem, fettarmen, Zimmer warmen Quark.
- Windel in Handtuch gut einschlagen und auf die Brust des Kindes legen. Darüber ein Frotteetuch legen
- Die Wickel sollten 1 Std. liegen bleiben. Danach das Kind gut abtrocknen

## Wärmflasche, Eisbeutel und Bäder

### Wärmflasche

#### Wärmflasche - Anwendungsgebiete:

- Heimweh oder zum Trösten/Beruhigen oder Aufwärmen
- Muskelzerrung, Muskelverspannung
- Erkältung
- Monatsblutung

## Wärmflasche - Anwendung

Wärmflasche zu 2/3 mit warmen Wasser füllen und vor Schließen Luft herausdrücken.  
Wärmflasche in ein Handtuch einwickeln, um Verbrühungen zu verhindern und auf die entsprechende Stelle wie Bauch, Schulter Füße oder unter die Bettdecke legen

## Eisbeutel

### Eisbeutel – Anwendungsgebiete

- starke Entzündungen
- Schwellungen

### Eisbeutel – Anwendung

- Eis niemals direkt auf Haut legen!
- zerkleinertes Eis in Wärmflasche oder anderen festverschlossenen Behälter füllen, bis diese ca. halb voll ist. Luft herausdrücken.
- Wärmflasche/Behälter in Handtuch wickeln und auf Verletzung legen. (Ca. 30 Min).

## Bäder

### Bäder – Allgemeines

- Für Voll- oder Teilbäder ist der Vormittag oder der späte Nachmittag am besten.
- Auf keinen Fall sollten Bäder vor oder nach einer Mahlzeit angewendet werden, weil dann der Organismus mit dem Verdauungsvorgang beschäftigt ist.

### Bäder Anwendungsgebiete

| Kalte Armbäder  | Warme Armbäder   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• nervöse Herzbeschwerden</li><li>• Kreislaufschwäche</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Verkrampfungen</li><li>• Schmerzen</li><li>• Herz- und Kreislaufbeschwerden</li><li>• Lymphknotenschwellung</li><li>• Rheumatische Erkrankungen</li><li>• Wunden &amp; Geschwüre</li></ul> |

### Bäder Anwendung

| Kalte Armbäder   | Warme Armbäder  |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Schüssel mit kaltem Wasser füllen</li><li>• Beide Arme gleichzeitig bis zu den Achseln ins Wasser tauchen und sofort wieder herausziehen (max. 30 sec. im Wasser)</li><li>• Anschließend die Arme gut abtrocknen</li><li>• Ein Armband führt im ersten Moment zu einem Kälteschmerz mit anschließender wohltuender Erwärmung</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Das Armbad muss Körpertemperatur haben</li><li>• Arme ca. 10 - 20 Minuten im warmen Wasser lassen</li><li>• Das Bad mit einem kalten Wasserguss über die Arme beenden</li><li>• Evtl. kann man Kamillentee oder Kamillenextrakt dazu geben</li><li>• Das Ganze kann auch als ansteigendes Armbad praktiziert werden:</li><li>• Wassertemperatur zu Beginn 35 °C und allmählich durch Zugießen auf</li><li>• 39 - 41°C steigern. (10 - 20 Min Dauer)</li></ul> |

## Infos zu Medikamenten

- Wir geben nur in Ausnahmefällen Medikamente an Kinder & Jugendliche. Zunächst versuchen wir die Schmerzen/Leiden mit alternativen & unbedenklichen Hausmitteln zu lindern.
- Vor jeder Freizeit wird über den Fragebogen abgefragt, welche TeilnehmerInnen Medikamente bekommen dürfen und welche nicht.
- Bei der Vergabe an junge Erwachsene, die selbst entscheiden können, ob sie Medikamente nehmen wollen, beschränken wir uns auf allgemein bekannte und rezeptfreie Medikamente wie Fenistilgel, Paracetamol, etc.
- Bei minderjährigen und Nichtgeschäftsfähigen Personen darf nur in Absprache mit Ärzten & Eltern Medikamente gegeben werden. Dies gilt auch für rezeptfrei Medikamente!
- Bringen Kinder eigene Medikamente mit, sollten diese eingesammelt und unter Aufsicht gegeben werden, um falsche und unnötige Einnahme zu vermeiden.
- Bei Auslandsfreizeiten:  
Bei einigen Medikamenten braucht man eine Genehmigung, um sie in andere Länder einführen zu dürfen. Uns betrifft das vor allem bei AD(H)S-Medikamente mit Methylphenidat. Für die Länder des Schengenabkommen gibt es hierfür ein Formblatt
- Seid auch bei Angaben von Eltern misstrauisch, so manches „Vitaminpräparat“ hat sich schon als Psychopharmaka herausgestellt.
- Lasst Euch immer eine Kopie der Packungsbeilage geben und auch eine Handlungsanweisung zur Einnahme der Medikamente

# Krankheitsbogen für Freizeiten

(zur internen Dokumentation zum Nachweis gegenüber Behörden und Eltern)

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

Name des Kindes: \_\_\_\_\_

Wann trat die Krankheit auf: \_\_\_\_\_

Wie sahen die Symptome aus:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Welche Gegenmaßnahmen wurden wann durch wen ergriffen (Datum, Uhrzeit, Person):  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Elterngespräche: Wann, Was, Absprachen:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ärztegespräche: Wann, Was, Absprachen:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# Krankheitsbogen für Freizeiten

(zur internen Dokumentation zum Nachweis gegenüber Behörden und Eltern)

Für die Freizeit/Veranstaltung: \_\_\_\_\_

Name des Kindes: \_\_\_\_\_

Wann trat die Krankheit auf: \_\_\_\_\_

Wie sahen die Symptome aus:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Welche Gegenmaßnahmen wurden wann durch wen ergriffen (Datum, Uhrzeit, Person):  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Elterngespräche: Wann, Was, Absprachen:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ärztegespräche: Wann, Was, Absprachen:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# Inhaltsübersicht Rubrik – Selbstverletzendes Verhalten und Suizidversuche

---

*Die Rubrik enthält Hintergründe und Handlungsanweisungen bei Selbstverletzendem Verhalten und Suizidversuchen*

---

---

*Für die Freizeitleitung, den Krisenstab zu Hause und die Teamer als Stütze und Orientierung im eingetretenen Krisenfall.*

---

## **Selbstverletzendes Verhalten**

- ✓ Hintergründe
- ✓ Mögliche Ursachen
- ✓ Mögliche Funktionen
- ✓ Selbstverletzendes Verhalten erkennen
- ✓ Handlungsmöglichkeiten

## **Suizidversuche**

- ✓ Erkennen von suizidalen Absichten
- ✓ Merkmale
- ✓ Maßnahmen bei suizidalen Gedanken oder Äußerungen
- ✓ Maßnahmen bei konkreten Ankündigungen eines Suizids bzw. Bei akutem Risiko
- ✓ Maßnahmen bei einem nicht verfolgriechen Versuch, in der Akutsituation
- ✓ Maßnahmen bei erfolgreichem Suizid

## **Notfallplan zur Verhinderung eines Suizids**

- ✓ Erläuterung
- ✓ Eine Allianz eingehen
- ✓ Kurzerklärung zum Umgang mit dem Notfallplan
- ✓ Vorlage Notfallplan

# Rubrik – Selbstverletzendes Verhalten und Suizidversuche

## Selbstverletzendes Verhalten

### Hintergründe:

Charakteristisch für selbstverletzendes Verhalten (SVV) ist die Absicht, den eigenen Körper zu verletzen. In der Regel besteht kein suizidaler Aspekt. Häufig verwenden die Betroffenen verschiedene Formen der Selbstschädigung. Dazu zählen unter anderem das Aufschneiden oder Aufritzen der Haut, Verbrennungen oder Verbrühungen, wiederholtes Schlagen des Kopfes an Gegenständen oder mit Nadeln stechen.

Selbstverletzung ist kein eigenständiges Krankheitsbild, sondern tritt als Symptom einer psychischen Störung (wie Depression, Posttraumatische Belastungsstörung, Persönlichkeitsstörungen) oder auch ohne begleitende psychiatrische Erkrankungen auf.

### Mögliche Ursachen

- Emotional Vernachlässigung und/oder sexuelle Übergriffe
- Betroffene haben Schwierigkeit, ihre Emotionen zu deuten und zu regulieren.
- Selbstverletzung als Bewältigungs- und Problemlösestrategien von Problemen
- Kontakt zu selbstverletzenden Gleichaltrigen → Lernen am Model
- soziale Konflikte, Gewalt, Deprivation und wechselnde Primärbeziehungen

### Mögliche Funktionen

- Abbau von aversiven Zuständen (wie Angst, Aggression, Spannungen),
- viele Betroffene beschreiben eine „Befreiung und Erleichterung“ nach einer Selbstverletzung.
- Dissoziatives Erleben & ungute Gefühle beenden (z B. du träumst, aber du bist wach.“ oder „manchmal fühlt es sich an, als ob du in deinem Kopf an einem anderen Ort bist, obwohl dein Körper hier ist.“)
- Stress- und Druckabbau
- Gefühl der Freiheit, Unabhängigkeit behaupten oder wiederzugewinnen
- um sich selbst zu bestrafen oder um ein Hilfesignal zu senden.

### Selbstverletzendes Verhalten erkennen:

- Plötzliches Tragen von langer Kleidung, auch an heißen Tagen
- Weigerung ins Schwimmbad zu gehen
- Häufiges zurückziehen und Einschließen in Bad/Zimmer

### Handlungsmöglichkeiten

- Notwendige medizinische Behandlung zuerst (z. B. Schnitte versorgen)
- Reagieren Sie nicht mit Panik!
- Vermeiden Sie voreilige Schlussfolgerungen, Beschuldigungen und Drohungen
- Gefühle ernst nehmen
- Nehmen sie sich Zeit und signalisieren sie Gesprächsbereitschaft und einfach zuhören
- Hoffnung aufbauen, **professionelle Unterstützung suchen**

**zur Überbrückung und Bewältigung der Zeit, bis professionelle Hilfe in Anspruch genommen wird, können folgende Handlungen helfen:**

- Mit der Person Alternativen überlegen, z. B. Knetball/Knautschball, Anti-Stressball benutzen
- Gemeinsam Wege suchen, dass der Druck nicht so groß wird: Kalt duschen, baden, rennen Musik hören, Eiswürfel in die Hand nehmen, Chillibonbons
- Freund:in anrufen oder treffen
- Frühwarnsystem entwickeln, wie erkenne ich, dass der Druck steigt?
- Es müssen auf jeden Fall die Eltern informiert werden

## Suizidversuche

Dem Versuch der Selbsttötungen gehen meist psychische Erkrankungen wie Depressionen voraus. Werden sie früh erkannt und behandelt, lässt sich oft Schlimmeres verhindern.

### Erkennen von suizidalen Absichten:

- Wahrnehmen von Krankheitsbildern, die mit Suizid in Verbindung stehen: Depression, Schizophrenie, Abhängigkeiten (Alkohol, Drogen, Medikamente), Angsterkrankungen, Persönlichkeitsstörungen
- Einengung der Wahrnehmung der eigenen Gefühle, der Beziehungen und Werte
- Anzeichen von Resignation
- Häufige Vorwürfe gegenüber anderen, häufig nahestehenden Personen
- Gegen sich selbst gerichtete Aggressionen, sowohl körperlich als auch verbal
- Todesfantasien und gedankliche Spiralen bzw. Kreisläufe
- Halluzinationen

### Merkmale (häufig in Kombination miteinander)

- tiefe Gefühl der Hoffnungslosigkeit in Verbindung mit [Schlafstörungen](#),
- übertriebenen Schuldgefühlen,
- tiefer Freudlosigkeit und Erschöpfung
- hohen Leidensdruck.
- Wunsch, der unerträglichen Situation wie auch immer zu entkommen
- Wunsch nach Ruhe, Pause
- Wunsch nicht mehr zu leben
- Geringes Selbstwertgefühl und Selbstachtung
- Angst,- und Panikattacken, Niedergeschlagenheit
- Intensive und kaum erträgliche Anspannung
- Schwere Schlafstörungen, Aggressivität

### Maßnahmen bei suizidalen Gedanken oder Äußerungen:

(...um Druck und damit das Bedürfnis nach dem Suizid abzubauen)

- Freund:in anrufen oder treffen und einfach reden.
- Gründe fürs Leben sammeln! Wichtig und es gibt keine, die zu klein sind!
- Telefonseelsorge oder Krisendienst Bayern – Hilfen bei psychischen Krisen anrufen 0800-6553000  
kalt duschen, baden, rennen Musik hören, Eiswürfel in die Hand nehmen, Chillibonbons
- Wenn möglich, therapeutische Hilfe aufsuchen!

### Maßnahmen bei konkreten Ankündigungen eines Suizids bzw. Bei akutem Suizidrisiko:

Ein Jugendlicher steht z. B. auf dem Dach und will herunterspringen / Eine Jugendliche kündigt an, sich mit Schlaftabletten heute Nacht das Leben zu nehmen

- Intervention notwendig!
- Krisendienst (als psychologische/seelische Unterstützung) informieren und Hilfe anfordern!
- Polizei (hat Aufgabe Leben zu schützen, kommt mit geschulten Menschen nimmt in Gewahrsam und bringt in sichere therapeutische Klinik) anfordern!
- Kontakt mit Person nicht abreißen lassen! Reden, z. B. nach schönen Ereignissen fragen und Gründe fürs Leben sammeln.

### Maßnahmen bei einem nicht erfolgreichen Versuch, in der Akutsituation:

- 1.Hilfe-Maßnahmen nach dem ABCDE-Schema durchführen (s. Rubrik 1. Hilfe)
- Notarzt und Kriseninterventionsteam/Notfallseelsorge anfordern
- Betroffene Person nicht allein lassen, stärken, trösten und zuhören
- Eltern informieren.



## Maßnahmen bei erfolgreichem Suizid

- Polizei und Rettungskräfte informieren, die das Überbringen der Todesnachricht übernehmen
- Träger der Maßnahmen, eigene Dienstvorgesetzte informieren (z. B. Dekan:in)
- Für die anderen in der Gruppe, inklusive des Teams, ist es wichtig, dass sie auch psychologisch betreut werden. ==> Krisenteam anfordern
- Rituale durchführen (s. Rubrik „der Todesfall tritt ein“)

## Maßnahmen und Handlungsmöglichkeiten zur Vermeidung:

- Überprüfen ob bereits Hilfsangebote und therapeutische Maßnahmen genutzt werden, wenn nicht darauf hinwirken
- Kontakt mit den Eltern herstellen, prüfen, ob schon Mal Gedanken an Selbstmord da waren, falls das mit der betroffenen Person nicht möglich ist.
- “Krisenkit im Notfall” mit Kind/Jugendlichen erstellen und Absprachen treffen, soweit es die Eltern erlauben. S. Notfallplan auf der nächsten Seite.
- Unterstützung bei der Suche von professionellen Hilfsangeboten evtl. auch Begleiten, wenn Eltern das wollen/erlauben.

# Notfallplan zur Verhinderung eines Suizids

## Erläuterung

Der Notfallplan stellt eine mit dem Betroffenen in kooperativer Haltung erarbeitete verschriftlichte Liste individualisierter Warnzeichen und Bewältigungsstrategien.

Die Liste unterstützt dabei, suizidale Entwicklungen rechtzeitig zu erkennen und akut suizidalen Zuständen präventiv entgegenzuwirken.

Die Notfallplan-Konstruktion umfasst folgende sechs Schritte:

1. Finden von Warnzeichen (z.B. Stressoren, Emotionen, Gedanken, Verhaltensweisen), die auf suizidale Entwicklungen aufmerksam machen und festlegen, ab wann der Notfallplan zur Anwendung kommt.
2. Finden von Bewältigungsstrategien, die ohne Hilfe anderer Menschen angewendet werden können und ermöglichen, sich von Suizidgedanken und -impulsen selbstständig abzulenken (z.B. Trainieren, kalte Dusche, schöne Bilder anschauen, Musik hören, Malen, Krafftier aktivieren).
3. Finden sozialer Ressourcen, die dabei helfen, sich von Suizidgedanken abzulenken (z.B. Kontakt mit Angehörigen, Besuch von Café, Zoo, Lieblingsort).
4. Finden von Helfer:innen aus dem privaten Umfeld, die sich bereit erklären, in Krisensituationen durch Entlastungsgespräche zur Seite zu stehen.
5. Exploration professioneller Helfer:innen, die eine adäquate notfallpsychiatrische Versorgung ermöglichen (z.B. niedergelassene Psychiater:in, psychiatrische Ambulanzen, Seelsorgetelefon, Pfarrer:in, Diakon:in, Vertrauenslehrer:in ).
6. Beseitigung potenzieller Suizidmethoden, sodass diese in akut suizidalen Zuständen nicht zur Verfügung stehen (z.B. vorübergehende Verwahrung der Medikamente durch einen Angehörigen, Rasierklingen und scharfe Gegenstände entfernen).

## Eine Allianz eingehen:

Zu Beginn gilt es auf die Anzeichen, das Ziel und den Ablauf des Notfallplans einzugehen. Dabei fragen wir auch die Teilnahmebereitschaft der Person an.

Nach der Einwilligung in die Notfallplanerstellung, gilt es das Wofür anzufragen: die Gründe zum Leben, die es ermöglichen – trotz des aktuellen und kommenden Leids, am Leben festzuhalten. Ganz nach Viktor Frankl: „Wer ein Warum zu leben hat, erträgt fast jedes Wie“ (Frankl 1991,101)

## Notfallplan für die betroffene Personen zum Ausfüllen und Mitnehmen (nächste Seite), wenn sie Suizidgedanken äußern.

Der Notfallplan kann im Voraus von der Person, die sich in einem stabilen und guten Zustand befindet, allein oder zusammen mit einer Vertrauensperson ausgefüllt werden. Der ausgefüllte Plan sollte immer bei sich getragen oder griffbereit aufbewahrt werden. Er dient als Orientierungshilfe und Handlungsanweisung in Situationen mit Suizidgedanken.

Notfallplan: s. nächste Seite

**Notfallplan: Wenn ich merke, dass ich Suizidgedanken habe, dann .....**

**Was tue ich selbst, wenn Suizidgedanken stärker werden?**

Was hilft mir in solchen Situationen?

Wo habe ich die Möglichkeiten auf andere Gedanken zu kommen?

An wen wende ich mich (Freunde, Familie, Verwandte, Tiere)?

Wie erreiche ich sie (Telefonnummern)?

Was tue ich, wenn meine Bewältigungsmöglichkeiten nicht greifen?

**2. Kontaktaufnahme mit (professionellen) Unterstützern, wenn es allein nicht geht:**

- Krisendienste Bayern – kostenlose Rufnummer 0800/655 3000
- Telefonseelsorge:
- Diakon/Pfarrer/...
- Eltern – Telefonnummer:
- Schwester/Bruder – Telefonnummer:
- Hausarzt:
- Weitere Verwandte:
- Sonstige Vertrauenspersonen:
- Schule – Lehrer – Vertrauenspersonen

**3. Frühwarnzeichen erkennen/ Wahrnehmung für eine bevorstehende Krise/suizidale Krise:**

- Frühwarnzeichen - typische Gedanken, Gefühle oder Verhaltensweisen, die ich zeige, wenn sich Suizidalität verstärkt?
  
- Wie kann ich diese erkennen? (Auflistung)

**4. Gründe fürs Leben/Gründe zum Leben? Hier auflisten:**

**5. Beseitigung von potenziellen Suizidmethoden? (z. B. Rasierklingen wegwerfen)**

## Inhaltsübersicht Rubrik –Krisenfall tritt ein – sexueller Übergriff oder Missbrauch

---

- ✓ *Die Rubrik enthält Handlungsanweisungen Checklisten und Vorlagen zum Thema sexueller Übergriff oder Missbrauch*
  - ✓ *Für die Freizeitleitung, den Krisenstab zu Hause und die Teamer als Stütze und Orientierung im eingetretenen Krisenfall.*
- 
- ✓ Krisenplan im Verdachtsfall - “Ich habe so ein komisches Gefühl - ich habe einen Verdacht” - allgemein
  - ✓ Krisenplan im Mitteilungsfall - “Jemand hat mir den Übergriff erzählt” - allgemein
  - ✓ Krisenplan (vermutete) Täter:innenschaft - “Hilfe wir haben eine:n Täter:in unter uns” - allgemein
  - ✓ Tipps für Gespräche mit potenziellen Opfern
  - ✓ Verhaltenskodex bei uns nicht
  
  - ✓ Dokumentationsbogen für Vermutungen
  - ✓ Handlungsleitfaden bei Grenzverletzungen unter Teilnehmenden – Peer-Gewalt der EJB
  
  - ✓ Krisenleitfaden für ehrenamtliche Leitung und Hauptberufliche bei Vorfall in den eigenen Strukturen durch Mitarbeitende oder PeerGewalt – der EJB
  - ✓ Krisenleitfaden für hauptberufliche Leitung im Mitteilungsfall – Vorfall nicht in den eigenen Strukturen und nicht vor Ort - der EJB
  
  - ✓ Krisenleitfaden für ehrenamtliche Mitarbeitende im Mitteilungsfall und bei Vorfall in den eigenen Strukturen – der EJB
  - ✓ Krisenleitfaden für ehrenamtliche Mitarbeitende im Mitteilungsfall – Vorfall nicht in den eigenen Strukturen und nicht vor Ort – der EJB

## Der Krisenfall tritt ein - sexueller Übergriff oder Missbrauch

### Krisenplan im Verdachtsfall - *“Ich habe so ein komisches Gefühl - ich habe einen Verdacht”*

Diese Verhaltensregeln sollen Dir im Verdachtsfall Orientierung bieten, das kannst du als Teamer:in im Verdachtsfall oder wenn sich jemand Dir anvertraut, tun:

- Ruhe bewahren und nicht sofort handeln
- Überlege, woher kommt der Verdacht? Beobachtungen, Gehörtes, Signale,... aufschreiben
- Eigene Gefühle, die durch den Verdacht ausgelöst werden, erkennen und benennen
- Überlege, wo kannst du professionelle Hilfe/Unterstützung holen (es gibt offizielle Beauftragte in der Evangelischen Jugend) und dann auch einfordern.
- Kontakt mit der “Vertrauensperson” im Dekant/Verband oder dem/der Dekanatsjugendreferent:in aufnehmen. Offizielle Stelleninhaber sind allerdings verpflichtet Anzeige zu erstatten bzw. Meldung zu machen.
- Verbündete suchen, wie Kolleginnen und Kollegen, andere Teamer:innen
- Dem Kind oder Jugendlichen als Gesprächspartner zur Verfügung stellen, allgemein und offen, ohne Aufdeckung.
- Auf keinen Fall sofort die Familie informieren, das weitere Vorgehen mit den Geschädigten abstimmen.
- Eigene Grenzen und Möglichkeiten erkennen und akzeptieren und gleichzeitig nicht die Augen verschließen.

### Krisenplan im Mitteilungsfall - *“Jemand hat mir den Übergriff erzählt”*

Diese Verhaltensregeln sollen Dir Orientierung bieten:

- Ruhe bewahren
- Dem Kind oder Jugendlichen zuhören, Glauben schenken und ermutigen zu erzählen
- Eigene Gefühle klären.
- Nicht überstürzt handeln und nichts versprechen, was man anschließend nicht halten kann.
- Aussagen und Situationen protokollieren.
- Weiteres Vorgehen ist abhängig vom Alter, Geschlecht, persönlicher Entwicklungsstand und Kultur bedingt. Deswegen keine Alleingänge, sondern Expert:innen hinzunehmen.
- Kontakt mit der “Ansprechperson” im Dekanat/Verband oder dem/der Dekanatsjugendreferent:in aufnehmen. Offizielle Stelleninhaber sind allerdings verpflichtet Anzeige zu erstatten bzw. Meldung zu machen.
- Keine Informationen an oder Drohungen gegenüber Täter:in
- Dem Kind oder Jugendlichen als Gesprächspartner zur Verfügung stellen, allgemein und offen, ohne Aufdeckung.
- Auf keinen Fall sofort die Familie informieren, das weitere Vorgehen mit den Geschädigten abstimmen. Eine Strafanzeige aus eigener Motivation wäre weitere Gewalt.
- Eigene Grenzen und Möglichkeiten erkennen und akzeptieren und gleichzeitig nicht die Augen verschließen.
- Verbindliche Absprachen mit Betroffenen über das Vorgehen treffen.

### Krisenplan (vermutete) Täter:innenschaft - *“Hilfe wir haben eine:n Täter:in unter uns”*

Es kann auch vorkommen, dass sich der Verdacht einstellt, dass jemand aus der Mitarbeiterschaft unangemessen verhält und Grenzen verletzt. Ziel muss dann sein: Grenzverletzungen müssen aufhören, wenn diese erfolgt sind.

Folgende Schritte sollen Orientierung bieten:

- Ruhe bewahren und nicht sofort handeln
- Überlege, woher kommt der Verdacht? Beobachtungen, Gehörtes, Signale,.... aufschreiben
- Eigene Gefühle, die durch den Verdacht ausgelöst werden, erkennen und benennen
- Überlege, wo kannst du professionelle Hilfe/Unterstützung holen (es gibt offizielle Beauftragte in der Evangelischen Jugend) und dann auch einfordern.
- Kontakt mit der "Vertrauensperson" im Dekanat/Verband oder dem/der Dekanatsjugendreferent:in aufnehmen. Offizielle Stelleninhaber sind allerdings verpflichtet Anzeige zu erstatten bzw. Meldung zu machen.
- Verbündete suchen, wie Kolleginnen und Kollegen, andere Teamer:innen
- Anwalt/Anwältin zu Rate ziehen

*Wichtig: Es gehört nicht zur Aufgabe der Teamer:innen, der Kinder- oder Jugendgruppe einen Verdacht gezielt und systematisch abzuklären und aufzudecken. Aber es gehört zu ihren Aufgaben, Hinweise und Hilferufe wahrzunehmen, ernst zu nehmen und daraufhin angemessen zu handeln und zu reagieren.*

### **Tipps für Gespräche mit potentiellen Opfern**

Folgende Vorgehens- und Verhaltensweisen **erleichtern** es möglicherweise betroffenen Kindern oder Jugendlichen, über die eigene Situation zu sprechen. Sie helfen, eine Brücke zu ihnen zu bauen.

- Auf die Betroffenen zugehen; nicht warten, bis sie kommen.
- Gesprächsbereitschaft zum Ausdruck bringen.
- Die eigene Sprachlosigkeit gegenüber Sexualität, Gewalt und sexuellem Missbrauch überwinden.
- Mögliche Signale der Betroffenen bewusst und klar aufgreifen - nicht ausweichen, nicht unkommentiert lassen.
- Die Ohnmacht und die Resignation der Betroffenen sehen und ausdrücken.
- Ängste, z. B. über Konsequenzen der Aufdeckung müssen angesprochen werden. Grundsatz dabei: Angst ansprechen, nicht Angst machen!
- Klare und altersgemäße Sprache verwenden. Keine Andeutungen; keine Verwirrungen auslösen.
- Als-ob-Geschichte. Vergleiche (Du wirkst auf mich, als ob ...).
- Was-wäre-wenn-Fragen und -Antworten (Was würde passieren, wenn du redest?).
- Erlaubnis zum Sprechen geben. Versuche und Offenheit würdigen.
- Widerstand der Betroffenen ausdrücklich akzeptieren. Grenzen respektieren.
- Aber: Nach „Nein-Sagen" oder Schweigen den Kontakt nicht abbrechen.
- Schuldgefühle ernst nehmen und versuchen, die Betroffenen von den Schuldgefühlen zu entlasten.
- Neue Vereinbarung für Kontakte treffen. Die Mitarbeiterin oder der Mitarbeiter übernimmt Verantwortung für die Aufdeckung.

Folgende Vorgehens- und Verhaltensweisen **er-schweren es** den möglicherweise betroffenen Kindern oder Jugendlichen, über die eigene Situation zu sprechen. Sie verhindern den Brückenbau zu den Betroffenen.

- "Warum-Fragen" lösen Schuldgefühle aus.
- Fragen stellen, die in die Betroffenen eindringen, die ihre Widerstände nicht respektieren.
- Erwarten, dass Betroffene die Schwelle überschreiten und den ersten Schritt gehen.
- Unklarheit darüber bestehen lassen, worüber eigentlich gesprochen wird.
- Unklare, nicht altersgemäße Sprache benutzen.
- Den Betroffenen die Angst vor erneuten Verletzungen nicht nehmen können.
- Den Betroffenen die Angst der Bloßstellung nicht nehmen können.
- Druck, auch Lösungsdruck erzeugen.
- Angst und Unsicherheit ausstrahlen.
- Sich uninformiert und überfordert zeigen.
- Die Betroffenen veranlassen, auch die Haltung des Täters zu verstehen.

# Verhaltenskodex für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der evangelischen Jugendarbeit

„Bei uns nicht! – Prävention sexualisierte Gewalt“



---

*Evangelische Jugendarbeit lebt durch Beziehungen von Menschen mit-einander und mit Gott. Vertrauen soll tragfähig werden und bleiben. Es darf nicht zum Schaden von Kindern und Jugendlichen ausgenutzt werden.*

1. Ich verpflichte mich alles zu tun, dass bei uns in der evangelischen Jugendarbeit keine Grenzverletzungen, sexuelle Übergriffe und sexueller Missbrauch möglich werden.
2. Ich nehme die individuellen Grenzempfindungen der Mädchen und Jungen, Kinder und Jugendlichen wahr und ernst.
3. Ich beziehe gegen sexistisches, diskriminierendes, rassistisches und gewalttätiges verbales und nonverbales Verhalten aktiv Stellung.
4. Ich selbst verzichte auf abwertendes Verhalten und achte auch darauf, dass andere in den Gruppen, Angeboten und Aktivitäten sich so verhalten.
5. Ich respektiere die Intimsphäre und die persönlichen Grenzen der Scham der Gruppenmitglieder und Teilnehmenden sowie der Mitarbeitenden.
6. Ich nehme in meiner Aufgabe als Mitarbeiterin bzw. als Mitarbeiter die sexuelle Dimension von Beziehungen bewusst wahr, um einen verantwortungsvollen Umgang mit Nähe und Distanz zu gestalten.
7. Als Jugendleiterin bzw. Jugendleiter nutze ich meine Rolle nicht für sexuelle Kontakte zu mir anvertrauten jungen Menschen.
8. Ich nehme Grenzüberschreitungen durch andere Mitarbeitende und Teilnehmende in den Gruppen, Angeboten und Aktivitäten bewusst wahr und vertusche sie nicht. Ich weiß, dass ich und Betroffene bei konkreten Anlässen kompetente Hilfe bei den beauftragten Vertrauenspersonen in Verbänden und Dekanaten bekommen können.
9. Meine Kommunikation ist respektvoll und wertschätzend, sowohl im direkten Gespräch als auch die Kommunikation über die sozialen Netzwerke.
10. Dieser Verhaltenskodex setzt nur den Grundrahmen für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Ich verpflichte mich deshalb in meinem Aufgabengebiet verbindliche Verhaltensregeln mit den anderen Mitarbeitenden zu vereinbaren und einzuhalten.

Anmerkungen: Bitte auf dem Beiblatt unterschreiben. Der Kodex wird jedem Einzelnen mitgegeben.

# Verhaltenskodex für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der evangelischen Jugendarbeit

„Bei uns nicht! – Prävention sexualisierte Gewalt“



---

*Evangelische Jugendarbeit lebt durch Beziehungen von Menschen mit-einander und mit Gott. Vertrauen soll tragfähig werden und bleiben. Es darf nicht zum Schaden von Kindern und Jugendlichen ausgenutzt werden.*

1. Ich verpflichte mich alles zu tun, dass bei uns in der evangelischen Jugendarbeit keine Grenzverletzungen, sexuelle Übergriffe und sexueller Missbrauch möglich werden.
2. Ich nehme die individuellen Grenzempfindungen der Mädchen und Jungen, Kinder und Jugendlichen wahr und ernst.
3. Ich beziehe gegen sexistisches, diskriminierendes, rassistisches und gewalttätiges verbales und nonverbales Verhalten aktiv Stellung.
4. Ich selbst verzichte auf abwertendes Verhalten und achte auch darauf, dass andere in den Gruppen, Angeboten und Aktivitäten sich so verhalten.
5. Ich respektiere die Intimsphäre und die persönlichen Grenzen der Scham der Gruppenmitglieder und Teilnehmenden sowie der Mitarbeitenden.
6. Ich nehme in meiner Aufgabe als Mitarbeiterin bzw. als Mitarbeiter die sexuelle Dimension von Beziehungen bewusst wahr, um einen verantwortungsvollen Umgang mit Nähe und Distanz zu gestalten.
7. Als Jugendleiterin bzw. Jugendleiter nutze ich meine Rolle nicht für sexuelle Kontakte zu mir anvertrauten jungen Menschen.
8. Ich nehme Grenzüberschreitungen durch andere Mitarbeitende und Teilnehmende in den Gruppen, Angeboten und Aktivitäten bewusst wahr und vertusche sie nicht. Ich weiß, dass ich und Betroffene bei konkreten Anlässen kompetente Hilfe bei den beauftragten Vertrauenspersonen in Verbänden und Dekanaten bekommen können.
9. Meine Kommunikation ist respektvoll und wertschätzend, sowohl im direkten Gespräch als auch die Kommunikation über die sozialen Netzwerke.
10. Dieser Verhaltenskodex setzt nur den Grundrahmen für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Ich verpflichte mich deshalb in meinem Aufgabengebiet verbindliche Verhaltensregeln mit den anderen Mitarbeitenden zu vereinbaren und einzuhalten.

---

In einer Seminareinheit bzw. in einem Fachgespräch wurde der Verhaltenskodex der Evangelischen Jugend in Bayern besprochen und erläutert.  
Hiermit erkläre ich, dass mir der Verhaltenskodex ausgehändigt wurde und ich mich an ihn halten werde.

| Name, Vorname | Geburtsdatum | Unterschrift |
|---------------|--------------|--------------|
|               |              |              |





## Dokumentationsbogen für Vermutung

Die Dokumentation hilft, eigene Gedanken und Gefühle zu strukturieren und schriftlich festzuhalten. Bitte so genau wie möglich schreiben, z. B. wortgetreue Zitate, keine Wertung.

|   |   |  |
|---|---|--|
| Datum und Uhrzeit der Notiz, Name Protokollant:in                       |   |  |
| Wer hat etwas beobachtet bzw. berichtet?<br>(Name, Fon, Mail, Funktion) |   |  |
| Betroffene:r:<br>Name, Alter, Geschlecht                                |   |  |
| Beschuldigte:r:<br>Name, Alter, Geschlecht, Funktion                    |   |  |
| Zeugen:<br>Namen, Funktion  |   |  |
| Die Beobachtung/Schilderung betrifft eine Situation ...                 | <input type="radio"/> intern<br>(z.B. Angebote Kirchengemeinde oder Dekanat...) | <input type="radio"/> extern<br>(z.B. Familie, Freundeskreis, andere Vereine...) |
| Wo und wann?<br>(Örtlichkeit möglichst genau, Datum der Beobachtungen)  |   |  |
| Wer war beteiligt?<br>(auch Zeugen)                                     |   |  |
| Was wurde genau beobachtet bzw. berichtet?                              |   |  |
| Mit wem wurde schon darüber gesprochen?                                 |   |  |

|  |  |
|--|--|
|  |  |
| Ist der Schutz des:der Betroffenen gewährleistet?                            |  |
| Gibt es einen Anlass für ärztliche Abklärung?                                |  |
| mögliche Unterstützung von Betroffenen aus deren:dessen Umfeld               |  |
| mögliche Gefahren für Betroffene durch eigene Handlungen und Vorgehensweisen |  |
| Welche Maßnahmen wurden bereits ergriffen?                                   |  |

|                  |  |
|------------------|--|
| Nächste Schritte |  |
|------------------|--|

### Eigene Reflexion/Gedanken...

|  |  |
|--|--|
| Das erscheint mir seltsam und verdächtig               |  |
| Das sind meine Gefühle und Gedanken                    |  |
| alternative Erklärungsmodelle, Vermutungen, Hypothesen |  |

## Handlungsleitfaden bei Grenzverletzungen unter Teilnehmenden – Peer-Gewalt

### To Do:

|  |  |
|--|--|
| <p>1. Situation wahrnehmen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Gesamtsituation</li> <li>○ Beteiligte: Alter, Häufigkeit von grenzverletzenden Verhalten,</li> <li>○ Schweregrad</li> </ul>  |  |
| <p>2. Erste Einschätzung, ob</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ grenzverletzendes Verhalten</li> <li>○ übergriffiges Verhalten</li> <li>○ oder sexueller Missbrauch vorliegt.</li> </ul>   |  |
| <p>3. Wenn <i>übergriffiges Verhalten und/oder sexueller Missbrauch</i> vorliegt, dann zum <i>Krisenleitfaden im Mitteilungsfall oder bei Vorfall in den eigenen Strukturen</i> wechseln.<br/>Wenn <i>grenzverletzendes Verhalten</i> vorliegt, dann diesem <i>Handlungsleitfaden</i> weiter folgen.</p>   |  |
| <p>4. Offensiv Stellung beziehen gegen diskriminierendes, gewalttätiges und sexistisches Verhalten!</p>  |  |
| <p>5. Situation klären:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>5.1. Prüfen, ob ein klares „Stopp“ genügt.</li> <li>5.2. Pädagogischen Handlungsspielraum ausschöpfen.</li> <li>5.3. „Übergriffige Kinder“ müssen sich entschuldigen.</li> <li>5.4. Weiteres Zusammenspielen, Erleben ermöglichen.</li> </ul>   |  |
| <p>6. Vorfall im Team ansprechen!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>6.1. evtl. Konsequenzen für die Urheber:innen beraten.</li> <li>6.2. evtl. Gespräch mit Betroffenen suchen.</li> <li>6.3. Abwägen, ob Aufarbeitung in der ganzen Gruppe oder einer Teilgruppe sinnvoll ist.</li> <li>6.4. Situation überprüfen, ob Gespräch mit Sorgeberechtigten angesagt ist (z. B. bei wiederholten grenzverletzenden Verhalten, ...)</li> </ul> |  |

|   |  |
|---|--|
| <p>7. Je nach Situation und Schwere des Vorfalls</p> <p>7.1. Dokumentation im „Freizeittagebuch und „Gruppentagebuch“</p> <p>7.2. oder Sach- und Reflexionsdokumentation</p>  |  |
| <p>8. Information der Sorgeberechtigten aller betroffenen Personen durch die Hauptberuflichen bei erheblichen Grenzverletzungen!</p> <p>8.1. Bei ehrenamtlich geleiteten Freizeitmaßnahmen Hintergrunddienst verständigen.</p> <p>8.2. Eventuell zur Vorbereitung auf das Elterngespräch Kontakt zu einer Fachberatungsstelle aufnehmen!</p> <p>8.3. Information des Dienstvorgesetzten bei Gesprächen mit Sorgeberechtigten (Rückenstärkung)</p> |  |
| <p>9. Weiterarbeit mit der Gruppe bzw. mit den Teilnehmenden: Grundsätzliche Umgangsregeln überprüfen und (weiter)-entwickeln.</p>  |  |
| <p>10. Präventionsarbeit verstärken!</p>  |  |

**Darauf achten:**

|  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kein „Bloßstellen“ der betroffenen und übergreifigen Kinder/Jugendlichen.</li> </ul>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Situationen nicht aufbauschen oder dramatisieren.</li> </ul>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nicht von „Täter“ und „Opfer“ sprechen, sondern z. B. „Betroffene“, „Beteiligte“, „die andere Kinder verletzt haben“ ...</li> </ul> |  |

## Krisenleitfaden für ehrenamtliche Leitung und Hauptberufliche bei Vorfall in den eigenen Strukturen durch Mitarbeitende oder PeerGewalt

Die Nummerierung der To do's gibt eine mögliche Reihenfolge hilfreicher oder notwendiger Aktionen vor. Dabei ist zu beachten:

- Jeder Vermutungsfall und jede Krisensituation sind anders!
- Es ist daher wichtig, die Krisenpläne immer an die jeweilige Situation, die Beteiligten und den Kontext anzupassen!

### WICHTIG:

Spätestens nach Punkt 9: Fachliche Beratung von außen, z. B. Vertrauenspersonen, Fachberatungsstellen, etc.

### To Do

|   |  |
|---|--|
| 1. Ruhe bewahren, sich Zeit nehmen und für eine ungestörte Atmosphäre sorgen; sich der eigenen Rolle und Auftrag bewusst werden.  |  |
| 2. Zuhören und Glauben schenken<br>2.1. Ruhiger Tonfall<br>2.2. Zum Sprechen ermutigen, Pausen zulassen, widersprüchliche Gefühle und Emotionen zulassen<br>2.3. Keinen Druck ausüben! Partei für den jungen Menschen ergreifen! <i>„Du trägst keine Schuld an dem, was vorgefallen ist!“</i><br>2.4. Keine logischen Erklärungen einfordern. Grenzen, Widerstände und zwiespältige Gefühle der Betroffenen respektieren.<br>2.5. Bereitschaft signalisieren, auch belastende Dinge auszuhalten und anzuhören.<br>2.6. Versichern, dass das Gespräch vertraulich behandelt wird und nichts ohne Absprache unternommen wird! <i>„Ich entscheide nicht über Deinen Kopf.“</i> aber auch erklären <i>„Wir müssen uns Rat und Hilfe holen, damit es Dir wieder besser gehen kann.“</i><br>2.7. Vorsicht mit körperlichen Berührungen bei tröstenden Gesten. |  |
| 3. Die eigenen Grenzen und Möglichkeiten erkennen und akzeptieren!<br>(abhängig von Alter, fachlicher Vorbildung, Auftrag, Rolle und Verantwortung in der Jugendarbeit)   |  |
| 4. Nichts versprechen, was nicht gehalten werden kann!<br><i>„Über das, was Du mir erzählst, wird nicht mit jedem gesprochen.“</i> und <i>„Wir müssen uns Rat und Hilfe holen, damit es Dir wieder besser gehen kann.“</i>  |  |
| 5. Sach- und Reflexionsdokumentation  |  |

|  |  |
|--|--|
| 6. Erste Einschätzung der Situation:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>- Vermutung von grenzverletzenden Verhalten</li> <li>- Vermutung von übergriffigen Verhalten</li> <li>- Vermutung von sexuellem Missbrauch</li> </ul>   |  |
| 7. Für eigenen zeitlichen Freiraum sorgen. Aufgaben an Mitarbeitende im Team delegieren.   |  |
| 8. Zunächst für räumliche Trennung zwischen betroffener und beschuldigter Person sorgen – keine Kontaktmöglichkeiten bieten.   |  |
| 9. Ggf. Gespräch mit dem:der Betroffenen und evtl. der mitteilenden Person initiieren und durchführen, dabei die Punkte 2.1.-2.7. beachten.  |  |
| 10. Weiterführen der Sach- und Reflektionsdokumentation  |  |
| 11. <i>Pflicht: Sich Beratung von außen suchen, z. B. Vertrauenspersonen, Fachberatungsstellen u. a.</i>   |  |
| 12. Überprüfung der Bewertung der Situation  |  |
| 13. Nächste Schritte überlegen, ggf. das Mitarbeitendenteam knapp informieren, weiteres Vorgehen besprechen und Sprachregelung vorgeben.   |  |
| 14. <i>Den Hintergrunddienst, ggf. den Rechtsvertreter/Leitung des Interventionsteams informieren!!!</i>   |  |
| 15. <i>Bei ehrenamtlicher Leitung muss hauptberufliche Fachkraft Verantwortung für die Situation vor Ort so bald wie möglich übernehmen!</i>   |  |
| 16. Weiteres Vorgehen wird mit Interventionsteam besprochen und von diesem vorgegeben:<br>16.1. Je nach Absprache mit dem Interventionsteam die Sorgeberechtigten, das Jugendamt informieren oder ein Gespräch für die betroffene Person bei Fachberatungsstelle initiieren, ggf. Angebot diese zu begleiten. („Je jünger der:die Betroffene, desto mehr Eltern“)<br>16.2. Beschuldigte Person von der Mitteilung klar und respektvoll informieren und ggf. Platzverweis aussprechen, bzw. von der Maßnahme nach Hause schicken. Unschuldsvermutung gilt allerdings weiter. (Bei Minderjährigen Sorgeberechtigte informieren zwecks „Abholung“)<br>16.3. Dem:der Betroffenen emotionale Unterstützung gewährleisten, weiteren Verlauf dem Interventionsteam überlassen.<br>16.4. Zuständigkeit für Teilnehmende, für den Ablauf vor Ort in |  |

|  |  |
|--|--|
| <p>Verantwortung der Leitung der Maßnahme</p> <p>16.5. Zuständigkeit für Betroffene, Beschuldigte, Mitteilung, Strafanzeige, Öffentlichkeitsarbeit in Verantwortung des Interventionsteams</p> <p>16.6. Ärztliche Versorgung, medizinische Beweissicherung nur nach Absprache mit den Sorgeberechtigten (außer bei offensichtlicher Notwendigkeit von ärztlicher oder therapeutischer Behandlung, z.B. Blutungen oder Suizidandrohung)</p> |  |
| <p>17. Weiteres Vorgehen, inklusiv Nachsorge oder Sprachregelung gegenüber der Öffentlichkeit mit Interventionsteam besprechen. Die Ansprechperson für die Presse legt das Interventionsteam fest. Und wird auch von diesen gestellt.</p>  |  |
| <p>18. Auf Selbstsorge achten, ggf. einfordern.</p>  |  |

Not To Do:

|  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nicht drängeln! Kein Verhör, kein Forscherdrang oder überstürzte Aktionen. Keine eigenständige Ermittlung vornehmen.</li> </ul>       |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Keine „Warum“-Fragen verwenden!</li> </ul>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Keine „Versöhnungsgespräche“ initiieren</li> </ul>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Keine Information von Sorgeberechtigten ohne Rücksprache mit dem Interventionsteam.</li> </ul>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nicht die Polizei informieren. Strafanzeige erfolgt durch den Rechtsträger und/oder der Sorgeberechtigten.</li> </ul>                 |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nicht das Jugendamt informieren. Dies erfolgt durch den Rechtsträger und/oder der Sorgeberechtigten.</li> </ul>                       |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Keine Auskunft an die Presse. Presse an den Rechtsträger verweisen. Auskunft liegt in der Verantwortung des Rechtsträgers.</li> </ul> |  |

Ausnahmen für direkte Einschaltung der Polizei -> Rechtsträger wird dann umgehend informiert:

- Bei akuter Gefährdungslage für Kinder, Jugendliche, die nicht entschärft werden kann (Gruppendynamik).
- Bei akuter Gefährdungslage durch Bedrohung von außen (Fremdtäter:in)
- Im Zuge der Ermittlung ist es allein Aufgabe der Polizei, Beweise zu sichern!



## Krisenleitfaden für hauptberufliche Leitung im Mitteilungsfall – Vorfall nicht vor Ort und nicht in der eigenen Struktur

Die Nummerierung der To do's gibt eine mögliche Reihenfolge hilfreicher oder notwendiger Aktionen vor. Dabei ist zu beachten:

- Jeder Vermutungsfall und jede Krisensituation sind anders!
- Es ist daher wichtig, die Krisenpläne immer an die jeweilige Situation, die Beteiligten und den Kontext anzupassen!

|  |  |
|--|--|
| 1. Ruhe bewahren, sich Zeit nehmen und für eine ungestörte Atmosphäre sorgen.  |  |
| 2. Zuhören und Glauben schenken <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ruhiger Tonfall</li> <li>○ Zum Sprechen ermutigen, Pausen zulassen, widersprüchliche Gefühle und Emotionen zulassen</li> <li>○ Keinen Druck ausüben! Partei für den jungen Menschen ergreifen! <i>„Du trägst keine Schuld an dem, was vorgefallen ist!“</i></li> <li>○ Keine logischen Erklärungen einfordern. Grenzen, Widerstände und zwiespältige Gefühle der Betroffenen respektieren.</li> <li>○ Bereitschaft signalisieren, auch belastende Dinge auszuhalten und anzuhören</li> <li>○ Vorsicht mit körperlichen Berührungen bei tröstenden Gesten</li> </ul> |  |
| 3. Die eigenen Grenzen und Möglichkeiten erkennen und akzeptieren!<br>(abhängig von fachlicher Vorbildung, Auftrag, Rolle und Verantwortung in der Jugendarbeit)   |  |
| 4. Nichts versprechen, was nicht gehalten werden kann!<br><i>„Über das, was Du mir erzählst, wird nicht mit jedem gesprochen.“ und „Wir müssen uns Rat und Hilfe holen, damit es Dir wieder besser gehen kann.“</i>  |  |
| 5. Nächste Schritte überlegen und mit dem:der Betroffenen besprechen. Dabei keine Angebote machen, die nicht erfüllbar sind.   |  |
| 6. Sach- und Reflexionsdokumentation   |  |
| 7. Sich Beratung von außen suchen, z. B. Vertrauenspersonen der Evangelischen Jugend, Fachberatungsstellen u. a. ;<br>bei Verdacht auf Kindeswohlgefährdung Beratung durch insoweit erfahrene Fachkräfte   |  |
| 8. Nächste Schritte überlegen  |  |

|   |  |
|---|--|
| 9. Ggf. Gespräch mit dem:der Betroffenen und evtl. der Person, die Mitteilung gemacht hat, initiieren und durchführen, dabei die Punkte 2.1-2.6 beachten.   |  |
| 10. <i>Überprüfung der Einschätzung der Situation</i>   |  |
| 11. Weiteres Verfahren mit dem:der Betroffenen absprechen;<br>je älter der:die Betroffene umso mehr muss dessen:deren eigene Meinung/Einschätzung berücksichtigt werden.  |  |
| 12. Den:die Vorgesetzte:n informieren<br>○ im Sinne von „Rückenstärkung“,<br>○ ggf. für Absprachen, falls der Fall an die Öffentlichkeit kommt<br>○ oder falls Bezüge der Betroffenen oder beschuldigten Person zu kirchlichen Strukturen bestehen. |  |
| 13. In Rücksprache mit Dienstvorgesetzten ggf. Sorgeberechtigte informieren, je nach Sachstand / keine Information, wenn Sorgeberechtigte involviert sind.  |  |
| 14. In Rücksprache mit Dienstvorgesetzten ggf. Jugendamt einschalten, je nach Situation und Absprache mit Betroffenen und Sorgeberechtigten.  |  |
| 15. Dem:der Betroffenen weiter emotionale Unterstützung gewährleisten, weiteren Verlauf den Sorgeberechtigten und/oder Jugendamt überlassen.  |  |
| 16. Auf Selbstsorge achten, ggf. auch einfordern.   |  |

#### Darauf achten:

|  |  |
|--|--|
| ▪ Nicht drängeln! Kein Verhör, kein Forscherdrang oder überstürzte Aktionen.               |  |
| ▪ Keine „Warum“-Fragen verwenden!  |  |
| ▪ Nicht beschuldigte Person mit Mitgeteilten konfrontieren oder befragen.                  |  |
| ▪ Keine „Versöhnungsgespräche“ initiieren  |  |
| ▪ Keine betroffene Person mit nach Hause nehmen.   |  |
| ▪ Nicht die Polizei informieren. Dies zu entscheiden zu tun, wird an anderer Stelle getan. |  |

## Krisenleitfaden für ehrenamtliche Mitarbeitende im Mitteilungsfall und bei Vorfall in den eigenen Strukturen

Die Nummerierung der To do's gibt eine mögliche Reihenfolge hilfreicher oder notwendiger Aktionen vor. Dabei ist zu beachten:

- Jeder Vermutungsfall und jede Krisensituation sind anders!
- Es ist daher wichtig, die Krisenpläne immer an die jeweilige Situation, die Beteiligten und den Kontext anzupassen!

### To Do:

|  |  |
|--|--|
| 1. Ruhe bewahren, sich Zeit nehmen und für eine ungestörte Atmosphäre sorgen.  |  |
| 2. Zuhören und Glauben schenken<br>2.1. Ruhiger Tonfall<br>2.2. Zum Sprechen ermutigen, Pausen zulassen, widersprüchliche Gefühle und Emotionen zulassen<br>2.3. Keinen Druck ausüben! Partei für den jungen Menschen ergreifen! „Du trägst keine Schuld an dem, was vorgefallen ist!“<br>2.4. Keine logischen Erklärungen einfordern. Grenzen, Widerstände und zwiespältige Gefühle der Betroffenen respektieren.<br>2.5. Bereitschaft signalisieren, auch belastende Dinge auszuhalten und anzuhören<br>2.6. Vorsicht mit körperlichen Berührungen bei tröstenden Gesten |  |
| 3. Die eigenen Grenzen und Möglichkeiten erkennen und akzeptieren!<br>(abhängig von Alter, fachlicher Vorbildung, Auftrag, Rolle und Verantwortung in der Jugendarbeit)  |  |
| 4. Nichts versprechen, was nicht gehalten werden kann!<br>„Über das, was Du mir erzählst, wird nicht mit jedem gesprochen.“ und „Wir müssen uns Rat und Hilfe holen, damit es Dir wieder besser gehen kann.“   |  |
| 5. Nächste Schritte überlegen und mit dem:der Betroffenen besprechen. Dabei keine Angebote machen, die nicht erfüllbar sind.   |  |
| 6. Sach- und Reflexionsdokumentation   |  |
| 7. Den Ehrenamtlichen in Leitungsverantwortung oder den:die Hauptberufliche:n darüber informieren, ggf. zusammen mit dem:der Betroffenen ein gemeinsames Gespräch führen.<br>Falls notwendig: sich Beratung von außen suchen, z. B. Vertrauenspersonen der Evangelischen Jugend, Fachberatungsstellen u. a.  |  |

|   |  |
|---|--|
| 8. Dem/der Betroffenen emotionale Unterstützung gewährleisten, weiteren Verlauf der Leitung überlassen. |  |
| 9. Auf Selbstsorge achten, ggf. einfordern.   |  |

**Darauf achten:**

|  |  |
|--|--|
| ▪ Nicht drängeln! Kein Verhör, kein Forscherdrang oder überstürzte Aktionen.                       |  |
| ▪ Keine „Warum“-Fragen verwenden!  |  |
| ▪ Beschuldigte Person mit Mitgeteilten <u>nicht</u> konfrontieren oder befragen.                   |  |
| ▪ Keine „Versöhnungsgespräche“ initiieren.   |  |
| ▪ Nicht die Polizei informieren.<br>Diese Entscheidung wird an anderer Stelle getroffen.           |  |
| ▪ Nicht die Sorgeberechtigten informieren.<br>Diese Entscheidung wird an anderer Stelle getroffen. |  |
| ▪ Keine zeitliche Verzögerung der Verantwortungsabgabe an Leitung.                                 |  |

## Krisenleitfaden für ehrenamtliche Leitung im Mitteilungsfall - Vorfall nicht vor Ort und nicht in der eigenen Struktur

Die Nummerierung der To do's gibt eine mögliche Reihenfolge hilfreicher oder notwendiger Aktionen vor. Dabei ist zu beachten:

- Jeder Vermutungsfall und jede Krisensituation sind anders!
- Es ist daher wichtig, die Krisenpläne immer an die jeweilige Situation, die Beteiligten und den Kontext anzupassen!

### To Do:

|  |  |
|--|--|
| 1. Ruhe bewahren, sich Zeit nehmen und für eine ungestörte Atmosphäre sorgen.  |  |
| 2. Zuhören und Glauben schenken<br>2.1. Ruhiger Tonfall<br>2.2. Zum Sprechen ermutigen, Pausen zulassen, widersprüchliche Gefühle und Emotionen zulassen<br>2.3. Keinen Druck ausüben! Partei für den jungen Menschen ergreifen! „Du trägst keine Schuld an dem, was vorgefallen ist!“<br>2.4. Keine logischen Erklärungen einfordern. Grenzen, Widerstände und zwiespältige Gefühle der Betroffenen respektieren.<br>2.5. Bereitschaft signalisieren, auch belastende Dinge auszuhalten und anzuhören<br>2.6. Vorsicht mit körperlichen Berührungen bei tröstenden Gesten |  |
| 3. Die eigenen Grenzen und Möglichkeiten erkennen und akzeptieren!<br>(abhängig von Alter, fachlicher Vorbildung, Auftrag, Rolle und Verantwortung in der Jugendarbeit)  |  |
| 4. Nichts versprechen, was nicht gehalten werden kann!<br>„Über das, was Du mir erzählst, wird nicht mit jedem gesprochen.“ und „Wir müssen uns Rat und Hilfe holen, damit es Dir wieder besser gehen kann.“   |  |
| 5. Nächste Schritte überlegen und mit dem:der Betroffenen besprechen.<br>Dabei keine Angebote machen, die nicht erfüllbar sind.  |  |
| 6. Sach- und Reflexionsdokumentation   |  |
| 7. Sich Beratung von außen suchen, z. B. Vertrauenspersonen der Evangelischen Jugend, Fachberatungsstellen u. a.   |  |
| 8. Nächste Schritte überlegen  |  |
| 9. Ggf. Gespräch mit dem:der Betroffenen und evtl. der Person, die Mitteilung  |  |

|  |  |
|--|--|
| gemacht hat, initiieren und durchführen, dabei die Punkte 1–6 beachten.  |  |
| 10. Überprüfung der Einschätzung der Situation   |  |
| 11. Je nach Sachlage und Einschätzung der Situation den hauptberuflichen Hintergrunddienst informieren. – Verantwortung für den weiteren Verlauf wird abgegeben. |  |
| 12. Der betroffenen Person emotionale Unterstützung gewährleisten, weiteren Verlauf den Hauptberuflichen überlassen.   |  |
| 13. Auf Selbstsorge achten, ggf. auch einfordern.  |  |

**Darauf achten:**

|  |  |
|--|--|
| ▪ Nicht drängeln! Kein Verhör, kein Forscherdrang oder überstürzte Aktionen.       |  |
| ▪ Keine „Warum“-Fragen verwenden!  |  |
| ▪ Nicht beschuldigte Person mit Mitgeteilten konfrontieren oder befragen.          |  |
| ▪ Keine „Versöhnungsgespräche“ initiieren.   |  |
| ▪ Keine betroffene Person mit nach Hause nehmen.                                   |  |
| ▪ Nicht das Jugendamt informieren. Eine andere Stelle entscheidet darüber.         |  |
| ▪ Nicht die Polizei informieren. Eine andere Stelle entscheidet darüber.           |  |
| ▪ Nicht die Sorgeberechtigten informieren. Eine andere Stelle entscheidet darüber. |  |

## Inhaltsübersicht Rubrik –Krisenfall tritt ein – Todesfall während der Maßnahme

---

- ✓ *Die Rubrik enthält Handlungsanweisungen Checklisten und Vorlagen zum Thema Öffentlichkeitsarbeit*
  - ✓ *Für die Freizeitleitung, den Krisenstab zu Hause und die Teamer als Stütze und Orientierung im eingetretenen Krisenfall.*
- 
- ✓ Vorgehen bei einem Todesfall
  - ✓ Tipps für den Umgang mit Trauernden:
  - ✓ Spirituelle Impulse bei Tod und Trauer
  - ✓ Trauerrituale
  - ✓ Ablauf einer Andacht/eines Gottesdienstes – ein Vorschlag
  - ✓ Bibelstellen, Gebete, Segen, Fürbitte
  - ✓ Weitere Impulse von der CD „Wenn der Notfall eintritt – CD zum Handbuch“

# Der Krisenfall tritt ein - jemand stirbt während einer Maßnahme

## Vorgehen bei einem Todesfall

- Zunächst greifen die Checklisten der anderen Krisenfälle
- Zudem müssen die trauernden Teilnehmenden und Angehörigen getröstet und begleitet werden
- Kriseninterventionsteam, Notfallseelsorger anfordern
- Trauerrituale und Gottesdienste/Andachten durchführen

## Tipps für den Umgang mit Trauernden:

### Das brauchen Trauernde Menschen:

- Trost, Hoffnung, denn ihre Welt hat sich für sie verdunkelt.
- Gesprächspartner:innen oder jemanden, der/die einfach da ist und die Gefühle mit aushält

## Handlungsmöglichkeiten:

- Sag ihr/ihm, dass Du auch sehr traurig bist über den Tod von ihrem/seinem geliebten Menschen.
- Schreibe eine Trauerkarte oder Gedicht und lese es vor, rede mit der Person/Gruppe
- Sag offen, dass Du da sein willst, nicht weißt, wie. Bitte, Dir zu sagen, was ihr/ihm gut tun würde.
- Geh immer wieder auf den Trauernden zu und biete Deine Hilfe an.
- Rege immer wieder ein Gespräch über den verlorenen Menschen an.
- Achte darauf, dass sie/er weint bzw. den Gefühlen freien Lauf lässt und dass sie/er die Trauer nicht verdrängt.
- Dränge sie/ihn nicht, die Trauerphase abzuschließen. Jeder muss hier sein eigenes Tempo finden.
- Jedes Kind trauert anders! Man darf trauernden Kindern nicht mit seinen eigenen Maßstäben begegnen. Kinder trauern oft auch im Spiel. Wenn sie also spielen, heißt das nicht, dass sie nicht traurig sind oder den Verstorbenen schon vergessen haben. Spiele mit.
- Kinder brauchen ihren Rahmen! Der normale Tagesablauf so gut wie möglich einhalten.
- Kinder brauchen kein Mitleid! Sie wollen ernst genommen werden in ihrer Trauer. Sprich offen mit ihnen über ihre Ängste und ihre Gedanken.
- Auch über die Todesart sollte man offen mit den Kindern sprechen. Oft hören Kinder Gerüchte und Getuschel von Erwachsenen und das ist viel schlimmer als ein offenes Gespräch vorher.
- Achte darauf, dass das Kind seine Trauer lebt und nicht verdrängt. Dazu gehören Wut und Zorn ebenso wie Tränen.
- Kinder brauchen Rituale. So könnte man z.B. zusammen einen Luftballon mit einem Briefchen daran steigen lassen oder ein kleines Boot, aus einer Baumrinde gebastelt, mit einem Kerzchen als Gedenken an den Verstorbenen in einen Fluss setzen.

## Spirituelle Impulse bei Tod und Trauer

### Vorüberlegungen & Planung bei gottesdienstlichen Feiern und Andachten:

- Wer sind die teilnehmenden Menschen und wie viele sind es?
- Welcher Konfession/Religion gehören sie an, gehören sie überhaupt einer an?
- Wie lange soll die Feier dauern?
- Welche Elemente soll der Gottesdienst enthalten? Welche Rituale sind bekannt und können aufgegriffen werden
- Gestaltung mit Blumen, dunkle Tücher, Kerzen, Bild des Verstorbenen
- Ein Kondolenzbuch auflegen, damit Menschen ihre Trauer in schriftlicher Form bekunden können.
- Wo soll die Feier/Andacht stattfinden



### **Eine Gedenkminute:**

Der Tod eines nahen stehenden Menschen löst bei sehr vielen Sprachlosigkeit aus. Auch Erwachsene tun sich schwer, das unbegreifliche Geschehen in Worte zu fassen, geschweige denn ein der Situation angemessenes Gebet oder Worte der Trauer und des Trostes zu formulieren. Dazu kommt erschwerend der multikulturelle und damit multireligiöse Aspekt hinzu. In solchen Situationen macht es Sinn, die Gemeinschaft zu einer Gedenkminute einzuladen. Wenn die Gedenkminute vorher geplant werden kann, dann kann der Ort gestaltet werden.

Gestaltung der Gedenkminute, indem:

- der Anlass für die Gedenkminute genannt wird
- der Name des/der Verstorbenen gesagt wird
- zum gemeinsamen Schweigen eingeladen wird
- das gemeinsame Schweigen beendet wird

Die Zeitdauer des Schweigens sollte den Teilnehmenden angemessen sein. Im Einzelfall kann es möglich sein, dass ein Gebet gesprochen wird (hier den multireligiösen Aspekt bedenken).

### **Trauerrituale:**

- Brief an Verstorbenen schreiben
- Eine Klagemauer einrichten:  
Leute können Schmerz, Wut, Fragen auf Zettel schreiben und in eine Mauer aus Steinen stecken
- Kerze in Gedenken an den Verstorbenen anzünden und an seinem Bild abstellen
- Herzenswünsche:  
Ein Herz malen und die eigenen Wünsche für den Verstorbenen und die Hinterbliebenen ins Herz schreiben und aufhängen
- Ballons:  
Etwas über den Verstorbenen schreiben, Abschiedsgedanken, etc. auf Karte schreiben, diesen an Ballon binden, wenn möglich diesen steigen lassen
- Bilder: Bilder über die Trauer den eigenen Schmerz malen und aufhängen
- Blume Pflanzen: Blumen an der Stelle des Unglücks mit der Gruppe pflanzen
- Namen des Toten kreativ gestalten
- Plakat gestalten zum Thema „Das möchte ich dir noch sagen“

### **Ablauf einer Andacht/eines Gottesdienstes – ein Vorschlag:**

- Begrüßung mit einleitenden Worten (Anlass)
- Lied
- Gebet für den/die Verstorbene/n und die Angehörigen, Freund/inn/e/n, Mitschüler/innen, Kolleg/inn/en
- Namen nennen, Kerze anzünden, etwas zur Person sagen (Erlebnisse, etc.) evtl. Kirchenglockenläuten
- Stille
- Biblische Lesung oder eine Geschichte
- Ansprache
- Fürbitten mit Anzünden von Kerzen
- Gemeinsames Beten des Vaterunsers
- Segensgebet/Segen
- Lied

### **Bibelstellen, die genommen werden können:**

*1. Korinther 15, 22 – 29 in Auszügen:*

*Alle Menschen gehören zu Adam, darum müssen sie sterben; aber durch die Verbindung mit Christus wird ihnen das neue Leben geschenkt werden. Die Vollendung steht noch aus. Doch das alles geschieht zu seiner Zeit und in seiner vorbestimmten Ordnung. Gott allein der Herr - über alles und in allem.*

Psalm 121:

»Ich blicke hinauf zu den Bergen: Woher wird mir Hilfe kommen?« »Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat! Und du sollst wissen: Der Herr lässt nicht zu, dass du zu Fall kommst. Er gibt immer auf dich Acht. Er, der Beschützer Israels, wird nicht müde und schläft nicht ein; er sorgt auch für dich. Der Herr ist bei dir, hält die Hand über dich, damit dich die Hitze der Sonne nicht quält und der Mond dich nicht krank macht. Der Herr wendet Gefahr von dir ab und bewahrt dein Leben. Auf all deinen Wegen wird er dich beschützen, vom Anfang bis zum Ende, jetzt und in aller Zukunft!«

*Ausschnitte aus Psalm 130:*

*Aus der Tiefe meiner Not schreie ich zu dir. Herr, höre mich doch! Sei nicht taub für meinen Hilferuf! Wenn du Vergehen anrechnen wolltest, Herr, wer könnte vor dir bestehen? Aber bei dir finden wir Vergebung, damit wir dich ehren und dir gehorchen. Ich setze meine ganze Hoffnung auf den Herrn, ich warte auf sein helfendes Wort. Ich sehne mich nach dem Herrn mehr als ein Wächter nach dem Morgengrauen, mehr als ein Wächter sich nach dem Morgen sehnt. Volk Israel, hoffe auf den Herrn! Denn er ist gut zu uns und immer bereit, uns zu retten.*

## **Gebete**

### **Grundsätzlich gilt:**

Die Gebetstexte müssen auf die jeweilige Trauersituation abgestimmt und gegebenenfalls umformuliert werden. Bei einer gottesdienstlichen Feier mit Kindern im Grundschulalter sollte dem (freien) Gebet in einer für Kinder verständlichen Sprache der Vorrang gegeben werden.

Ein für den konkreten Anlass formuliertes Gebet beinhaltet:

- den Namen des/der Verstorbenen,
- den Grund für seinen/ihren Tod,
- die Betroffenheit, das Entsetzen und Unverständnis, die Trauer und Verzweiflung, die Klage der Angehörigen, Freunde
- Bitte um Gottes Segen für den/die Verstorbene/n
- Bitte um Gottes Kraft für die Angehörigen, Freund/innen.

### **Gebetsvorschläge:**

*„Gott, wir können es nicht fassen. Eine/r von uns ist nicht mehr da. Ihr/sein Platz ist leer, nicht für ein paar Tage wie sonst, sondern für immer. Wir wollen sie/ihn nicht vergessen, ihren/seinen Namen, ihr/sein Gesicht, ihr/sein Wesen. Sie/er soll in unseren Gedanken bei uns sein. Du aber, o Gott, schreib ihren/seinen Namen ins Buch des Lebens, damit sie/er bleibt in Ewigkeit. Amen.“*

*Gott, sei du bei mir. Halte mich schützend in deiner Hand. Sei an meiner Seite in den nächsten Tagen und Wochen. Gib meinem ängstlichen Herzen Frieden. Nimm mir meine Wut und Trauer. Schenke mir Trost in dieser trostlosen Zeit. Stärke meinen Glauben an dich. Lass mich Ruhe finden bei dir. Amen.*

*„Jesus Christus, wenn wir Leid erfahren, uns bekannten Menschen Schlimmes zustößt oder plötzlich ein befreundeter Mensch stirbt, dann reagieren wir sehr unterschiedlich. Manche von uns ziehen sich zurück, andere werden aggressiv, wieder andere versuchen sich durch Vergnügungen abzulenken. Jesus, verzeih uns,*

wenn wir dann in unserem eigenen Schmerz die Not anderer übersehen, uns gegen dich wenden, vergessen, dass du uns Menschen versprochen hast, dass nichts und niemand aus den Händen deines und unseres Vaters fällt. Sei bei uns und begleite uns in allen unseren Gefühlen. Amen.“

### **Fürbitten:**

Fürbitten sprechen für:

- den/die verstorbenen Menschen
- die Angehörigen des/der verstorbenen Menschen
- die Verwandten, Freunde, Arbeitskollegen, Schulfreunde des/der Verstorbenen
- die Menschen in den tätigen Hilfsorganisationen
- die Schulgemeinschaft, zu der der/die Verstorbene/n gehörte/n
- und andere Anliegen.

Bei jeder Fürbitte wird eine Kerze angezündet und auf den Altar gestellt.

### **Segensgebete:**

*„Der Herr sei vor dir, um dir den rechten Weg zu zeigen.*

*Der Herr sei neben dir, um dich in die Arme zu schließen und dich zu schützen.*

*Der Herr sei hinter dir, um dich zu bewahren vor der Heimtücke böser Menschen.*

*Der Herr sei unter dir, um dich aufzufangen, wenn du fällst, um dich aus der Schlinge zu ziehen.*

*Der Herr sei in dir, um dich zu trösten, wenn du traurig bist.*

*Der Herr sei um dich herum, um dich zu verteidigen, wenn andere über dich herfallen.*

*Der Herr sei über dir, um dich zu segnen.*

*So segne dich der gütige Gott.“*

*Sedulius Caelius (425-450 n. Chr.)*

*Jesus, der du gesagt hast: ` Selig sind die Leidtragenden, denn sie sollen getröstet werden, segne uns mit dem Segen, der das Leid erträgt, dem wir nicht ausweichen können, Schmerzen, Krankheit und Tod, segne uns mit dem Segen, der das Leid mitträgt, dem andere nicht ausweichen können, Schmerzen, Krankheit und Tod, segne uns mit dem Segen, der dem Leid wehrt und Leid abwendet im Leben anderer und im eigenen Leben. Hilf uns, das Leid und die Leiden der Welt so zu tragen, dass sie uns und anderen zum Segen werden.“*

*Gott schenke uns Kraft und Zuversicht. Er begleite uns mit seinem tröstenden Wort. Er gebe uns Menschen an die Seite, die das Leid mit uns tragen, Menschen, die unserer Klage Raum geben, Menschen, die unseren Schmerz aushalten. Gott steh' uns bei mit seinem Segen, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.*

## Wie kann ich einem Trauernden Menschen begegnen?

Trauernde Menschen wollen kein Mitleid, sie brauchen Trost, Hoffnung, denn ihre Welt hat sich für sie verdunkelt. Im Folgenden findest Du einige Hilfestellungen für den Umgang mit trauernden Menschen, denn oftmals sind wir hilflos und wissen nicht, was wir ihnen als Trost sagen können.

- Sag ihr/ihm, dass Du auch sehr traurig bist über den Tod von ihrem/seinem geliebten Menschen.
- Schreibe ihr/ihm eine Trauerkarte, die anders ist, als die üblichen Kondolenzschreiben und Beileidswünsche. Gehe aus sie/ihn persönlich ein, schreibe ein schönes Gedicht dazu und einen persönlichen Brief. Dies wird ihr/ihm ein erster kleiner Trost sein.
- Du kannst ruhig offen sagen, dass Du für sie/ihn da sein möchtest, dass Du aber nicht weißt, wie Du da sein kannst. Bitte sie/ihn, Dir zu sagen, was ihr/ihm gut tun würde.
- Auch wenn sie/er nichts Konkretes nennen kann oder Deine Hilfe sogar mal ablehnt, geh immer wieder auf den Trauernden zu und biete Deine Hilfe an. Diese Hilfe kann sich auch auf ganz banale Dinge beziehen, wie z.B. einkaufen, kochen, putzen, bügeln.
- Begleite sie/ihn zu Behördengängen, denn oft sind diese nach dem Tod eines geliebten Menschen sehr unangenehm, weil der Trauernde dazu befragt wird bzw. Angaben machen muss. Steh ihr/ihm bei diesen Dingen bei.
- Bei der Vorbereitung der Trauerfeier kannst Du auch behilflich sein. Gemeinsam mit ihr/ihm Musik aussuchen, die der Verstorbene gerne hatte, oder die Trauerrede vorbereiten. Ein hilfreicher Ratgeber zum Erstellen einer Trauerrede ist "Die Trauerfeier von Georg Schwikart.
- Auch bei der Beerdigung kannst Du für sie/ihn da sein, eine "Stütze sein. Frag, ob sie/er Dich braucht, oder ob Du einfach in der Nähe sein sollst und kommen sollst, wenn sie/er Dich braucht.
- Es gibt viele Bücher über die Trauer. Schenke ihr/ihm eines, damit sie/er sich mit dem Thema Trauer auseinandersetzen kann.
- Informiere Dich auch über Trauer und versuche behutsam mit ihr/ihm darüber zu sprechen.
- Rege immer wieder ein Gespräch über den verlorenen Menschen an. Sprich über Deine Erinnerungen, es wird ihr/ihm gut tun, wenn sich andere auch an ihn/sie erinnern und ihn/sie vermissen. Vielleicht wirst Du am Anfang alleine sprechen, mit der Zeit wird das anders werden.
- Achte darauf, dass sie/er weint bzw. den Gefühlen freien Lauf lässt und dass sie/er die Trauer nicht verdrängt.
- Dränge sie/ihn nicht, die Trauerphase abzuschließen. Jeder muss hier sein eigenes Tempo finden.

- Es gibt viele Bücher mit tröstenden Worten. Trauernde suchen nach Trost und Hoffnung. Oftmals sind hier Bücher mit Texten, Geschichten und Gedichten sehr hilfreich. Du findest sehr viele Literaturvorschläge in unserer Leseliste.
- Ermuntere sie/ihn dazu, sich einer Trauergruppe anzuschließen oder sich im Internet mit Menschen, die ein ähnliches Schicksal haben, auszutauschen. Meistens ist es so, dass sich Trauernde von anderen Trauernden am besten verstanden fühlen.
- Wenn sie/ er möchte, dass die Kleidung des verstorbenen Menschen aussortiert werden soll, dann hilf ihr/ihm dabei. Mache den Vorschlag, dass sie/er ein besonderes Teil aufbewahrt.
- Schreibe ihr/ihm hin und wieder eine Grußkarte mit einem schönen Gedicht, Spruch oder einem lustigen Bild. Auch über eine sms freut sie/er sich vielleicht. Im Internet findest du eine Unmenge an Zitaten über Trost, Trauer, Hoffnung, Liebe etc. .Es ist gut, wenn der Trauernde merkt, dass jemand an ihn denkt.
- Begleite sie/ihn bei Grabbesuchen. Frag, ob Du mit ans Grab gehen sollst, oder ob Du etwas weiter weg warten sollst. Lass ihr/ihm so viel Zeit, wie sie/er sich nehmen will.

### **Wie kann man trauernden Kindern begegnen?**

- Jedes Kind trauert anders! Man darf trauernden Kindern nicht mit seinen eigenen Massstäben begegnen. Kinder trauern oft auch im Spiel. Wenn sie also spielen heisst das nicht, dass sie nicht traurig sind oder den Verstorbenen schon vergessen haben.
- Kinder brauchen ihren Rahmen! Wenn ein lieber, vertrauter Mensch gestorben ist, ist für das Kind plötzlich alles anders. Daher ist es wichtig, dass der Rest im Leben des Kindes so wenig wie möglich verändert wird. Der normale Tagesablauf mit den gewohnten Essenszeiten, die Nachmittagsaktivitäten und auch der Schulbesuch sollten in dem Maße, wie es eben möglich ist, eingehalten werden.
- Ob eine Teilnahme an der Beerdigung sinnvoll ist, hängt vom Alter und vom seelischen Zustand des Kindes ab. Grundsätzlich gilt, dass das Kind die Chance erhalten sollte, Abschied vom Verstorbenen zu nehmen. Ob es nun im Rahmen der Beerdigung ist oder bei einem persönlichen "letztenBesuch ist Entscheidungssache der Erziehungsberechtigten. Keinesfalls sollten Kinder ganz davon ausgeschlossen bleiben. Sie können eine Bild malen, ein Gedicht schreiben, Blumen pflücken oder ein Lieblingsstofftier dazu legen. Kinder haben hier oft tolle Ideen. Auch die Kinder sollen das Gefühl haben beteiligt zu sein und noch etwas tun zu können.
- Auch bei der Grabpflege kann man Kinder gut einbeziehen. Sie dürfen eine Pflanze aussuchen, die sie dann auch immer pflegen oder sie suchen eine schöne kleine Figur aus, die auf dem Grab stehen darf.

- Informiere Dich in einem Buch über die Trauer von Kindern in den verschiedenen Altersstufen. In unserer Bücherliste gibt es ein reichhaltiges Angebot an Büchern, die über Kinder und Trauer informieren.
- Es gibt viele Bilderbücher und Jugendbücher, die Kindern und Jugendlichen in ihrer Trauer weiter helfen können. Auch hier möchte ich auf unsere Leseliste verweisen.
- Kinder brauchen kein Mitleid! Sie wollen ernst genommen werden in ihrer Trauer. Sprich offen mit ihnen über ihre Ängste und ihre Gedanken.
- Auch über die Todesart sollte man offen mit den Kindern sprechen. Oft hören Kinder Gerüchte und Getuschel von Erwachsenen und das ist viel schlimmer als ein offenes Gespräch vorher.
- Hilf den Kindern ihre Erinnerungen an den Verstorbenen wach zu halten. Lass ein schönes Foto des Verstorbenen nachmachen und bastle mit dem Kind einen schönen Rahmen oder kauf gemeinsam mit dem Kind einen.
- Achte darauf, dass das Kind seine Trauer lebt und nicht verdrängt. Dazu gehören Wut und Zorn ebenso wie Tränen.
- Vielleicht gibt es eine Trauergruppe für Kinder bzw. Jugendliche in der Nähe. Das wäre eine gute Möglichkeit mit anderen trauernden Kindern zusammen zu kommen. Das muss das Kind aber wollen, zwingen hilft da nichts.
- Kinder brauchen Rituale. So könnte man z.B. zusammen einen Luftballon mit einem Briefchen daran steigen lassen oder ein kleines Boot, aus einer Baumrinde gebastelt, mit einem Kerzchen als Gedenken an den Verstorbenen in einen Fluss setzen.

Dies sind nur einige Hilfestellungen. Wir werden diese Liste ständig erweitern, vervollständigen können wir sie wohl nie, denn jedes Kind und jeder Mensch hat andere Bedürfnisse.

(c) 2005 Kerstin Müller, Aachen

## 6.8 Spirituelle Impulse im Kontext von Tod und Trauer

### Gottesdienstliche Feiern

#### Der Ort

Bei der Wahl des Ortes für die gottesdienstliche Feier ist auf folgende Aspekte zu achten:

- Wer sind die teilnehmenden Menschen?
- Welcher Konfession bzw. Religion gehören sie an?<sup>1</sup>
- Wie viele Menschen werden in etwa zusammen kommen? (Raumgröße)
- Wie lange soll die gottesdienstliche Feier dauern? (Bestuhlung für alle?)
- Welche Elemente beinhaltet die gottesdienstliche Feier? Braucht es dafür ein besonderes Raumangebot?

#### Gestaltung des Ortes für eine gottesdienstliche Feier

Blumen, dunkle Tücher, Kerzen (wenn möglich die Osterkerze aus der Pfarr-/Kirchengemeinde verwenden, da sie Symbol ist für Tod und Auferstehung), Bild des/der Verstorbenen.

Möglich ist es, ein Kondolenzbuch aufzulegen, damit Menschen ihre Trauer in schriftlicher Form bekunden können.

#### Raster für den Ablauf einer Wort-Gottes-Feier/Andacht

- Begrüßung und einleitende Worte (Anlass)
- Lied
- Gebet für den/die Verstorbene/n und die Angehörigen, Freund/inn/e/n, Mitschüler/innen, Kolleg/inn/en
- Namen nennen, Kerze anzünden, evtl. Kirchenglocke läuten lassen
- Stille
- Biblische Lesung
- Ansprache
- Fürbitten (evtl. mit Weihrauchritual oder Anzünden von Kerzen)
- Gemeinsames Beten des Vaterunsers
- Segensgebet/Segen
- Lied

### Einzelne Elemente für gottesdienstliche Feiern im christlichen Kontext

#### Lieder<sup>2</sup>

- All eure Sorgen, TR 689/EG 231
- Alle eure Sorgen werft auf ihn, TR 690  
Aus der Tiefe rufe ich zu dir, EG (Regionalteil Bayern/Thüringen) 629  
Befiehl du deine Wege, EG 361
- Bewahre uns Gott, TR 335/EG 171

---

<sup>1</sup> Siehe unten: Multireligiöse Feiern, Grundsätzliches.

<sup>2</sup> Folgende Abkürzungen werden verwendet: Evangelisches Gesangbuch (EG), Gotteslob (GL), IHM & UNS. Paderborner Liederbuch (IU), Troubadour für Gott (TR), Unterwegs (U).

- Freunde, dass der Mandelzweig, EG 659
- Fürchte dich nicht, gefangen in deiner Angst, EG (Regionalteil Bayern/Thüringen) 630
  
- Geh mit uns, TR 724
- Geh' mit uns auf diesem Weg durch das Tal der Plagen, U 85
- Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht (Kanon), IU 231
- Halte zu mir, guter Gott, EG 641
- Herr, erbarme dich (für die Fürbitten), EG 178.10/GL 358.3
- Herr erbarme dich, EG 178.11
  
- Herr erbarme dich unserer Zeit, TR 107
- Herr, gib uns deinen Frieden, EG 436
- Herr gib uns Mut zum Hören, EG 588/TR 163, 1-2
- Herr, wir bitten komm und segne uns, EG (Regionalteil Bayern/Thüringen) 572
  
- Ich ruf dich an, Herr Gott, erhöre mich (für die Fürbitten), GL 171,1
- Ich möcht', dass einer mit mir geht, TR 726/EG 209
- Ich steh vor dir mit leeren Händen, Herr, EG 382/GL 621
  
- Keinen Tag soll es geben, IU 245
- Kleines Senfkorn Hoffnung, TR 707
- Komm, Herr, segne uns, EG 170
- Komm, o Tröster, Heilger Geist, GL 250
- Liebe ist nicht nur ein Wort, EG (Regionalteil Bayern/Thüringen) 650
- Maria, breit den Mantel aus, GL 595,1.2.4.
- Meine engen Grenzen, TR 115
- Meine Zeit steht in deinen Händen, TR 759
- Meinem Gott gehört die Welt, EG 408 (GS)
  
- Psalm 121 (gesprochen) und Kehrvers, GL 712,1
- Segne uns o Herr, EG (Regionalteil Bayern/Thüringen) 573
- Selig sind, die da geistlich arm sind, EG 307
- Ubi caritas et amor, EG (Regionalteil Bayern/Thüringen) 651
- Von guten Mächten, EG (Regionalteil Bayern/Thüringen ) 637

### **Gebete**

Grundsätzlich gilt: Die Gebetstexte müssen auf die jeweilige Trauersituation abgestimmt und gegebenenfalls umformuliert werden. Bei einer gottesdienstlichen Feier mit Schüler/inne/n im Grundschulalter sollte dem (freien) Gebet in einer für Kinder verständlichen Sprache der Vorrang gegeben werden.

Ein für den konkreten Anlass formuliertes Gebet beinhaltet:

- den Namen des/der Verstorbenen,
- den Grund für seinen/ihren Tod,
- die Betroffenheit, das Entsetzen und Unverständnis, die Trauer und Verzweiflung, die Klage der Angehörigen, Freund/inn/e/n, Kolleg/inn/en
- Bitte um Gottes Segen für den/die Verstorbene/n
- Bitte um Gottes Kraft für die Angehörigen, Freund/innen.

### *Gebetsvorschläge*



„Gott, wir können es nicht fassen.  
Eine/r von uns ist nicht mehr da.  
Ihr/sein Platz ist leer, nicht für ein paar Tage wie sonst,  
sondern für immer.  
Wir wollen sie/ihn nicht vergessen,  
ihren/seinen Namen,  
ihr/sein Gesicht,  
ihr/sein Wesen.  
Sie/er soll in unseren Gedanken bei uns sein.  
Du aber, o Gott,  
schreib ihren/seinen Namen ins Buch des Lebens,  
damit sie/er bleibt in Ewigkeit.  
Amen.“<sup>3</sup>

„In den Tiefen, die kein Trost erreicht,  
lass doch deine Treue mich erreichen.  
In den Nächten, wo der Glaube weicht,  
lass nicht deine Gnade von mir weichen.

Auf dem Weg, den keiner mit mir geht,  
wenn zum Beten die Gedanken schwinden,  
wenn mich kalt die Finsternis umweht,  
wollest du in meiner Not mich finden.

Wenn die Seele wie ein irres Licht  
flackert zwischen Werden und Vergehen,  
wenn es mir an Trost und Rat gebricht,  
wollest du an meiner Seite stehen.

Wenn ich deine Hand nicht fassen kann,  
nimm die meine du in deine Hände,  
nimm dich meiner Seele gnädig an,  
führe mich zu einem guten Ende.“

Justus Delbrück<sup>4</sup>

### Kyrie

„Jesus Christus, wenn wir Leid erfahren, uns bekannten Menschen Schlimmes zustößt oder plötzlich ein befreundeter Mensch stirbt, dann reagieren wir sehr unterschiedlich. Manche von uns ziehen sich zurück, andere werden aggressiv, wieder andere versuchen sich durch Vergnügungen abzulenken.

Jesus, verzeih uns, wenn wir dann in unserem eigenen Schmerz die Not anderer übersehen, uns total gegen dich wenden, vergessen, dass du uns Menschen versprochen hast, dass nichts und niemand aus den Händen deines und unseres Vaters fällt.

Herr, erbarme dich. Christus, erbarme dich. Herr erbarme dich.

---

<sup>3</sup> Vgl. Albrecht W. / Anselm H. (Hrsg.), Neuen Atem holen. Gebete und Gedanken zum Schulalltag an weiterführenden Schulen, Neuausgabe. München 2003, S. 78.

<sup>4</sup> Evangelisches Gesangbuch, S. 908.

Der Herr erbarmt sich unser. Er nimmt uns auf so wie wir sind, mit unserem Schmerz, unserer ohnmächtigen Wut und unseren Zweifeln. Er verzeiht uns unseren Mangel an Glauben und Hoffnung.

Amen.“<sup>5</sup>

Gott,  
sei du bei mir.  
Halte mich schützend in deiner Hand.  
Sei an meiner Seite in den nächsten Tagen und Wochen.  
Gib meinem ängstlichen Herzen Frieden.  
Schenke mir Trost in dieser trostlosen Zeit.  
Stärke meinen Glauben an dich.  
Lass mich Ruhe finden bei dir.  
Amen

Gabriele Rüttiger

#### *Biblische Texte*

Ausschnitte aus den Psalmen, z. B. Ps 22, 77, 102, 121, 130

Jes 43, 1-3a

Mt 11, 28-30

Röm 8, 31-32. 35-39

1 Kor 13

1 Kor 15, 12-20

1 Kor 15, 26. 42-44

Offb 21, 3-5

#### *Fürbitten (mit Weihrauchritual<sup>6</sup> oder Anzünden von Kerzen)*

Fürbitten sprechen für:

- den/die verstorbenen Menschen
- die Angehörigen des/der verstorbenen Menschen
- die Verwandten, Freund/inn/e/n, Arbeitskolleg/inn/en, Schulfreund/inn/e/n des/der Verstorbenen
- die Menschen in den tätigen Hilfsorganisationen
- die Schulgemeinschaft, zu der der/die Verstorbene/n gehörte/n
- und andere Anliegen.

Bei jeder Fürbitte wird eine Kerze angezündet und auf den Altar gestellt.

Alternativ: Nachdem eine Fürbitte vorgetragen wurde, wird ein Weihrauchkorn in ein bereitgestelltes Gefäß mit brennender Kohle gelegt, so dass Rauch und Wohlgeruch symbolisch als Gebet zu Gott aufsteigen.

#### *Segensgebete*

„Wenn der Boden unter meinen Füßen schwankt,  
dann reich’ mir deine Hand und halte mich fest.“

---

<sup>5</sup> DKV Materialbrief 8/96.

<sup>6</sup> Vgl. Deutsches Liturgisches Institut Trier (Hrsg.), Wort-Gottes-Feier. Werkbuch für die Sonn- und Feiertage. Trier 2004, S. 196-198

Wenn ich keinen Boden mehr unter meinen Füßen spüre,  
wenn meine Gefühle mich in Untiefen hinabstürzen,  
dann stell' du mich auf festen Grund.

Wenn die Erde sich auftut, um mich zu verschlingen,  
wenn ich in mir nichts mehr spüre  
und meine Augen leer geweint sind,  
dann umgib du mich mit deiner Liebe.

So bleibe bei uns allen, mit deinem Segen für Leib und Seele.  
So bleibe bei uns allen, mit deiner Kraft für Geist und Sinn.  
So bleibe bei uns, mit deiner Liebe auf all unseren Wegen.  
Bleibe bei uns, Herr, mit deinem Segen.“<sup>7</sup>

„Steht auf vom Tod zum Leben  
steht auf und habt Mut  
denn der Tod ist nicht Ende  
der Tod ist Anfang eines neuen Lebens.  
Steht auf und lebt  
steht auf zur Auferstehung.  
Dazu segne euch ...“<sup>8</sup>

Gott schenke uns Kraft und Zuversicht.  
Er begleite uns mit seinem tröstenden Wort.  
Er gebe uns Menschen an die Seite, die das Leid mit uns tragen,  
Menschen, die unserer Klage Raum geben,  
Menschen, die unseren Schmerz aushalten.  
Gott steh' uns bei mit seinem Segen,  
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.  
Amen.

Gabriele Rüttiger

„Der Herr sei vor dir,  
um dir den rechten Weg zu zeigen.

Der Herr sei neben dir,  
um dich in die Arme zu schließen  
und dich zu schützen.

Der Herr sei hinter dir,  
um dich zu bewahren  
vor der Heimtücke böser Menschen.

---

<sup>7</sup> Seidel U., Mein Liederbuch Bd.1. Düsseldorf 1981. Nach dem Segensgebet „Bleibe bei uns mit deinem Segen“ von Uwe Seidel.

<sup>8</sup> Hauptabteilung Schulen/Hochschulen des Bischöflichen Ordinariats Eichstätt (Hrsg.), Todesfälle in der Schule. Arbeitshilfe für den Umgang mit einer außergewöhnlichen Situation. Eichstätt 2005, S. 52.

Der Herr sei unter dir,  
um dich aufzufangen, wenn du fällst,  
um dich aus der Schlinge zu ziehen.

Der Herr sei in dir,  
um dich zu trösten, wenn du traurig bist.

Der Herr sei um dich herum,  
um dich zu verteidigen,  
wenn andere über dich herfallen.

Der Herr sei über dir,  
um dich zu segnen.

So segne dich der gütige Gott.“  
Sedulius Caelius (425-450 n. Chr.)<sup>9</sup>

„Der du gesagt hast:  
`Selig sind die Leidtragenden,  
denn sie sollen getröstet werden´,

segne uns mit dem Segen,  
der das Leid erträgt,  
dem wir nicht ausweichen können,  
Schmerzen, Krankheit und Tod,

segne uns mit dem Segen, der das Leid mitträgt,  
dem andere nicht ausweichen können,  
Schmerzen, Krankheit und Tod,

segne uns mit dem Segen,  
der dem Leid wehrt und Leid abwendet  
im Leben anderer und im eigenen Leben.

Hilf uns, das Leid und die Leiden der Welt  
so zu tragen, dass sie uns und anderen  
zum Segen werden.“

Dieter Trautwein<sup>10</sup>

„Der Herr segne und behüte dich.  
Er lasse sein Angesicht über dir leuchten  
Und schenke dir seinen Frieden.

Er erfülle dich mit seiner Liebe.  
Er sei in dir als die Quelle, die nie versiegt.  
Er sei unter dir als die Hand, die dich hält.

---

<sup>9</sup> Segen. Liturgische Arbeitshilfen, Bd. III. Werkbrief für die Landjugend. München (1999), S. 26. Zitiert nach Ferment 1/1989

<sup>10</sup> Ebd., S. 62.

Er sei über dir als ein schützendes Dach,  
das alles Bedrohliche von dir abhält.

Er sei in deiner Schwäche und in deiner Kraft,  
in deiner Ohnmacht und in deiner Hoffnung.  
Er sei mit dir, wohin dein Weg auch geht.  
Er durchdringe dein Herz mit seiner zärtlichen Liebe.  
Amen.“

Anselm Grün<sup>11</sup>

„Möge der Wind dich liebkosen,  
wenn du traurig bist,  
die Sonne dich umschmeicheln,  
wenn es dir schlecht geht.  
Möge der Regen die Tränen aus deinem Gesicht waschen,  
die du in verzweifelten Stunden weinst.“

Aus Irland<sup>12</sup>

## **Multireligiöse Feiern (Christentum – Islam – Judentum)**

### *Grundsätzliche Hinweise<sup>13</sup>*

- Die Gottesvorstellung ist bei Christ/innen, Juden/Jüdinnen und Muslim/inn/en aufgrund des Trinitätsglaubens der Christen unterschiedlich. Von daher sollte die multireligiöse Feier grundsätzlich so gestaltet sein, dass die Vertreter/innen der verschiedenen Religionen nicht gemeinsam beten oder Gebete einer anderen Religion sprechen. Jeder/jede sollte die Gebete seiner/ihrer Religion sprechen und niemand sollte von einer anderen Religion vereinnahmt werden.
- Vorbereitung
  - Die Vertreter/innen der Religionen sollen sich vor der multireligiösen Feier treffen, um sich kennen zu lernen. Bei vorhandenen Spannungen ist zu klären, ob die erforderliche Toleranz den anderen Religionen gegenüber vorhanden ist, um später Streit zu vermeiden.
  - Absprachen treffen bezüglich Zeit und Ort<sup>14</sup>, Ablauf und Gestaltung. Zu jedem geplanten Feierelement ist die Zustimmung der Beteiligten einzuholen.
- Formen und Elemente: es gibt im Wesentlichen zwei Formen:
  - *Team-Modell*: die beteiligten Religionen laden gemeinsam ein und gestalten die Feier in einer gemeinsamen Arbeitsgruppe.
  - *Gastgeber-Modell*: eine Religion lädt ein, leitet die Vorbereitungen unter Beteiligung der anderen Religionen und organisiert die Durchführung.
- Grundsätzliche Regel: Auf das gemeinsame Gebet – sei es frei verfasst oder sei es von aus der Tradition ausgewählten Texten – wird verzichtet. Ebenso sollte auf das Singen gemeinsamer Lieder verzichtet werden, die von den jeweiligen Glaubensvorstellungen und Gebetstraditionen geprägt sind.

---

<sup>11</sup> Die schönsten Segenswünsche aus Irland und aller Welt. Augsburg 2004, S. 52.

<sup>12</sup> Ebd., S. 56.

<sup>13</sup> Vgl. Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (Hrsg.), Leitlinien für multireligiöse Feiern von Christen, Juden und Muslimen. Eine Handreichung der deutschen Bischöfe. Bonn 2003, S. 24 – 28.

<sup>14</sup> I. d. R. keinen Sakralraum für multireligiöse Feiern verwenden – Bilderverbot im Judentum und Islam!

- Eine Religionsgemeinschaft soll keine Texte oder Bräuche anderer Religionen in ihre eigenen Beiträge aufnehmen, die nicht gleichzeitig – wie im ersten Teil der Bibel im Christentum wie Judentum – auch zur eigenen Überlieferung gehören.
- Für den Ablauf und den Aufbau gibt es keine verbindliche oder feststehende Form. Dennoch gibt es klare Elemente wie
  - Eröffnung und Abschluss
  - Lob Gottes vor dem Vortragen von Anliegen und Bitten.
- Der Feier kann ein Thema oder bestimmtes Anliegen (hier Trauerfeier) gegeben werden.
- Mögliche Gesten/Gebärden sind: Entzünden von Kerzen, Friedensgruß, Austeilen von Blumen oder anderen geeigneten Zeichen, gemeinsames Schweigen.
- Bei musikalischen Beiträgen ist zu beachten, dass alle teilnehmenden Religionsgemeinschaften sie annehmen können. Instrumentalmusik eignet sich manchmal besser als Gesang.<sup>15</sup>

### **Texte für multireligiöse Feiern**

#### *Aus dem Christentum*

Gott, unerschöpflich ist deine Weisheit, unergründlich ist dein Urteil, unerforschlich sind deine Wege. Kein Mensch kann dich begreifen. Von dir nimmt alles seinen Ausgang, durch dich hat alles sein Leben, in dir hat alles sein Ziel. Dich will ich loben und preisen jetzt und in Ewigkeit.

nach Röm 11

#### *Aus dem Islam*

Gebet für einen Verstorbenen (Islam):

„Allah,  
verzeihe unseren Lebenden und den Verstorbenen,  
verzeihe den Anwesenden und den Abwesenden,  
den Kindern und den Erwachsenen,  
den Männern und den Frauen.  
Bewahre diejenigen, denen du Leben schenkst,  
im festen Glauben und in der Hingabe des Islam.  
Die du sterben lässt, sie mögen im Glauben sterben.“<sup>16</sup>

„Im Namen Allahs,  
Gott gib, dass dieser Tote mit seinem Propheten vereinigt wird.  
Gott, wenn er ein Wohltäter war,  
vermehrte seine Wohltätigkeit,  
wenn er schlecht gehandelt hat,  
vergib ihm, hab Erbarmen mit ihm  
und lass ihm seine Sünden nach.“<sup>17</sup>

„Gott hat genommen, was Ihm gehört, so wie Er gegeben hat, was Sein war; alles geschieht so, wie Er es bestimmt hat.“ (Sure 34, 11)

„Gott ist barmherzig und gnädig. Er ist der, der mächtig ist und bereit zu vergeben.“ (Sure 67, 2)

#### *Aus dem Judentum*

Sterbegebet für jüdische Menschen:

---

<sup>15</sup> Gotteslob 3.2

<sup>16</sup> Aus: Hellstern C. (Hrsg.), Gebete der Menschheit. Graz 1998.

<sup>17</sup> Ebd.

Herr, dessen Stärke bis in Ewigkeit reicht:  
Du gibst den Toten neues Leben.  
Du erzeigst dich gewaltig, rettetest die Lebenden und erhältst sie in deiner Liebe.  
Du umfängst, die fallen, du heilst die Kranken, du befreist die Gebundenen.  
In deiner unendlichen Liebe schenkst du den Toten das Leben  
und du bleibst denen treu, die im Staube der Erde ruhen.  
Wer ist wie du, Herr der Stärke,  
wer kommt dir gleich, du König, der du den Tod schickst  
und zugleich in der Kraft deiner Erlösung das Leben schenkst?  
Deine Treue ist es, in der du den Toten Leben gibst.  
Heilig bist du, dein Name ist heilig, und die Heiligen werden dich preisen von Tag zu Tag.

## **Eine Gedenkminute**

Der Tod eines nahe stehenden Menschen löst bei sehr vielen Sprachlosigkeit aus. Auch Erwachsene tun sich schwer, das unbegreifliche Geschehen in Worte zu fassen, geschweige denn ein der Situation angemessenes Gebet oder Worte der Trauer und des Trostes zu formulieren. Dazu kommt erschwerend der multikulturelle und damit multireligiöse Aspekt hinzu. In solchen Situationen macht es Sinn, die Schulgemeinschaft bzw. eine Schulklasse zu einer Gedenkminute einzuladen.

Wenn die Gedenkminute vorher geplant werden kann, dann kann der Ort gestaltet werden z. B. mit dem Bild des verstorbenen Menschen, mit Blumen, brennenden Kerzen, einem dunklen Tuch als Unterlage.

Der/die Schulleiter/in bzw. der/die Klassenlehrer/in führt in die Gedenkminute ein indem er/sie

- den Anlass für die Gedenkminute nennt
- den Namen des/der Verstorbenen sagt
- zum gemeinsamen Schweigen einlädt
- das gemeinsame Schweigen beendet.

Die Zeitdauer des Schweigens sollte den teilnehmenden Schüler/innen angemessen sein. Im Einzelfall kann es möglich sein, dass ein Gebet gesprochen wird (hier den multireligiösen Aspekt bedenken).

Ute Baierlein

## **Ergänzung zu 6.8 Spirituelle und liturgische Impulse**

### **Anregungen für christliche Trauerfeiern**

Bei einem Trauerfall in der Schule entsteht oft der Wunsch, in einer gemeinsamen christlichen Trauerfeier - zusätzlich zum öffentlichen Beerdigungsgottesdienst - gemeinsam Abschied zu nehmen. Beim Beerdigungsgottesdienst, der von der/dem zuständigen Gemeindepfarrer/in gehalten wird, steht in der Regel die Familie des/der Toten im Mittelpunkt. Bei einer Trauerfeier in der Schule kann die Aufmerksamkeit auf die Freund/inn/en, Mitschüler/innen, Kolleg/inn/en und weiteren Mitarbeiter/innen in der Schule gerichtet werden. Sie erhalten einen Raum für ihre Emotionen und (religiösen) Fragen, die sehr unterschiedlich sein können. Und es wird die Möglichkeit eröffnet, als Schulgemeinschaft Abschied nehmen zu können.

## **Vorentscheidungen der verantwortlichen Lehrkräfte**

Um die Liturgie für die konkrete Trauergruppe zu gestalten, sind im Vorfeld einige Vorentscheidungen von den verantwortlichen Lehrkräften zu treffen. Ein Team ist in dieser Situation wertvoll, da die Aufgaben gut verteilt werden können und so achtsam mit den eigenen (psychischen) Kräften umgegangen wird (auch die Lehrkräfte können Betroffene sein!). Es können auch Kolleg/inn/en angefragt werden, die bisher nicht in der Betreuung der Trauernden standen, etwa Musikkolleg/inn/en. Die Leitung der gottesdienstlichen Feier muss geklärt sein, der ökumenische Aspekt bedacht werden.

Folgende Aspekte sind für die Vorentscheidungen über Rahmen und inhaltliche Grobstruktur der Liturgie zu beachten:

- Das Alter des/der Verstorbenen:  
Kind, Jugendliche/r, Erwachsene/r;
- Das Geschlecht des/der Verstorbenen:  
Mädchen – Junge / Frau – Mann;
- Das „Ansehen“ des/der Verstorbenen:  
gut integriert, sehr beliebt, Außenseiter, Klassenclown, Lieblingslehrer/in;
- Das Alter derer, die zur Liturgie eingeladen sind:  
altershomogen oder –heterogen, Spannbreite;
- Die Umstände des Todes:  
längere Krankheit, plötzlicher Tod, Unglücksfall, Suizid, Mord;
- Die Zusammensetzung der Gruppe:  
Schulklasse, Lehrerkollegium, Schulgemeinschaft, größere Öffentlichkeit;
- Die emotionale Verfassung der Gruppe:  
Schock-Zustand, große emotionale Betroffenheit, ambivalente Emotionen, Gefasstheit.

Von diesen Aspekten abhängig sind Entscheidungen über den Charakter der Trauerfeier. Denkbar sind etwa folgende Zielsetzungen:

- Einer homogenen, vertrauten Gruppe soll Gelegenheit gegeben werden zur gemeinsamen Erinnerung und zum Abschied von einem vertrauten Menschen.
- Eine emotional sehr bewegte, in sich heterogene Gruppe braucht einen Rahmen, in dem Emotionen angenommen sind und durch religiöse Rituale getragen werden.
- Eine heterogene größere Gemeinschaft, die ganz unterschiedlich emotional betroffen ist von dem Todesfall, versammelt sich zum gemeinsamen Abschied.

### **Folgende Fragen sollten im Vorfeld beantwortet werden:**

1. Wer wird in die Vorbereitung, Leitung und Gestaltung einbezogen?  
Die verantwortliche Leitung einer christlichen Feier sollte von Religionslehrkräften der Schule in Absprache/Zusammenarbeit mit den örtlichen Pfarrer/inne/n übernommen werden.<sup>18</sup> Schulleitung, andere Lehrkräfte, Schüler können und sollen je nach örtlicher Gewohnheit einbezogen sein.
2. Welche liturgische Form ist angemessen?  
Möglich sind eine Andacht/ein Wortgottesdienst oder eine Abendmahls-/Eucharistiefeier:

---

<sup>18</sup> Wenn Religionslehrer/innen keine Erfahrung haben mit der Leitung einer christlichen Feier, dann sollte der/die Gemeindepfarrer/in die Leitung übernehmen. Eine solch emotional erfüllte Situation eignet sich nicht zum „Experimentieren“.



- im geschlossenen Kreis von Menschen, die sich gut kennen, z. B. eine Schulklasse oder das Lehrerkollegium;
  - als halboffenes Angebot für Menschen, die durch die Situation miteinander verbunden sind, z. B. alle, die durch den Todesfall an einer Schule emotional besonders betroffen sind;
  - als offizieller Trauergottesdienst an der Schule, in dem die ganze Schulgemeinschaft angemessen Abschied nehmen kann und zu dem auch Familienangehörige eingeladen sind.
3. Welchen Grad an Strukturierung braucht die Liturgie?
- Kleine und vertraute Gruppen können sehr persönlich Abschied nehmen. Die Struktur ist dann ein Orientierungsrahmen, innerhalb dessen es größere Freiräume gibt.
  - Größere und offene Gruppen, bei denen zudem die Teilnehmenden nicht vorher bekannt sind, brauchen eine stärkere Führung und eine straffe Strukturierung des Ablaufs.
4. Welche Bedürfnisse an die Liturgie ergeben sich aus dem Alter der Teilnehmenden?
- Jüngere Kinder gestalten im Vorfeld oder während einer Liturgie gerne etwas, das sie dem/der Gestorbenen mitgeben (ist dann sinnvoll, wenn der/die Verstorbene noch nicht beerdigt ist). Aber auch liturgische Elemente mit zu gestalten macht Sinn, denn etwas aktiv zu tun, ist für die Trauerbewältigung von Kindern wichtig.
  - Jugendliche brauchen Formen, in denen Emotionalität möglich ist und zugleich aufgefangen wird. Sie brauchen Schutz und das sichere Bewusstsein, von einer Gruppe getragen zu sein. Gleichzeitig kann eine aktive Mitgestaltung der Liturgie für einzelne oder eine Gruppe Jugendlicher möglich sein, die dies ausdrücklich wollen. Diese jungen Menschen sollten gut begleitet werden.
  - Erwachsene verbinden den Todesfall mit einer Fülle an eigenen Erfahrungen und Erlebnissen und brauchen Deutungsangebote und Formulierungen für die eigene Betroffenheit, die ihnen die eigene Sprachlosigkeit überwinden hilft.
5. Welche Bedürfnisse an die Liturgie ergeben sich aus der augenblicklichen emotionalen Verfassung der Teilnehmenden?
- Je nach Ursache des Zu-Tode-Kommens und dem Grad der jeweiligen Betroffenheit kann die emotionale Verfassung der Teilnehmenden sehr unterschiedlich sein:
- Bei einer längeren Krankheit ist Trauerarbeit bereits eingeflossen in die Weise, miteinander die letzte Zeit zu leben und voneinander Abschied zu nehmen.
  - Bei einem plötzlichen Tod (Unfall, Gewalttat) stehen der Schock und die Unfassbarkeit des Ereignisses im Vordergrund.
  - Bei Suizid können Fragen von Schuld, Verantwortung und von Ereignissen im Vorfeld sehr dominant werden.
- Die emotionale Verfasstheit und die damit verbundenen Bedürfnisse müssen in die Gestaltung der Liturgie (Gedenkort, Gemeinschaft, religiöse Angebote für die emotionale und intellektuelle Bewältigung des Geschehens) einfließen, so dass sich die Trauernden auf die Liturgie einlassen können und sich dabei in ihrer Trauer angenommen fühlen.

### **Impulse für die eigene Formulierung von Gebeten**

In der Liturgie ist es hilfreich, zwischen persönlichen Texten/Gebeten und biblischen Texten/Gebeten zu wechseln. Die persönliche Lage wird durch die Verbindung mit den biblischen Texten in einen größeren Erfahrungszusammenhang gestellt. Die biblischen Texte bekommen durch den persönlichen Zuspruch eine neue Aktualität.

Für das Formulieren von Gebeten/Texten gelten folgende Empfehlungen:

- einfache Formulierungen wählen,
- die Situation benennen,
- die Gefühle aussprechen, die eigenen und die bei anderen wahrgenommenen,
- nichts beschönigen durch besondere Redewendungen; die Trauer/das Geschehene nicht klein reden oder religiös überhöhen.

Hinweis: Viele hilfreiche Texte in Zeiten der Trauer und Not finden sich auf der Homepage der Seelsorge im Klinikum der Universität München <http://www.klinikseelsorge-lmu.de> - Spirituelles – Texte zum Nachdenken.

### **Trauerfeier mit Kindern im vertrauten Kreis**

Thema: Gott ruft mich bei meinem Namen.

Eignung: Für einen Todesfall in der Klasse nach längerer Krankheit

Die gewählte Gestaltungsidee wird am selben Tag vorbereitet und dann mit einer Trauerfeier zum Abschluss gebracht.

#### **Ablauf:**

- Begrüßung mit freien Worten
- Lied: Lieblingslied der Kinder
- Gebet: Mit eigenen Worten die Situation aufnehmen
- Lesung:  
„Fürchte dich nicht, denn ich habe dich erlöst; ich habe dich bei deinem Namen gerufen; du bist mein!“ (Jes 43,1)
- Gemeinsame Gestaltung zum Thema: Gott ruft mich bei meinem Namen.
- Lied: Vertrautes Lied
- Gebet: z. B. „Wenn der Tod kommt“ (D. Steinwede), gelesen von den Kindern
- Vaterunser
- Segen
- Segenslied

In die Feier können viele Elemente aufgenommen werden, die den Kindern aus dem RU bekannt sind: Lieder (evtl. mit Bewegungen), Vaterunser (evtl. mit Bewegungen), Segenswort (evtl. mit dem Segenskreis).

Besondere Elemente in dieser Feier sind die gemeinsame Gestaltung eines Elementes zum Thema und das thematische Gebet, das von den Kindern gelesen wird. Die Kinder sollen tröstlich vermittelt bekommen, dass Gott jeden Menschen beim Namen ruft – im Leben, und dann letztlich auch im Tod. (Es muss Sorge dafür getragen werden, dass die Kinder keine Ängste entwickeln, sie könnten jetzt auch sterben, weil Gott auch sie beim Namen gerufen hat.)

Zu überlegen ist, ob der Segen den Kindern persönlich zugesprochen wird, etwa mit einem Kreuzzeichen auf der Stirn. Dies ist dann möglich, wenn die Kinder dieses Segenszeichen in einer anderen Situation bereits erlebt haben, etwa im Einschulungsgottesdienst.

#### **Gebetsvorschlag:**

Wenn der Tod kommt  
von Dietrich Steinwede

Lieber Vater und Gott,  
wenn der Tod kommt,  
gehen wir Menschen wie durch eine Tür.  
Sie führt vom Leben in den Tod.  
Und wieder vom Tod zum Leben.  
Sie führt zu dir.

Lieber Vater und Gott,  
du öffnest mir eine Tür ...

Lieber Vater und Gott,  
du sorgst für mich, wenn ich lebe.  
Du sorgst für mich, wenn ich sterbe.

Lieber Vater und Gott,  
ich weiß nur eins:  
Ich werde ganz bei dir sein,  
in deiner Liebe.  
Das ist gut.

(In: Tod und Leben erzählen und verstehen. Kinder begleiten in Schule, Gemeinde und Familie, hrsg. von Dietrich Steinwede und Ingrid Ryssel, Gütersloh 2001, S. 28)

### **Ideen für die Gestaltung:**

Jedes Kind gestaltet seinen Namen, gemeinsam wird der Name des verstorbenen Kindes gestaltet. In der gemeinsamen Form wird die Verbundenheit trotz des Todes symbolisiert.

- Jedes Kind malt und schreibt eine Seite zu seinem Namen. Alle Blätter werden zu einem großen Buch gebunden.
- Ein Mobile anfertigen, jeder Name hängt daran.

Der Name des verstorbenen Kindes wird in das Buch/Mobile integriert.

Weitere Ideen für die Gestaltung von Abschiedsritualen mit Kindern:

Petra Hinderer, Martina Kroth: Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und zu Hause. Münster, Ökoptopia 2005.

Edda Reschke: Bunter Schmetterling und schwarzer Vogel. Mit Kindern Abschied erleben. Limburg, Lahn-Verlag, 1999.

### **Weitere biblische Texte, die sich für eine Gestaltung eignen:**

Aus den Trostpsalmen

Ps 91,15      Wer zu mir ruft, den will ich hören. Ich bin bei ihm in der Not.

(Übersetzung Jörg Zink)

Ps 84,12      Du bist Sonne und wärmst uns.

(Übersetzung Rainer Oberthür)

Ps 18,3      Du bist mein Fels, meine Burg, mein Retter, du mein Gott, meine sichere Zuflucht.

(Übersetzung Gute Nachricht)

Ps 27,1      Der Herr ist mein Licht, er befreit mich und hilft mir.

(Übersetzung Gute Nachricht)

Ps 71,1 Bei dir bin ich geborgen, bei dir finde ich Hilfe, mein Gott. Du bist der Fels, auf dem ich stehe, die Burg, die mich umgibt.

(Übersetzung Jörg Zink)

Ps 23,4 Auch wenn ich wandere im finsternen Tal, fürchte ich kein Unglück, denn du bist bei mir.

Ps 73,23 Du hältst mich liebevoll an der Hand.

(Übersetzung Rainer Oberthür)

Literatur

Die Bibel für Kinder und alle im Haus, erzählt und erschlossen von Rainer Oberthür.

München, Kösel, 2004, S.140 f.

Die Bibel, neu in Sprache gefasst von Jörg Zink, Stuttgart, Kreuz-Verlag, 1998.

## **Trauerfeier mit Jugendlichen bei einem plötzlichen Todesfall**

Thema: Geschaffen zum Ebenbild Gottes

Form: Halboffene Trauerfeier für alle, die den/die Verstorbene/n gut kannten und sehr persönlich Abschied nehmen wollen.

### **Gemeinsame Vorbereitung mit den betroffenen Jugendlichen:**

Wichtig ist die gemeinsame Vorbereitung, mit der begonnen werden kann, wenn der erste Schock übergegangen ist in die Trauer. Erst dann können und sollen sich die Jugendlichen auf die Vorbereitung einlassen. Die aktive Teilnahme an der Gestaltung der Trauerfeier muss freiwillig sein. Niemand darf gezwungen oder überredet werden.

Die Vorbereitung ist keine Ablenkung, sondern eine intensive Form des Abschiednehmens.

Die gemeinsame Arbeit an den Aufgaben ist emotional bewegend, gibt aber zugleich ein Gefühl der Zusammengehörigkeit. Das gemeinsame Tun fördert das aktive Umgehen mit dem Geschehen und ist insofern eine Form der Trauerarbeit.

Folgende Aufgaben können gestellt werden:

#### 1) Musikgruppe

Aufgabe: Sucht ein/mehrere Musikstücke, die für den/die Verstorbene/n passen: Mit dieser Musik denken wir an dich, N.

Wie können wir es technisch lösen, dass wir alle die Musik hören? Ist es möglich, Live-Musik zu haben? Wer könnte dafür angesprochen werden? Kosten bedenken.

#### 2) Fotogruppe

Aufgabe: Wählt einige Fotos aus, die zur Situation, zum Thema des Gottesdienstes passen: So werden wir dich, N., in guter Erinnerung behalten.

#### 3) Persönliche Abschiedsworte

Aufgabe: In der Trauerfeier soll Gelegenheit sein, dem/der Verstorbenen noch etwas zu schreiben, wenn das Bedürfnis bei euch und evtl. anderen Mittrauernden da ist. Überlegt euch eine passende Form oder ein Symbol, mit dem wir ausdrücken können: Das wollen wir dir, N., noch sagen.

Besorgt alles Notwendige dafür.

### **Ablauf:**

Der Leiter/ die Leiterin (s.o.) führt/en durch die Trauerfeier und integriert/en die vorbereitenden Gruppen.

- Begrüßung mit freien Worten, Einführung
- Musik: ausgewählt von der Musikgruppe

- Gebet
- Lesung: Die Erschaffung des Menschen (1. Mose 1 in Ausschnitten, z. B. 1-4; 27-28, evtl. in einer modernen Übersetzung, z. B. Die Bibel für Kinder und alle im Haus, erzählt und erschlossen von Rainer Oberthür, München: Kösel, 2004, S. 21 ff)
- Erinnerung an den/die Verstorbene/n mit Fotos, ausgewählt von der Fotogruppe
- Musik, ausgewählt von der Musikgruppe
- Eine Kerze entzünden vor den Bildern
- Persönlicher Abschied: Was ich ihm/ihr noch sagen möchte, vorbereitet von Jugendlichen
- Wechselgebet: Klage
- Abschließendes Gebet
- Vaterunser mit Händefassen
- Segen, Stehen im dichten Kreis, je nach Teilnehmern (Anzahl, Grad der Verbundenheit)
- Gemeinsames Lied/Musik

### **Gebetsvorschläge:**

#### Eingangsgebet:

Wir glauben, dass jeder Mensch von Gott gewollt ist und in jedem Menschen etwas von Gott sichtbar und erfahrbar wird. So glauben wir, dass N. von Gott geliebt ist und mit ihm/ihr etwas von Gottes Liebe in unsere Welt kam. Heute aber klagen wir und schreien zu Gott, dass N. so früh sterben musste. Warum? Was soll das, Gott? N. ist doch noch am Anfang seines/ihrer Lebens gewesen. Wir klagen, Gott: Du hast uns doch versprochen, dass du uns behüten willst. Wieso kann dann ein solches Unglück passieren? Gott, sei bei uns und höre uns in unserer Trauer und in unserer Wut.

#### Wechselgebet – Klage

Kehrsvers (wird immer wieder gemeinsam gebetet):  
Herr, erbarme dich unser

Mit lauter Stimme schreien wir zu Gott – KV  
laut flehen wir zu Gott um Gnade – KV  
wir schütten vor ihm unsere Klagen aus – KV  
dass er unsere Not sieht – KV

Wenn auch mein Geist in mir verzagt – KV  
du kennst meinen Pfad – KV

Gott, wir schreien zu dir, - KV  
wir sagen: Unsere Zuflucht bist du, - KV  
unsere Zuflucht im Land der Lebenden. – KV

(Überarbeitet aus: Daiker, Angelika / Seeberger, Anton (Hg.): Zum Paradies mögen Engel dich geleiten. Rituale zum Abschiednehmen. Ostfildern, Schwabenverlag, 2007, S. 99)

#### Abschließendes Gebet:

Gott, auch wenn wir deine Wege nicht verstehen. Auch wenn wir klagen und der Schmerz uns zerreißt. Zu dir kommen wir mit unserer Not: Verlass uns nicht, lass uns aufeinander achthaben, gib uns Kraft, uns gegenseitig zu unterstützen. Sei bei uns.

### **Andere Gestaltungsideen:**

- Ein langer Weg wird im Andachtsraum gelegt und von den Jugendlichen mit Fotos/Erinnerungstexten/Bildern/Gegenständen ausgelegt. Am Ende des Weges steht eine große Kerze und der Text:  
Christus spricht: Ich lebe und ihr sollt auch leben (Joh 14,19).
- In der Mitte des Andachtsraumes werden lange Blumenkästen in Kreuzform aufgestellt. Die Kästen sind mit Sand gefüllt. Dünne Kerzen/Teelichter liegen bereit. Während Musik läuft, haben die Jugendlichen Gelegenheit, die Kerzen zu entzünden und ihre Abschiedsworte daneben zu legen. Am Kopfende des gelegten Kreuzes steht der Text:  
Christus spricht: In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden (Joh 16,33).

### **Trauerfeier mit Jugendlichen bei einem Suizid**

Inhalt: Meine Gedanken und Emotionen vor Gott bringen.

Form: Liturgischer Rahmen mit der Freiheit, sich in einem gestalteten Raum auszudrücken. Die Trauerfeier ist geprägt durch vier thematische Stationen. Die Themen greifen mögliche Gefühle und Gedanken der vom Suizid eines Jugendlichen betroffenen Schüler/innen und Lehrer/innen auf. Die Mitfeiernden gehen – nach der Aufforderung durch den/die Gottesdienstleiter/in – in einer selbstgewählten Reihenfolge und einem selbstbestimmten Tempo von Station zu Station.

#### **Vorbereitung der Stationen:**

Vier Stationen werden in der Mitte des Raumes vorbereitet:

- 1) Fürbitten: Eine große Kerze und Teelichter auf feuerfestem Untergrund.  
Dazu folgender Text: Gib Frieden, Herr, gib Frieden!
- 2) Trauer: Ein großer gefüllter Wasserkrug, eine große Schale, Blütenblätter  
Dazu folgender Text:  
Gott verspricht: Alle deine Tränen sammle ich in einem Krug (nach Ps 56, 9).  
Dein Schmerz und deine Trauer sind nicht umsonst. Ich will sie verwandeln in neues Leben.  
(Idee und Text aus: Enzner-Probst, Brigitte: Heimkommen. Segensworte, Gebete und Rituale für die Kranken- und Sterbebegleitung, München: Claudius, 2005, 135)
- 3) Klage: Steine mit Löchern, weiße Zettel, Stifte  
Dazu folgender Text:  
Herr, höre mein Gebet und lass mein Schreien zu dir kommen! (Ps 102, 1)
- 4) Dankbarkeit: Bunte Zettel, Stifte  
Dazu folgender Text:  
Gründe, wofür es sich zu leben lohnt.  
(In Anlehnung an eine Rubrik in der ehemaligen Jugendbeilage der Süddeutschen Zeitung)

#### **Ablauf:**

Der liturgische Rahmen ist schlicht gehalten:

- Begrüßung
- Lied/Musik
- Hinführende Gedanken
- Vorstellung der Stationen – Bitte um Schweigen – ungefähre Zeitvorgabe
- Musik – schweigendes Verweilen an den Stationen
- Gemeinsamer Abschluss durch ein Wechselgebet

- Zuspruch: z. B. Offb. 21,3-4
- Lied
- Vaterunser
- Segen

### **Gebetsvorschlag:**

#### Wechselgebet

Kehrvors (wird immer wieder gemeinsam gebetet):  
Herr, erbarme dich.

Wir danken dir, Gott, für die Zeit, die wir mit N. verbringen konnten. Wir sind traurig, dass er/sie nicht länger leben wollte. Gott, gib ihm/ihr Frieden bei dir. - KV

Verwirrt und verletzt sind wir durch den selbstgewählten Tod von N. Wir kommen nicht klar damit und bitten dich: Lindere du den Schmerz, den sein/ihr Tod bereitet. - KV

Diese Entscheidung von N. lässt uns hilflos zurück. Wir bitten dich: Mache die Herzen aller, die davon hören, innerlich stark. Lass sie in schwierigen Lebenssituationen für sich selbst einen anderen Weg wählen. - KV

Von ganzem Herzen wenden wir uns an dich, Gott. N. hat sich ganz dir überlassen. Wir glauben, dass er/sie bei dir in Frieden ist. Aber wir sind aufgewühlt. Lass wieder Tage kommen, in denen die Not dieser Tage und Stunden abklingt. Lass uns wieder gerne leben. - KV

Wir bitten dich für die Familie und die Angehörigen, für Freundinnen und Freunde und Schulkameraden von N. Gib ihnen Kraft, dass sie sich gegenseitig unterstützen können. Gib uns offene Augen, damit wir auf die zugehen, die uns brauchen. - KV

(angeregt und für die Schule verändert aus: Daiker, Angelika / Seeberger, Anton (Hg.): Zum Paradies mögen Engel dich geleiten. Rituale zum Abschiednehmen. Ostfildern, Schwabenverlag, 2007, S. 125)

### **Trauerfeier für eine/n verstorbene/n Kollegen/in**

Thema: Erinnerung an den/die Kollegen/in und gemeinsame Stärkung für das Leben.

Form: Eine öffentliche Trauerfeier an einem Ort, der Kolleg/inn/en, Schüler/inne/n, Eltern und Angehörigen zugänglich ist.

Die Feier findet einige Tage/Zeit nach dem Tod statt, die Teilnehmenden sind emotional unterschiedlich stark betroffen.

#### **Möglichkeiten zur gemeinsamen Vorbereitung und Gestaltung:**

- 1) Vorbereitung eines Bildes des/der Verstorbenen, das während der Trauerfeier aufgestellt ist.
- 2) Musikauswahl: Kolleg/inn/en, die den Musikgeschmack des/der Verstorbenen kennen, treffen eine Musikauswahl unter Berücksichtigung folgender Gedanken: Mit welcher Musik lösen wir welche emotionale Reaktion aus, wie gehen wir damit um? Welche Musik berührt wen?  
Wählen wir klassische, feierliche Musik oder Lieblingsmusik des/der Verstorbenen aus dem Bereich Rock, Jazz? Soll die Musik eine ruhige Stimmung vermitteln oder als

Gegenpol zur Trauer kraftvoll an das Leben erinnern? Soll durch die Musik christliche Hoffnung vermittelt werden, z. B. Gospel, oder bringt sie v. a. den/die Verstorbene/n in Erinnerung? - Die ausgewählte Musik sollte (Text ebenfalls beachten) zu einer gottesdienstlichen Feier passen.

- 3) Textauswahl: Ähnliches gilt für die Auswahl von literarischen Texten und Geschichten. Es kann wichtig sein, Texte aufzunehmen, die die Betroffenheit und Sprachlosigkeit formulieren. Es kann aber auch die Situation der Erinnerung gut aufgegriffen werden, wenn Texte gelesen werden, die den/die Verstorbene/n schon lange begleitet haben.
- 4) Erinnerungen aus dem gemeinsamen Leben: Verschiedene Kolleg/inn/en und evtl. auch Schüler/innen werden gebeten, in kurzer Form Begegnungen und Erlebnisse zu beschreiben, an die sie sich erinnern. Dies können sowohl ernste als auch humorvolle Situationen sein. Die Achtung der Würde des/der Toten muss unbedingt gewährleistet sein.
- 5) Gestaltung eines Sterbebildchens: In manchen Gegenden ist es üblich, dass die Familie zum Beerdigungsgottesdienst ein sog. Sterbebildchen druckt und auslegt. Auf diesem sind das Bild des/der Verstorbenen sowie Texte, die wichtig waren.  
In Absprache mit der Familie könnten Kolleg/inn/en für die Trauerfeier in der Schule eine derartige Erinnerung gestalten, die für alle kopiert/gedruckt und ausgelegt wird.

#### **Ablauf:**

- Begrüßung in freien Worten
- Musik/Lied (wenn zu erwarten ist, dass viele es kennen und mitsingen)
- Gebet
- Erinnerungen an den/die Kollegen/in in verschiedenen Formen:
  - Musik – Texte – Eindrücke
- Zur Einführung: Gedanken zur Bedeutung von Erinnerung  
(Die Erinnerung bleibt, sie kann schmerzlich sein, manchmal auch hilfreich.  
Erinnerungsrituale dürfen sein und erhalten den/die Verstorbene/n lebendig.  
Aus dem, was wir gemeinsam an Schönerm erlebt haben, können wir Kraft schöpfen und uns dankbar daran freuen.)
- Biblischer Text: z. B. Röm 8, 38f.  
Denn ich bin gewiss, dass weder Tod noch Leben, weder Engel noch Mächte noch Gewalten, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges, weder Hohes noch Tiefes noch eine andere Kreatur uns scheiden kann von der Liebe Gottes, die in Christus Jesus ist, unserm Herrn.
- Gebet
- Vaterunser
- Segen
- Gemeinsames Lied (siehe oben)

#### **Gebetsvorschläge:**

Eingangsgebet: Auszüge aus den Klage-/Bittpsalmen

- Ps. 13
- Ps. 25
- Ps. 31
- Ps. 69
- Ps. 88
- Ps. 102

Gebet:



Gott, du willst das Leben und nicht den Tod.  
 So glauben wir und so bekennen wir.  
 Und trotzdem müssen Menschen so früh sterben,  
 musste N. so früh sterben, obwohl er/sie mitten im Leben stand.  
 Gott, es fällt uns so schwer, an deine Zuwendung zu glauben.  
 Wir sehen keinen Sinn in diesem Tod.  
 So bleibt uns nur die Klage: Warum musste N. sterben?  
 Wir vermissen ihn/sie sehr.  
 Zugleich bitten wir dich, Gott, von Herzen:  
 Gib N. den Frieden bei dir, lass ihn/sie bei dir geborgen sein.  
 Wenn wir auch nicht wissen, wo und wie,  
 so wollen wir dir doch vertrauen.  
 Stärke in uns den Glauben.  
 Du bist der Anfang und das Ende,  
 du hältst Zeit und Ewigkeit in deinen Händen.  
 In Christus bist du uns nahegekommen,  
 er ist uns den Weg vom Leben durch den Tod hinein ins ewige Leben vorangegangen.  
 Wir glauben, Herr, hilf unserem Unglauben.  
 Amen.

### **Trauerfeier am Tag der Todesnachricht**

Thema: Gemeinsame Klage und Fürbitte vor Gott

Form: Klarer liturgischer Rahmen in einem dafür gerichteten Trauerraum,  
 offen für alle, die teilnehmen wollen

#### **Vorbereitung:**

Gesangbuch

Kerzen: große Kerze für die Andacht/den Wortgottesdienst, kleine für die Fürbitten.

Streichhölzer

#### **Ablauf:**

- Miteinander da sein:

(Die Situation mit eigenen Worten kurz zusammenfassen.)

Wir sind hier, aufgewühlt und verwirrt von dieser Nachricht. Wir können es nicht fassen und wollen es nicht wahrhaben, dass N. ....

Jetzt sind wir hier zusammen, jeder/jede von uns mit seinen/ihren eigenen Gedanken und vielen unterschiedlichen Empfindungen. Hier ist ein Ort, an dem wir einfach so da sein dürfen. Wir wollen uns gegenseitig unterstützen und nicht allein sein. Wir verstehen nicht, was geschehen ist und warum es geschehen ist. Und gerade damit wenden wir uns gemeinsam an Gott.

- Anzünden einer großen Kerze

- Gebet: Gott, wir haben heute morgen gehört, dass N. ....

Gott, warum ist das geschehen? Was soll das? Das hat doch keinen Sinn.

N. hatte doch noch so viel vor.

Gott, wir können nur klagen und wissen nicht, wie wir das Ganze fassen sollen. In unserer Not nehmen wir die Worte zu Hilfe, mit denen schon immer Menschen zu dir schreien.

- Psalm 142,1-4a; 6-7a (in der Übersetzung der Guten Nachricht)

Ich schreie zum Herrn, so laut ich kann,

ich bitte den Herrn um Hilfe.  
Ihm klage ich meine Not,  
ihm sage ich, was mich quält.  
Auch wenn ich selber allen Mut verliere,  
du, Herr, weißt, wie's mit mir weitergeht.  
Zu dir, Herr, schreie ich!  
Ich sage: Du bist meine Zuflucht,  
du gibst mir alles, was ich im Leben brauche!  
Höre mein Schreien, ich bin völlig am Ende.

- Anzünden von kleinen Kerzen während der Fürbitten  
Wir denken jetzt besonders an: (je nach Situation spontan formulieren)  
N.: Wir wünschen ihm/ihr, dass sie/er Frieden hat, da wo er/sie jetzt ist.  
Seine/Ihre Eltern: ...  
Seine Schwester/seinen Bruder: ....  
Seine Freunde: ....

Sicher liegen euch jetzt Menschen besonders am Herzen. Denkt an sie, betet für sie jetzt in der Stille. Wenn ihr wollt, könnt ihr nach dieser gottesdienstlichen Feier Kerzen für sie anzünden.  
(Stille) ....

- Zuspruch:  
Weil N. ..., sind wir gemeinsam hier. Wir beten gemeinsam,  
wir klagen und trauern. Und gerade, weil der Tod uns so brutal trifft,  
hören wir besonders gut hin: Gott verspricht uns, dass das Leben weitergeht,  
dass es bei ihm anders weitergeht. Der Tod ist nicht das Ende.  
Im Johannesevangelium sagt Jesus:  
Ich bin die Auferstehung und das Leben. Wer an mich glaubt, der wird leben, auch wenn er stirbt. (Joh 11,25)  
Deshalb vertrauen wir darauf, dass N. in Frieden bei Gott lebt, auch wenn wir nicht verstehen, warum das alles so gekommen ist.
- Gemeinsames Gebet:  
Vaterunser
- Ausblick: Das können wir jetzt tun, um diesen Tag gemeinsam zu bestehen:  
(mit freien Worten)
- Segen: In Zeiten, wo es schwer ist, brauchen wir Gottes Segen besonders.  
So geht mit dem Segen Gottes:  
Der Herr segne euch und behüte euch,  
der Herr lasse sein Angesicht leuchten über euch und sei euch gnädig,  
der Herr erhebe sein Angesicht auf euch und gebe euch Frieden.  
Amen.
- Evtl. Segenslied

## **Schweigeminute**

Wenn der Tod plötzlich über Menschen hereinbricht und einem die Worte fehlen, aber auch bei einem geplanten Totengedenken in größeren Versammlungen, wo von unterschiedlichen religiösen Einstellungen oder atheistischen Überzeugungen auszugehen ist, wird zunehmend mehr zur „Schweigeminute“ eingeladen.

Die Schweigeminute kann eine dichte Form des Totengedenkens sein, wenn sie in würdevoller Weise vollzogen wird. Damit dies möglich ist, sollte eine Person der Anwalt dieser Gedenkform sein und durch die Schweigeminute hindurch leiten.

Bei der Schweigeminute sind zwei Elemente von zentraler Bedeutung: das gemeinsame Stehen und das gemeinsame Schweigen. Das gemeinsame Tun schafft Verbundenheit untereinander, das Stehen drückt die Achtung vor dem/der Toten aus, das Schweigen ermöglicht, dass jede/r Teilnehmende in der ihm/ihr eigenen Weise des/der Toten gedenken kann.

Ablauf:

- Hinführung  
Den Anlass benennen, auf die Bedeutung des gemeinsamen Stehens und Schweigens hinweisen, den zeitlichen Rahmen des Schweigens benennen, zum Aufstehen und gemeinsamen Schweigen einladen;
- Aufstehen;
- Schweigen;
- Das Schweigen beenden  
Je nach Zusammensetzung der Gruppe ist folgender Abschluss möglich:
  - Gemeinsames Gebet für den/die Verstorbene/n (Vaterunser) und/oder Segensgebet
  - Profane Überleitung in den Alltag.

## Tröstende Worte

Hugo von Hofmannsthal

---

Was ich wollte, liegt zerschlagen,  
Herr, ich lasse ja das Klagen,  
Und das Herz ist still.  
Nun aber gib auch Kraft zu tragen,  
Was ich nicht will!  
Joseph von Eichendorff

---

Der Schmerz ist ein heiliger Engel,  
und durch ihn sind Menschen grösser geworden  
als durch alle Freuden der Welt.  
Adalbert Stifter

---

Wir wandelten in Finsternis,  
bis wir das Licht sahen.  
Aber die Finsternis blieb,  
und es fiel ein Schatten auf unseren Weg.  
Theodor Fontane

---

Er ging hinauf unter dem grauen Laub  
ganz grau und aufgelöst im Ögelände  
und legte seine Stirne voller Staub  
tief in das Staubigsein der heissen Hände.

Nach allem dies. Und dieses war der Schluss.  
Jetzt soll ich gehen, während ich erblinde,  
und warum willst du, dass ich sagen muss  
du seist, wenn ich dich selber nicht mehr finde.

Ich finde dich nicht mehr. Nicht in mir, nein.  
Nicht in den anderen. Nicht in diesem Stein.  
Ich finde dich nicht mehr. Ich bin allein.  
Rainer Maria Rilke

---

Ob man nicht dennoch hätte Klagefrauen auftreiben müssen?  
Weiber, welche weinen für Geld, und die man so bezahlen kann,  
dass sie die Nacht durch heulen, wenn es still wird.  
Gebräuche her! Wir haben nicht genug Gebräuche.  
Alles geht und wird verredet.  
So musst du kommen, tot, und hier mit mir Klagen nachholen.  
Hörst du, dass ich klage?  
Ich möchte meine Stimme wie ein Tuch hinwerfen  
über deines Todes Scherben  
und zerrn an ihr, bis sie in Fetzen geht,  
und alles, was ich sage, müsste so  
zerlumt in dieser Stimme gehn und frieren.

Rainer Maria Rilke

---

O Herr, gib jedem seinen eignen Tod.  
Das Sterben, das aus jenem Leben geht,  
darin er Liebe hatte, Sinn und Not.

Rainer Maria Rilke

---

Tot ist überhaupt nichts:  
Ich glitt lediglich über in den nächsten Raum.  
Ich bin ich, und ihr seid ihr.  
Warum sollte ich aus dem Sinn sein,  
nur weil ich aus dem Blick bin?  
Was auch immer wir füreinander waren, sind wir auch jetzt noch.  
Spielt, lächelt denkt an mich.  
Leben bedeutet auch jetzt all das,  
was es auch sonst bedeutet hat.  
Es hat sich nichts verändert,  
ich warte auf euch, irgendwo sehr nah bei euch.  
Alles ist gut.

Annette von Droste-Hülshoff

---

Immer enger, leise, leise  
ziehen sich die Lebenskreise,  
schwindet hin, was prahlt und prunkt,  
schwindet Hoffen, Hassen, Lieben  
und ist nichts in Sicht geblieben  
als der letzte dunkle Punkt.

Theodor Fontane

---

Und meine Seele spannte  
weit ihre Flügel aus,  
flog durch die stillen Lande  
als flöge sie nach Haus...

Joseph von Eichendorff

---

Ich bin nur in das Zimmer nebenan gegangen.  
Ich bin ich, ihr seid ihr.  
Das, was ich für dich war, bin ich immer noch.  
Gib mir den Namen, den du mir immer gegeben hast.  
Sprich mit mir, wie du es immer getan hast.  
Gebrauche nicht eine andere Lebensweise.  
Sei nicht feierlich oder traurig.  
Lache weiterhin über das,  
worüber wir gemeinsam gelacht haben.  
Ich bin nicht weit weg,  
ich bin nur auf der anderen Seite des Weges.

Fritz Reuter

---

Es kann nicht immer so bleiben,  
hier unter dem wechselnden Mond.

Wer im Gedächtnis seiner Lieben lebt,  
der ist nicht tot, der ist nur fern;  
tot ist nur, wer vergessen wird.  
Immanuel Kant

---

Was ein Mensch an Gutem  
in die Welt hinausgibt,  
geht nicht verloren.  
Albert Schweitzer

---

Und meine Seele spannte,  
weit ihre Flügel aus.  
Flog durch die stillen Lande,  
als flöge sie nach Haus.  
Josef Freiherr von Eichendorff

---

Auch das ist eine Kunst, ist Gottes Gabe  
aus ein paar hellen Tagen  
sich soviel Licht ins Herz zu tragen,  
daß, wenn der Sommer längst verweht,  
das Leuchten immer noch besteht.  
Joh. Wolfgang v. Goethe

---

Denn vor und nach dem irdischen  
Leben gibt es kein irdisches, aber  
doch ein Leben.  
Jean Paul

---

Man sollte nicht fürchten, dass unsere Kraft nicht hinreichte, irgendeine, und sei es die nächste und sei es die schrecklichste Todeserfahrung zu ertragen; der Tod ist nicht über unsere Kraft, er ist der Maßstrich am Rande des Gefäßes: wir sind voll, sooft wir ihn erreichen – und Vollsein heißt (für uns) Schwer-sein .. das ist alles.  
Rainer Maria Rilke, Briefe

---

So durchlauf ich des Lebens Bogen und kehre, woher ich kam.  
Johann Christian Friedrich Hölderlin

---

Der Tod ist kein Abschnitt des Daseins, sondern nur ein Zwischenereignis, ein Übergang aus einer Form des endlichen Wesens in eine andere.  
Friedrich Wilhelm Christian Karl Ferdinand Freiherr von Humboldt

---

Der Tod ist kein Unglück für den, der stirbt, sondern für den, der überlebt.  
Karl Marx

---

Doch wie du auch ein Ende nimmst,  
du kehrest zu den Göttern, kehrst  
ins heilige, freie, jugendliche Leben  
der Natur. wovon du ausgingst.

Friedrich Hölderlin, Hyperion

---

Ich habe so oft erfahren,  
wie ein Zuruf, der aus dem  
Heiligtume unserer Seele kam,  
in tiefer Betrübniß uns beglücken  
und neues Leben, neue Hoffnung  
schaffen kann.

Friedrich Hölderlin, Briefe

---

Außern muss sich der Schmerz;  
unwillkürlich greift der Künstler  
nach der Laute, um in ihren Tönen  
seinen eignen Schmerz auszuhauchen.

Ludwig Feuerbach

---

Der Schmerz ist Leben.

Friedrich Schiller

---

Nach Deinem Tod wirst du sein,  
was du vor Deiner Geburt warst.

Arthur Schopenhauer

---

In des Waldes heil´gem Schweigen  
Werd´ ich meine Kinder sehn,  
In den Knospen, an den Zweigen  
Werd´ ich meine Kinder sehn.  
In saphirnen Wiegen schaukelt  
Mutter Luft ihr Frühlingskind;  
In den Knospen, an den Zweigen  
werd´ ich meine Kinder sehn.  
In den Blumen, in der Sonne  
Wenden Kinderaugen zu  
Und im Wind sich kindisch neigen,  
werd´ ich meine Kinder sehn.  
Wo durchs grüne Laubesgitter  
Golden bricht der Sonnenstrahl,  
In der Sonnenstäubchen Reigen  
werd´ ich meine Kinder sehn.  
Wo im Nest sich Tauben schmiegen,  
Fische schlüpfen hin im Bach,  
Schmetterling´ aus Blumen stiegen,  
werd´ ich meine Kinder sehn.  
Schlank vor mir emporgewachsen  
Als Zypress´ und Pinie,  
Mit Gebärden fremd und eigen  
Werd´ ich meine Kinder sehn.  
An der Stelle meines Bildes,  
das im Spiegel von Kristall  
Mir der Bach allein will zeigen,  
werd´ ich meine Kinder sehn.

Wenn ich meine Augen schließe,  
kann ich fühlen sie sind nah;  
In des Herzens heil´gem Schweigen  
Werd´ ich meine Kinder sehn.  
Friedrich Rückert

---

Wenn in bangen trüben Stunden  
Unser Herz beinah verzagt,  
Wenn von Krankheit überwunden  
Angst in unserm Innern nagt;  
Wir der Treugeliebten denken,  
wie sie Gram und Kummer drückt,  
Wolken unsern Blick beschränken;  
Die kein Hoffnungsstrahl durchblickt:  
O! dann neigt sich Gott herüber,  
seine Liebe kommt uns nah,  
sehnen wir uns dann hinüber,  
Steht sein Engel vor uns da,  
Bringt den Kelch des frischen Lebens;  
Lispelt Mut und Trost uns zu.  
Und wir beten nicht vergebens  
Auch für die Geliebten Ruh.  
Novalis

---

### **Der fehlende Ton**

Man stelle sich ein Lied vor, das viele viele Töne hat. Das Lied ist wunderschön, weil jeder dieser Töne da ist und seinen Beitrag zur Melodie leistet. Manche Töne sind ganz kurz, andere dagegen ganz laaaaaaaaang und dann gibt es noch welche die sind dazwischen – mittellang. Aber zurück zu unserem Lied. Plötzlich passiert etwas Unerwartetes mit dem Lied: Jemand lässt einen einzigen Ton herausfallen. Plötzlich klingt die komplette Melodie anders. Es fehlt ein Ton und die anderen Töne, die auf ein Zusammenspiel mit ihm abgestimmt sind, müssen sich an eine leere Stelle in der Notenzeile gewöhnen. Immer wieder, lange Zeit wird das Lied dann ohne diesen bestimmten Ton gespielt – es gibt auch keinen Ersatz für diesen Ton, denn man kann einen Ton nicht so einfach ersetzen. An seiner Stelle steht einfach nichts. Die anderen Töne finden das komisch, dass dieser Platz von nun an ganz leer sein soll und sie entscheiden sich dazu dem verlorenen Ton ein Denkmal zu setzen. Sie setzen ein Pausenzeichen um zu erinnern, dass an diesem Platz einmal ein besonderer Ton saß. Nach einer langen Zeit wird auch dieses Lied auch zu einem gern gehörten Lied. Es ist zwar anders war als das Lied vorher, aber auch die Melodie dieses Liedes klang nach einiger Zeit, als man sich mit der ungewohnten Pause ein wenig vertraut gemacht hatte, wunderschön - aber eben ganz anders!

Kerstin Müller

---





## Inhaltsübersicht Rubrik –Küche und Finanzen

---

*Die Rubrik enthält Informationen, Checklisten und Vorlagen zu den Themen  
Küche und Finanzen*

*Für die Freizeitleitung, die Teamer als Stütze und Orientierung im eingetretenen  
Krisenfall und Alltagsbewältigung auf den Freizeiten/Veranstaltungen.*

---

### Bereich Küche

- ✓ Mengen, Maße, Gewichte und ihre Angaben
- ✓ Essensmengen - Kalkulation
- ✓ Tipps und Tricks in der Küche
- ✓ Hygiene in der Küche
- ✓ Die Spül- und Putzkiste
- ✓ Die Gewürzkiste
- ✓ Kochtechniken, Begriffe
- ✓ Lebensmittelallergien & Unverträglichkeiten
- ✓ Frühstück und Abendbrot
- ✓ Suppen
- ✓ Hauptspeisen
- ✓ Teige
- ✓ Nudelgerichte
- ✓ Reisgerichte
- ✓ Kartoffelgerichte
- ✓ Umgang mit Gasflasche
- ✓ Vorlage Essensplan

### Bereich Finanzen

- ✓ Allgemeines
- ✓ Das muss vor und auf der Freizeit bedacht werden
- ✓ Bsp. Finanzen auf Freizeiten

## Basiswissen Küche

### Mengen, Maße, Gewichte und ihre Angaben:

- TL = Teelöffel = 5 ml = 5 g
- EL = Esslöffel = ca. 15 ml = 15 g; 8 EL = ca. 125 ml Wasser oder 1/8 l
- MS = Messerspitze
- g = Gramm: 250 g = ca. 250 ml = 1/4 l = ca. 250 ccm = ca. 12,5 cl
- Pck = Päckchen
- ml = Milliliter
- 1 Liter = 1000 ml = 100 cl = 10 dl = 1000 g
- 3/4 Liter = 750 ml = 75 cl = 7,5 dl = 750 g
- 1/2 Liter = 500 ml = 50 cl = 5 dl = 500 g
- 1/4 Liter = 250 ml = 25 cl = 2,5 dl = 250 g = ca. 1 Teller
- 1/8 Liter = 125 ml = 12,5 cl = 1,25 dl = 125 g
- 1/10 Liter = 100 ml = 10 cl = 1 dl = 100 g
- T = 1 Tasse (nicht Humpen) = 125 ml = 1/8 l (Randvoll = 150 ml)
- kg = Kilogramm = 1000 g = ca. 1 l = ca. 1000 ccm = 100 cl = 10 dl
- 5 mittelgroße Kartoffeln = ca. 500 g
- ein Suppenteller gefüllt = ca. 250 ml
- eine Prise = Menge zwischen Daumen und Zeigefinger
- P = Packung
- B = Becher
- Ds = Dose
- Stng = Stange
- Bd = Bund
- Tb = Tube
- Gl = Glas

### Wenn keine Waage oder Messbecher vorhanden sind:

#### Ein gestrichener TL oder EL entspricht etwa folgender Menge:

|                         | TL:  | ES:  |
|-------------------------|------|------|
| 1 Pck Backpulver (20g): | 4 g  | ---- |
| Gelee/Marmelade:        | 10 g | 30 g |
| Honig:                  | 2 g  | 35 g |
| Käse gerieben:          | 3 g  | 8 g  |
| Majonäse                | 10 g | 30 g |
| Mehl:                   | 4 g  | 12 g |
| Öl:                     | 5 g  | 15 g |
| Reis:                   | 7 g  | 20 g |
| Salz:                   | 5 g  | 15 g |
| Speisestärke:           | 5 g  | 10 g |
| Wasser/Milch:           | 5 g  | 15 g |
| Zucker:                 | 5 g  | 15 g |
| Butter:                 | 5 g  | 10 g |
| Kakao:                  |      | 5 g  |

#### Eine normale Tasse (nicht Humpen) randvoll gefüllt entspricht etwa folgender Menge in g:

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| Mehl:                 | 80 g  |
| Reis:                 | 100 g |
| Zucker:               | 150 g |
| Kartoffelpüreepulver: | 50 g  |
| Haferflocken:         | 70 g  |

---

*Nicht bei jedem Lebensmittel ist die Umrechnung von Milliliter oder Liter auf Gramm bzw. Kilogramm gleich. Zwar entspricht ein Liter Wasser genau einem Kilogramm, ein Liter Öl wiegt dagegen nur etwa 900 g.*

---

## Essensmenge von Durchschnittsessern (30 J, normal sportl.):

Abweichungen von der normalen Mengenangabe pro Portion nach Personengruppen:

- Kinder ab 6 J.: 1/2 Portion
- ab 13 J. Jungen: 1 1/2 Portionen
- ab 13 J. Mädchen: 3/4 Portion

|                 | <u>zum Sattessen</u>         |   | <u>als Beilage:</u>          |
|-----------------|------------------------------|---|------------------------------|
| Brot/Brötchen:  | 120 - 150 g (2 - 3 Brötchen) |   | 80 - 100 g (1 - 2 Brötchen)  |
| Eier:           | 2                            |   | 1 (zum Frühstück)            |
| Wurst:          | 2 - 3 Scheiben               |   | 2 Scheiben                   |
| Käse:           | 2 - 3 Scheiben               |   | 2 Scheiben                   |
| Fisch           | 150 - 200 g                  |   |                              |
| Fleisch:        | 150 g                        |   | 100 g                        |
| Braten:         | 150 - 200 g                  |   |                              |
| Hackfleisch     | 100 - 125 g                  |   |                              |
| Gemüse roh:     |                              |   | 100 g                        |
| Gemüse gekocht: | 300 - 400 g                  |   | 200 g                        |
| Hülsenfrüchte   |                              |   | 60 g                         |
| Nudeln:         | 100 - 150 g                  |   | 70 g                         |
| Reis:           | 100 - 120 g                  |   | 70 g                         |
| Suppe:          | 2 Teller (1/2 l)             | 1 | Teller (1/4 l) als Vorspeise |
| Soße zu Fleisch | 60 - 100 ml                  |   |                              |
| Soße zu Dessert | 45 - 60 ml                   |   |                              |
| Dessert         | 125 g                        |   |                              |
| Kopfsalat:      |                              |   | 1 Salat á 4 Personen         |
| Endivien:       |                              |   | 1 Salat für 7 Personen       |
| Gurke:          |                              |   | 1 á 3 Personen               |
| Karotten:       |                              |   | 120 g                        |
| Tomaten:        |                              |   | 1 á Person                   |

- ▶ Mit dem Anstieg der Esser nimmt die benötigte Menge an Essen proportional immer etwas ab. Auch wird das Essen immer billiger.
- ▶ 1 kg Brot = 16 - 20 Scheiben

## Getränke

- Der Bedarf an Getränken pro Person am Tag beträgt ca. 2,5 L

## Getränke und Lebensmittel zum Frühstück

- 1 Tasse = ca. 125 g = 150 ml
- 1 Glas Saft = ca. 100 g
- Gals Milch = ca. 180 g
- Kakao: 2 - 3 dl
- Butter: 15 g/pro Person
- Konfitüre: 20 - 30 g/Person
- Brot: 80 - 120 g/Person
- Brötchen 1, 5 á Person/Person

## Tipps und Tricks in der Küche:

### Einflussfaktoren auf Essensmengen:

- Wenn Suppen und Dessert serviert werden kann die Hauptmahlzeit reduziert werden
- Aus großen Tassen wird mehr getrunken, weil alle mindestens eine volle Tasse haben wollen.
- Bei Dessert besser kleine Kellen und Löffel verteilen, da alle mindestens eine volle Schöpfkelle haben wollen.
- Bei sportlichen Aktivitäten steigt der Hunger
- Naschen die Kinder viel, so sinkt der Hunger
- Bei großer Hitze sinkt der Hunger, mehr Flüssigkeit und Obst geben
- Zu Beginn einer Freizeit wird i. d. R. etwas mehr gegessen. Im Lauf der Freizeit wird es weniger

### Umgang mit Obst:

- **Äpfel:** geschält und in Schnitze gegessen sind sie beliebt. Geschält werden sie schnell braun und unansehnlich. Geschälte Äpfel in kaltes Wasser legen und einige Spritzer Zitronensaft hinzufügen. Runzlige Äpfel lassen sich einfacher schälen, wenn sie kurz vorher in kochend heißes Wasser getaucht oder stundenlang in kaltem Wasser gelegt werden. Allerdings Vitaminverlust!
- **Ananas:** Die ganze Frucht erst in Scheiben schneiden, dann die Schalen entfernen. So gibt es keinen Matsch. Ananas verhindern das Gelieren von Gelatine, deswegen nur gekochte Ananas für Obstböten verwenden.
- **Bananen:** geschält, werden sie sofort braun und unansehnlich. Geschälte Banane mit Zitronensaft bestreichen. Bei Obstsalat Äpfel & Bananen als erstes schneiden und sofort mit Zitronensaft beträufeln.

### Umgang mit Gemüse:

- **Tomaten:** leichter schälen, wenn sie kurz in kochendem Wasser getaucht werden. Sollen sie gekocht werden, ist die Schale vorher abzuziehen. Zuerst Stielansatz kegelförmig aus der Frucht schneiden, Blütenansatz kreuzweise leicht einschneiden, kurz in siedendes Wasser tauchen, mit kaltem Wasser abschrecken, enthäuten.
- **Paprika:** Paprikas vor Verarbeitung gründlich von Trennwänden und Kernen befreien. Diese sind Träger der Schärfe und der Unverträglichkeit. Um eine bessere Verträglichkeit zu erreichen kann die Paprika blanchiert, mit kaltem Wasser abgeschreckt und die Haut abgezogen werden.
- **Schnittlauch:** frisch halten, indem man ihn in ein Glas Wasser stellt
- **Sellerie:** Größere Knollen können pelzig & hohl sein. Gibt die Stelle, an der das Kraut abgeschnitten wurde beim Daumendruck nach nicht mehr verwenden, da das ein Zeichen für Pelzigkeit ist. Die gebürstete Knolle erst nach dem Kochen abschälen. Sie laugt beim Kochen nicht aus und der Geschmack bleibt besser erhalten
- **Zwiebeln:**
  - Schneiden ohne Weinen: Zwiebeln kurz mit kochendem Wasser überbrühen.
  - Zwiebelgeruch verschwindet, wenn man ein Glas rohes Milch trinkt oder rohe Petersilie kaut. An Händen entfernt man den Geruch mit Essig oder Zitronensaft. Wirkt auch bei Messer oder hier Edelstahlseife einsetzen.
  - Zwiebelringe werden gleichmäßiger, wenn sie mit einem Gurkenhobel geschnitten werden
- **Kartoffeln:** s. Kartoffelgerichte

## Umgang mit ....

- **Ei:** Frische Eier halten sich im Kühlschrank ca. 14 Tage. Um herauszufinden, ob das Ei gekocht ist, das Ei auf den Tisch legen und drehen, fängt es an zu taumeln, ist es roh. Kreiselt es gut ist es gekocht.  
Gekochte Eier lassen sich besser schälen, wenn man sie in kaltes Wasser legt.
- **grüner Salat** kann in einer verschließbaren Dose im Kühlschrank einige Tage aufbewahrt werden, ohne dass er welkt.
- **Salatgemüse** immer im stehenden, kalten Wasser kurz und gründlich waschen. Nicht drücken! Evtl. nochmal das Wasser wechseln.
- **Blattgemüse:** die äußeren grünen Blätter und Rippen nicht mitverwenden, da sie ein hohes Nitratgehalt besitzen.

## Sonstige Tipps:

- **Essen angebrannt:** bloß nicht mehr rühren! Schöpfe vorsichtig den guten Anteil des Essens in anderen Topf; nicht sagen. Der rauchige Beigeschmack ist die besondere Note! (Geht aber nur bei ganz leicht angebranntem Essen)  
**Angebrannte Töpfe leichter reinigen:** Wasser mit etwas Waschpulver im Topf aufkochen.  
**Angebranntem Fleisch:** Teile abschneiden; Rest in frischem Fett nochmal anbraten.
- **Geruch von Angebrannten verschwindet:** Auf Herdplatte etwas Wasser verdampfen
- Damit **Holzbretter** das Aroma der Petersilie nicht aufsaugen, Brett vor Gebrauch kalt abwaschen. Vor dem ersten Gebrauch und zwischendurch mit warmem Fett oder Öl einreiben. (Sind aber in der Freizeit-Küche nicht mehr erlaubt)
- **Versalzenes Essen retten:** Durch Strecken mit Sahne oder Joghurt. Hilft das nicht eine ganze geschälte Kartoffel ca. 15 Minuten mitkochen. Oder 1 - 2 Esslöffel Reis, rohe Kartoffel mit Reibeisen einreiben. Das geht mit jedem Essen.
- Große Menge **Flüssigkeit abgekühlt:** Mit Eiswürfel oder kalte, saubere Kühlelemente ins Gefäß legen.
- Beim **Verteilen/Ausrollen von Teig** auf einem Blech eine Klarsichtfolie über den Teig legen, so bleibt er nicht an Hände oder Rolle haften.
- **Brötchen aufbacken:** Gefäß mit Wasser in Ofen stellen. Brötchen werden knuspriger
- Vor dem Füllen **von heißen Flüssigkeiten in eine Glasschüssel**, diese heiß ausspülen und auf feuchtes Tuch stellen. Schüssel springt dann nicht.
- **Fett spritzt in der Pfanne:** einige Prisen Salz dazugeben. Das Spritzen hört auf.
- **Zwiebelgeruch** verschwindet schneller, wenn man Messer, Hände, Brett sofort mit kaltem Wasser abwäscht
- **Übergelaufener Milch:** Herdplatte sofort mit einem in Essig getränkten Tuch sauber machen. Töpfe mit starkem Salzwasser auskochen.  
**Milch brennt nicht an:** Vorher etwas Wasser im Topf erhitzen oder etwas Zucker in Topf geben. Topf mit kaltem Wasser ausspülen.
- **Wurst** lässt sich besser enthäuten, wenn man sie kurz unter kaltes Wasser hält.
- **Wasser salzen**, wenn es kocht. Wird das Salz vorher schon beigegeben, braucht das Wasser länger, bis es kocht.
- Beim Kochen für Großgruppen muss wesentlich **mehr Zeit** eingerechnet werden, für die Vorbereitung, das Erhitzen vom Wasser, etc.
- Bei Gruppen immer etwas **vorsichtiger würzen**, da die Geschmäcker unterschiedlich sind. Nachwürzen geht besser als Würze herausnehmen.

## Hygiene in der Küche

- Vor jeder Küchenarbeit die Hände gründlich - am besten mit Desinfektionsseife - waschen und mit einem sauberen Tuch trocknen
- Saubere Kleidung und eine saubere Schürze tragen.
- Lange Haare zusammenbinden evtl. Kopfbedeckung tragen
- Abwaschlappen, Hand- und Abtrockentücher oft wechseln. Abtrockentücher möglichst im Freien trocknen lassen. Abwaschlappen immer gut auswaschen. Sollten zu wenig Tücher und Lappen da sein und keine Waschmaschine zur Verfügung stehen, die Küchenwäsche in einer großen Pfanne mit wenig Waschmittel 30 Min. kochen, gut spülen und trocknen.
- Reinigungslappen für WC haben nichts in der Küche verloren. Lappen zum Tischabwischen farblich von Spüllappen unterscheiden und separat lagern. Öfters wechseln!
- Arbeitsplatz sauber halten, immer wieder Arbeitsflächen abwischen und nicht mehr benötigte Geräte spülen und verräumen.
- Küchenboden sauber halten und wenn möglich jeden Abend nass wischen
- Nur einwandfreie und saubere Arbeitsgeräte verwenden
- Speisereste zugedeckt und kühl aufbewahren und so schnell wie möglich weiterverwenden. Bitte hier Vorsicht walten, da normalerweise Speisereste nicht zweimal rausgestellt werden dürfen.
- Speisen, die bereits auf den Tisch standen, müssen eigentlich weggeworfen werden. Deswegen lieber weniger rausstellen und dafür öfters nachfüllen und das den Kindern erklären
- Rohe Lebensmittel, die nicht gekocht sind, verderben rasch. Immer kühl aufbewahren!
- Tiefgefrorenes Fleisch am besten im Kühlschrank auftauen, nach dem Auftauen sofort verwenden. Geflügel/Pute von anderem Fleisch fernhalten und separate Brettchen und Messer verwenden. Möglichst auf rohe Eier, rohes Geflügel verzichten, wegen Salmonellengefahr
- Fleisch & Geflügel immer getrennt von rohem Obst und Gemüse zubereiten. Geräte, die mit Geflügel in Berührung kamen, sind mit kochendem Wasser abzubrühen, auch Arbeitsflächen. Hände danach waschen!
- Früchte, Gemüse vor Gebrauch immer gut waschen.
- Faule Blätter & Druckstellen bei Früchten und Gemüse großzügig wegschneiden.
- Schimmeliges Brot und andere mit Sporen versetzte Speisen nie essen!
- Vorratsraum & Kühlschrank sauber halten & kontrollieren. Bei längeren Freizeiten Kühlschrank mit Essigwasser zwischendurch auswischen.
- Holzbrettchen, Wallhölzer und Pinsel immer gut an der Luft trocknen lassen. Feuchte & schmutzige Holzbrettchen bieten Kleinlebewesen ideale Lebensbedingungen
- Bakterien und Viren lieben Temperaturen zwischen 10 ° und 65 ° C
- Verzehrfertige Speisen sollten nicht mit bloßen Händen angefasst werden (z. B. Gabeln auf Wurst- und Käseteller)
- Küchenabfälle und verdorbene Lebensmittel sofort in Biomülleimer geben und täglich leeren.
- Zum Abtrocknen Einmalhandtücher verwenden
- Schmuck wie Fingerringe, Armbanduhren vor Arbeitsbeginn ablegen! Verletzungsgefahr!
- Nie auf Lebensmittel husten oder niesen. Sollte in die Hand gehustet worden sein, Hände waschen!
- Kleine, saubere Wunden mit wasserundurchlässigem Pflaster abdecken oder Handschuhe tragen
- Sollte Essen etwas länger warmgehalten werden müssen, nicht unter 70°C und höchstens 2 Std.

## Die Spül- und Putzkiste:

Diese Dinge sollten enthalten sein:

- Spülmittel
- Reinigungsmittel für den Boden
- farblich unterschiedliche Spüllappen
- Spülschwamm
- Spülpätz
- Aufwaschlappen
- Geschirrtücher
- Einmal-Abtrockentücher für die Hände
- Scheuermilch
- Desinfektionsseife für die Hände
- Einmalhandschuhe
- Desinfektionsspray für Flächen
- Feuerzeuge & Streichhölzer
- Müllbeutel groß
- Müllbeutel klein
- Biomüllbeutel
- Gelber Sack
- Wasserdichte Pflaster

## Gewürzkiste:

Diese Dinge sollten in der Gewürzkiste sein (natürlich ist das nur eine Grundausstattung):

- Pfeffer
- Salz
- Kräuter der Provence
- Curry
- Majoran
- Rosmarin
- Paprika edelsüß
- Balsamico
- Speisewürze z. B. Maggi
- Mehl
- Thymian
- Basilikum
- Brühwürfel (Fleisch & Gemüsebrühe)
- Essig
- Öl
- Senf
- Knoblauch
- Soßenbinder
- Helle und dunkle Soße

Gewürze, die oft gebraucht werden können in Großpackungen gekauft werden, da sie sich schnell aufbrauchen, alle anderen sollten besser in kleinen Einheiten gekauft werden. Generell ist sich darüber Gedanken zu machen, wie ich Gewürze lagere: Trocken, gut verschlossen und gut transportierbar. Deswegen ist es sinnvoll kleine bis mittelgroße Plastikdöschen zu nehmen und auf Plastikbeutel zu verzichten.

## Kochtechniken – Begriffe und kurze Erläuterungen:

### **Binden:**

Andicken von Soßen, Suppen, Süßspeisen mit Mehl, Speisestärke oder Kartoffelpüreepulver. Mehl und Speisestärke mit kalter Flüssigkeit anrühren, zugießen, umrühren und aufkochen

### **Blanchieren:**

Kurzes Ankochen von Gemüse und im manchmal auch von Obst in viel Flüssigkeit; anschließend in kaltem Wasser mit Eiswürfel abschrecken. Dabei wird es weicher und kann leichter verarbeitet werden. I. d. R. für das Einfrieren von Gemüse gedacht.

### **Marinieren:**

Durchziehen lassen von Salaten mit Soße, bei Fleisch mit Marinade.

### **Pochieren:**

Kurzes Erhitzen, bis kurz unter dem Siedepunkt, von Obst und Gemüse in viel Flüssigkeit

### **Garen:**

In reichlicher Flüssigkeit unter der Siedetemperatur, um Platzen oder Zerfallen empfindlicher Gerichte zu verhindern. Gargut in kochender Flüssigkeit zusetzen, bei 75° - 95° C garen lassen

### **Dämpfen:**

Ein Garen in strömendem Wasserdampf ohne Druck bei Temperaturen von ca. 100° im Dämpfer oder Siebeinsatz in geschlossenen Töpfen

### **Dünsten:**

Ein Garen im eigenen Saft unter Zugabe von wenig Fett und Flüssigkeit bei gleichbleibender Temperatur von ca. 96° - 100° in geschlossenem Geschirr.

Gargut hierbei zunächst in zerlassenes Fett wenden, Fleisch nach Belieben anbräunen, im eigenen Saft oder unter Zugabe wenig kochender Flüssigkeit, bei mäßiger Hitze zugedeckt garen.

### **Ablöschen:**

Bratensatz mit wenig Flüssigkeit nach und nach unter Rühren aufgießen und aufkochen lassen.

### **Abschrecken:**

Gekochtes oder Gebrühtes kurz unter kaltes Wasser halten

Nahrungsmittel bei guter Hitze in heißem Fett von allen Seiten bräunen, damit durch raschen

Porenverschluss Saftverlust vermieden wird

### **Andünsten:**

Nahrungsmittel in zerlassenen Fett bei mäßiger Hitze ohne Bräunung, wenig Flüssigkeit zu geben

### **Mehlbutter:**

Zum Binden von Gemüse und Soße anstelle von Einbrenne. Gleiche Menge Butter und Mehl (j1 10 g) verkneten, in das fast gare Gemüse oder Soße geben

### **Mehlschwitze/Einbrenne:**

Mehl in zerlassenen Fett lichtgelb oder mittelbraun bis kräftig braun rösten, mit kalter Flüssigkeit unter Rühren nach und nach aufgießen, glattrühren, bei mäßiger Hitze garen

### **Legieren**

bedeutet Suppen oder Soßen mit Eigelb oder Mehl eindicken oder binden. Dadurch werden gegarte, nicht mehr kochende Speisen verfeinert.

Legieren kann man, indem man: Sahne oder Butter einrührt, Eigelb, das mit Sahne oder einer anderen verrührt ist, einrührt. Beim Einrühren darf die Speise nicht mehr kochen, da Sahne oder Eigelb gerinnen können. Man kann auch Süßspeisen legieren.

### **Unterziehen**

Vorsichtiges Unterheben von verschiedenen Flüssigkeiten oder geschlagenen Eischnee/Sahne zur Lockerung von Cremes oder Ähnliches.



# Lebensmittelallergien & Unverträglichkeiten

## Laktoseintoleranz -Allgemeines

- Laktose (= Milchzucker) ist in der Milch fast aller Säugetiere enthalten
- 15 - 20 % der Deutschen fehlt das Enzym Laktase ganz oder teilweise.
- Laktase spaltet Milchzucker in Glukose & Galaktose
- Im Darm verursacht Laktose massive Beschwerden.

## Laktoseintoleranz – Behandlung & Maßnahmen

- Laktosefreie Ernährung & Verzicht auf Fertigprodukte
- Laktase-Enzym-Präparate, um Beschwerden zu vermindern
- Medikament vor Verzehr einnehmen

## Lebensmittel bei Laktoseintoleranz

| Verboten/zu meiden   | Erlaubt/unbedenklich   |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Brot- und Backmischungen</li><li>• Waffeln</li><li>• Schokolade</li><li>• Instant-Suppen</li><li>• Fertig-Müsli</li><li>• Aromen</li><li>• Molke, Molkepulver,</li><li>• Zuckerstoffe</li><li>• Milch, Sahne, Joghurt</li><li>• Butter</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Fruchtsäfte</li><li>• Nüsse</li><li>• Nudeln</li><li>• Reis</li><li>• Fruchtgummi</li><li>• Fleisch</li><li>• Eier</li><li>• Getreideprodukte</li><li>• Mais</li><li>• Fisch</li></ul> |

## Gluten -Allgemeines

- Gluten = Klebereiweiß im Getreide, das z. b. in Verbindung mit Wasser dafür sorgt, dass Brot zu einem Laib aufgeht.
- Ca. 100.000 Menschen in Deutschland vertragen kein Gluten
- Selbst Spuren von Gluten können gesundheitsschädlich sein
- In vielen Fertigprodukten ist Gluten versteckt, da es viele erwünschte Eigenschaften hat.

## Gluten -Behandlung und Maßnahmen

- konsequente glutenfreie Ernährung:

## Lebensmittel mit Gluten

| Verboten/zu meiden  | Erlaubt/unbedenklich   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Weizen</li><li>• Dinkel</li><li>• Roggen</li><li>• Hafer</li><li>• Gerste</li><li>• Nudeln</li><li>• Pizza</li><li>• Kekse</li><li>• Bier</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Reis</li><li>• Mais, Hirse, Buchweizen</li><li>• Amaranth</li><li>• Obst, Gemüse, Kartoffeln</li><li>• Salat</li><li>• Milch, Naturjoghurt, Naturkäse</li><li>• Fleisch, Fisch</li><li>• Zucker</li><li>• Honig, Marmelade</li><li>• Hülsenfrüchte</li><li>• Eier</li><li>• reine Gewürze u. Kräuter</li></ul> |

## Fruktose -Allgemeines

- Fruktose = Einfachzucker, der natürlich in Früchten, Gemüse, Zuckerrüben, Zuckerrohr und Honig vorkommt
- 30 % der Deutschen vertragen Fruchtzucker gar nicht oder nur in geringen Mengen

## Fruktose -Behandlung und Maßnahmen

- d. R. reicht die Reduktion vom Fruchtzucker durch die Menge an Nahrungsmittel

## Fruktose und Lebensmittel

| Verboten/zu meiden  | Erlaubt/unbedenklich   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Äpfel</li><li>• Bananen</li><li>• Kiwis</li><li>• Fruchtsäfte</li><li>• Trockenfrüchte</li><li>• Honig</li><li>• Fertigjoghurts</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Aprikosen</li><li>• Honigmelone</li><li>• Pfirsichen</li></ul> |

# Frühstück und Abendbrot

Das sollte nicht fehlen:

| Frühstück  | Abendbrot  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Müsli &amp; Cornflakes</li> <li>• zwei Sorten Marmelade</li> <li>• Honig</li> <li>• Obst</li> <li>• Butter/Margarine und vegane Alternativen</li> <li>• Kaffee</li> <li>• Tee</li> <li>• Kaba</li> <li>• Milch und vegane Alternativen</li> <li>• verschiedenes Brot</li> <li>• kleiner Wurst- und Käseteller und vegane Alternativen</li> <li>• Weißwurst</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tee</li> <li>• Mineralwasser</li> <li>• unterschiedliches Brot</li> <li>• Butter/Margarine und vegane Alternativen</li> <li>• Gurken/Paprika/Tomaten/Karotten</li> <li>• Käseaufschnitt und vegane Alternativen</li> <li>• Wurstaufschnitt und vegane Alternativen</li> </ul> |

Das kann man immer mal wieder anbieten:

| Frühstück  | Abendbrot   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nutella</li> <li>• gekochte Eier oder Rührei</li> <li>• Bacon</li> <li>• Brötchen</li> <li>• Pfannkuchen</li> <li>• Toast</li> <li>• Saft</li> <li>• Quark</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saft</li> <li>• Quark oder Tipp für das Gemüse</li> <li>• Fisch</li> <li>• Bombell, Camembert etc.</li> <li>• Hamburger oder Wienerchen oder Grillen</li> <li>• Hawaiitoast</li> <li>• gefüllte Toastecken</li> <li>• Pizzabrötchen</li> <li>• Tomaten-Mozzarella</li> <li>• deftige Salate</li> </ul> |

- Grundsätzlich sollte wenig Wurst und Fleisch gereicht werden oder im Sinne der EJB vollständig vegetarisch bis vegane Ernährung angeboten werden. Auch auf Frische, Bio und Regionalität sollte geachtet werden.
- Am Anfang der Freizeit oder am Abend vorher fragen, wer was trinkt, um unnötige Arbeit zu sparen und um das Wegschütten zu vermeiden
- Anfang der Freizeit oder am Abend vorher fragen, wer Rührei etc. haben möchte, um unnötige Arbeit und das Wegwerfen von Lebensmitteln zu vermeiden.
- Milch nicht in heißen Topf schütten, da sie sonst sofort anbrennt. Beim Wärmen immer rühren und nur bis knapp vor dem Siedepunkt erhitzen.

# Suppen

## Tomatensuppe

### Tomatensuppe – Zutaten (20 Personen)

1 große Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 250 g Butter oder Margarine, 250 g Mehl, 2, 5l Gemüsebrühe, 5 P Tomatenpüree á 500 g, 6 TL Salz, 1 TL Zucker, 6 TL Speisewürze, 1 TL Pfeffer, 2 B Schmand à 200g, evtl. einige Tropfen Tabascoße, (Worcestersoße zum Abschmecken)

### Tomatensuppe – Zubereitung

Zubereitungszeit: 35 Minuten                      Art: vegetarisch

- Zwiebel in Würfel schneiden, Knoblauch pressen und in Margarine andünsten
- Mehl dazugeben und leicht durchschwitzen lassen.
- Mit der Flüssigkeit nach und nach ablöschen.
- Damit es nicht klumpt, gut mit dem Schneebesen rühren, aufkochen lassen und Tomatenpüree dazugeben.
- Nun die Gewürze und den Schmand dazugeben und abschmecken
- Evtl. Parmesankäse darüberstreuen und frisches Basilikum oder Petersilie darauf streuen

## Gemüsetopf mit Kartoffeln

### Gemüseeintopf – Zutaten (20 Personen)

4 kg gemischtes Gemüse, 3 kg Kartoffeln, 250 g Margarine, 3, 5 l Wasser, 6 EL Kartoffelpüree-Pulver  
2 EL Salz, 1/2 TL Pfeffer, 3 - 4 TL Speisewürze, 2 Bd Petersilie

### Gemüseeintopf – Zubereitung

Zubereitungszeit: 2,5 Std.                              Art: vegetarisch

- Gemüse putzen und zerkleinern. Margarine zerlassen, Gemüse darin andünsten, mit Wasser auffüllen.
- Kartoffeln schälen, würfeln, dazugeben 15 - 20 Min. bei schwacher Hitze kochen lassen. Ab und zu umrühren. Falls gewünscht, kann die Flüssigkeit mit 5-6 EL Kartoffelpüree-Pulver gebunden werden.
- Den Gemüsetopf mit den Gewürzen abschmecken & vor Servieren mit Petersilie bestreuen

## Zwiebelsuppe

### Zwiebelsuppe – Zutaten (20 Personen)

3,5 kg Zwiebel, 125 g Butter oder Margarine, 5 EL Mehl, 6 l Hühner oder Gemüsebrühe (575g durchwachsener Speck), 10 EL Olivenöl, 10 TL Zucker, Salz, Pfeffer, 1.750 g Tomaten gehäutet und fein gehackt. Basilikum frisch, Parmesan frisch gerieben  
6 TL Salz, 1 TL Pfeffer

### Zwiebelsuppe – Zubereitung

Zubereitungszeit: 80 Minuten                      Art: vegetarisch

- Die Zwiebeln schälen und in dünne Streifen schneiden.
- Pancetta oder Speck in einen Topf geben und bei geringer Hitze 5 Minuten unter Rühren erhitzen, bis das Fett austritt.
- Dann Butter, Olivenöl, Zwiebeln, Zucker und eine Prise Salz zufügen und alles gut vermengen. Den Topf abdecken und die Zwiebel unter gelegentlichem Rühren goldbraun dünsten.
- Die Brühe zugießen, die Tomaten einrühren alles mit Salz und Pfeffer würzen.
- Die Suppe abgedeckt etwa 30 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen.  
Dann 8 Basilikum Blätter klein zupfen und in die heiße Suppe rühren.
- Die Suppe abschmecken im Teller mit den restliche Basilikum Blättern garnieren und einige Stücke Parmesan darauf hobeln.

# Hauptspeisen

## Hefeteig für Pizza

### Hefeteig - Zutaten (20 Personen)

2 kg Mehl, 4 Würfel Hefe oder 4 Beutel Trockenhefe, 1,25 l Wasser, 5 TL Salz, 3 TL Zucker, 2 TL Koriander, 2 TL gemahlener Kümmel, 1/4 l ÖL

### Hefeteig – Zubereitung

Zubereitungszeit: 45 Minuten + 30 Minuten Kühlen

Art: vegetarisch

- Alle Zutaten sollten etwa Zimmertemperatur haben.
- 2 kg Mehl in eine große Schüssel geben, Hefe darüberstreuen, alle Zutaten hinzugeben
- Zu Teig kneten, abdecken & an warmen Ort mind. 30 Min gehen lassen, bis Teig doppelte Größe hat.
- Vor dem Weiterverarbeiten nochmals durchkneten.

## Rührteig

### Rührteig - Zutaten (20 Personen)

500g Mehl, 250 g Butter o. Margarine, 1 Pr Salz, 250g Zucker, 1 Pck V.zucker, 3-4 Eier, 1 P. Backpulver, 1/8 l Milch

### Rührteig - Zubereitung

Zubereitungszeit: 30 Minuten + 50 – 60 Minuten backen

Art: vegetarisch

- Butter mit Handrührgerät schaumig rühren, den Zucker und Eier nach und nach zugeben
- Weiterrühren. Mehl mit Backpulver und Salz vermischen und einrühren
- So viel Milch zufügen, dass der Teig schwer reißend vom Löffel fällt.
- Kastenform einfetten, Teig einfüllen
- Backofen auf 175 - 200° aufheizen; Kuchen auf mittlerer Schiene knapp 60 Min. backen
- Garprobe: Mit Holzstäbchen in den Kuchen stechen. Bleibt kein Teig daran hängen ist der Kuchen gar

## Mürbteig

### Mürbteig - Zutaten (20 Personen)

250 g Mehl, 125 g Butter oder Margarine, 1 Pr Salz, 100 g Zucker, 1 Pck Vanillezucker, 1 TL Backpulver, 1 Ei

### Mürbteig - Zubereitung

Zubereitungszeit: 20 Minuten & 50 – 60 Minuten backen

Art: vegetarisch

- Mehl & Backpulver in Backschüssel füllen, anderen Zutaten dazugeben & alles mit Knethaken verkneten
- Den Teig mit kalten Händen weiterverarbeiten, bis eine glatte Maße entsteht. Zu einer Kugel formen, in Folie einschlagen und gehen lassen

## Süßer Hefeteig

### Süßer Hefeteig - Zutaten (20 Personen)

500g Mehl, 1 Würfel Hefe o. 1 P Trockenhefe, 100g Margarine o. 6 EL Öl, 1/2 TL Salz, 100g Zucker, 1/8l Milch, 1 Ei

### Süßer Hefeteig - Zubereitung

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Art: vegetarisch

- Alle Zutaten sollten Zimmertemperatur haben
- Margarine schmelzen und abkühlen lassen.
- Alle trockenen Zutaten in eine Schüssel füllen, Ei, Milch, Margarine oder Öl dazugeben und mit dem Knethaken zu einem elastischen Teig verkneten.
- An einem warmen Ort zugedeckt 15 - 30 Min gehen lassen, bis Teig doppelte Größe hat.

# Nudelgerichte

## Nudeln kochen an sich

### Nudeln kochen an sich – Zutaten (20 Personen)

2,5 kg Nudeln, 8 - 10 l Wasser, 8 EL Salz, 20 EL Öl

### Nudeln kochen an sich – Zubereitung

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Art: vegetarisch

- 10 l - Töpfe verwenden: 5 l pro Topf erhitzen (je mehr Wasser im Topf, umso länger dauert es)
- Pro Liter 1 EL Salz und 1 EL Öl zufügen
- Pro Topf 1, 25 kg Nudeln hinzuschütten
- Nudeln sofort umrühren und 9 - 11 Minuten kochen lassen
- Mit Sieb abgießen

## Nudelauflauf

### Nudelauflauf – Zutaten (20 Personen)

1,3 kg Hörnchennudeln, 4 - 6 l Wasser, 4 EL Salz, 4 EL Öl, 5 Stg Lauch, 1,5 kg Paprikaschoten, 200g Butter, 1 kg gekochter Schinken, 10 Eier, 500g Schmand, 1 kg geriebener Gouda, 3 TL Salz, 1 TL Pfeffer, 1 TL Zucker, 1 TL Paprikapulver, 2 TL Curry, 2 TL Basilikum, 2 Bd Petersilie

### Nudeln kochen an sich – Zubereitung

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Art: vegetarisch

- Nudeln kochen.
- Lauch waschen, putzen und in Ringe schneiden, Paprikaschoten würfeln. Butter schmelzen, Gemüse darin 7 - 10 Min dünsten. Schinken in Würfel schneiden. Eier & Schmand mit 2/3 vom Käse vermischen, Gewürze hinzugeben. Kräuter zerkleinern und dazugeben
- Form einfetten, abwechselnd Nudeln, Gemüse & Schinken einfüllen.
- Alles mit Eiermischung übergießen und den restlichen Käse darauf steuern.
- Backofen 200° vorheizen & 30 - 40 min backen. Die Form 20 Min. abdecken, damit der Käse nicht zu dunkel wird

## Sahne-Tortellini

### Sahne-Tortellini – Zutaten (20 Personen)

2 kg Tortellini, 6 l Gemüsebrühe, 800g gekochten Schinken, 5 Becher Schmand á 200g, 1,5 l Milch, 2 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer, 1/2 TL Muskat

### Sahne-Tortellini - Zubereitung

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Art: kann Fleisch enthalten, vegetarisch

- Tortellini in Kochflüssigkeit ca. 15 Min. kochen & abgießen. Gekochten Schinken in Streifen schneiden
- Schmand, Milch miteinander verrühren & aufkochen.
- Gewürze, Schinken Tortellini dazugeben
- Mit Schnittlauchröllchen bestreuen

## Nudelsalat

### Nudelsalat – Zutaten (20 Personen)

1,5kg Hörnchennudeln, 5 - 6l Wasser, 5EL Salz, 5EL Öl, 3EL Öl, 2 Ds Erbsen & Karotten á 530g, 2 Ds Mandarinen á 175 g, 800 g Fleischwurst, 1GL Mayonnaise (500g), 1 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer, 2EL Essig

### Nudelsalat - Zubereitung

Zubereitungszeit: 30 Minuten + 1 Std. Durchziehen                      Art: Fleisch

- Nudeln in Salzwasser kochen, in Schüssel geben, mit Öl vermischen.
- Erbsen, Karotten, 1 Ds Mandarinen dazugeben.
- Fleischwurst würfeln, mit zweiter Ds Mandarinen mit Saft dazugeben.
- Aus Mayonnaise & Gewürzen eine Marinade bereiten und alles miteinander gut vermischen.
- Salat ca. 1 Std. durchziehen lassen und vor Essen abschmecken

## Schinkennudeln

### Schinkennudeln – Zutaten (20 Personen)

2kg Bandnudeln, 6l Wasser, 6EL Salz, 6EL Öl, 250 g Margarine, 5 große Zwiebeln, 1kg gekochten Schinken, 3 P Tomatenpüree á 500 ml, 10 EL Tomatenketchup, 3/4l Milch, 1TL Rosmarin, 1TL Thymian, 4TL Salz, 2TL Paprikapulver, 2 BD Petersilie

### Schinkennudeln - Zubereitung

Zubereitungszeit: 45 Minuten    Art: Fleisch

- Nudeln kochen.
- Margarine in Topf schmelzen, Zwiebeln schälen, würfeln, in Margarine andünsten.
- Schinken in Streifen schneiden, dazugeben, kurz andünsten
- Tomatenpüree, Ketchup dazugeben, Milch auffüllen, Gewürze hineingeben und aufkochen
- Soße über gekochte Nudeln geben, umrühren, abschmecken
- Mit Petersilie verziehen

## Spagetti mit Tomaten-Hackfleisch-Soße:

### Spagetti mit Tomaten-Hackfleisch-Soße – Zutaten (20 Personen)

2kg Spagetti, 8l Wasser, 8EL Salz, 8EL Öl, 300g Margarine, 2 große Zwiebeln, 1,5kg gemischtes Hackfleisch, 7 Knoblauchzehen, 2Tb Tomatenmark, 300g Mehl, 3,5l Wasser, 3EL Salz, 2TL Zucker, 1TL Zucker, 1TL Pfeffer, 6TL Speisewürze, 4EL Ketchup, 2 B Schmand á 200 g

### Spagetti mit Tomaten-Hackfleisch-Soße - Zubereitung

Zubereitungszeit: 50 Minuten    Art: vegetarisch

- Nudeln kochen.
- Margarine schmelzen, Hackfleisch kräftig anbraten, Zwiebeln schälen, kleinwürfeln, Knoblauch pressen, zum Hackfleisch zugeben.
- Tomatenmark & Mehl dazugeben, umrühren, mit Wasser ablöschen. Gewürze dazugeben, aufkochen lassen, Schmand einrühren und abschmecken.

## Tortellini-Salat

### Tortellini-Salat – Zutaten (20 Personen)

500g Tortellini, 6l Wasser, 5EL Salz, 5EL Öl, 1,5 kg Tomaten, 3stg Lauch, 3 Salatgurken, 900g gekochten Schinken, 600ml Mayonnaise, 3TL Salz, 5EL Essig, 1/2TL Pfeffer, 1EL Basilikum

## Tortellini-Salat Zubereitung

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Art: Fleisch

- Tortellini kochen
- Lauch waschen, putzen, in dünne Ringe schneiden. Tomaten & Gurken würfeln, Schinken in Streifen schneiden.
- Alles in Schüssel geben. Aus Mayonnaise & Gewürze Marinade machen, darübergießen, gut vermischen und abschmecken.

## Kartoffelgerichte

### Umgang mit Kartoffeln

- Kartoffeln aus Plastikbeutel nehmen, luftig, dunkel! und kühl lagern, sonst werden sie grün und sind an diesen Stellen nicht genießbar.
- Grüne Stellen & Keimansätze an Kartoffeln unbedingt wegschneiden, können giftig sein.
- Kartoffeln ergrauen sehr stark, wenn sie geschält sind und einige Zeit stehen. Deswegen in kaltes Wasser legen und in Kühlschrank stellen.
- Sind sie angebrannt 1–2-mal mit frischem Wasser aufstellen und nach dem Aufkochen sofort abgießen. Dann wie gewohnt fertigkochen.
- Um Verlust von Vitaminen zu vermeiden, erst nach dem Kochen schälen.
- Wenig Wasser verwenden.
- Unterschiedlich große Kartoffeln werden gleichzeitig gar, wenn man die größeren vor dem Kochen mit einer Stricknadel durchsticht.
- Die Kochzeit wird verkürzt, durch Zugabe von 1 TL Margarine oder 2 EL Öl ins Kochwasser. Topf gut schließen.

### Salzkartoffeln

#### Salzkartoffeln – Zutaten (20 Personen)

5kg Kartoffeln, 5l Wasser, 2EL Salz, 1TL Muskatpulver

#### Salzkartoffeln - Zubereitung

Zubereitungszeit: 1. Stunde 10 Minuten + 50 Minuten Kochen

Art: vegetarisch

- 5kg Kartoffeln schälen und möglichst in gleichgroße Stücke schneiden (vierteln)
- 2EL Salz und 1 TL Muskatpulver darüber geben und mit kaltem Wasser bedecken ( 10 - 12 l Topf). 15 - 20 Min kochen lassen
- Garprobe: Mit einem Messer oder einer Gabel einstechen, ob die Kartoffel weich genug ist.
- Zeitplanung: Das Erhitzen dieser Wassermenge mit den Kartoffeln dauert bis zum Kochen ca. eine halbe Stunde.

### Pellkartoffeln

#### Pellkartoffeln – Zutaten (20 Personen)

5kg Kartoffeln, 6l Wasser

#### Pellkartoffeln - Zubereitung

Zubereitungszeit: 10 Minuten + 1 Std kochen + 30 Minuten

Art: vegetarisch

- 5 kg gut gereinigte ungeschälte Kartoffeln in einem 15 l - Topf garen. Die großen Kartoffeln unten in den Topf, die kleinen oben; mit kaltem Wasser bedeckt aufsetzen, erhitzen und 30 - 35 Min zugedeckt kochen lassen, damit nichts anbrennt, evtl. Wasser nachgießen
- Garprobe: Mit einem Messer oder einer Gabel einstechen, ob die Kartoffel weich genug ist.
- Zeitplanung: Das Erhitzen dieser Wassermenge mit den Kartoffeln dauert bis zum Kochen ca. eine halbe Stunde. Kartoffeln schälen



## Bratkartoffeln

### Bratkartoffeln – Zutaten (20 Personen)

4,5kg Kartoffeln, 8 Zwiebeln, 200g Margarine, Salz, Pfeffer, Evtl. Kümmel, Speck

### Bratkartoffeln - Zubereitung

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

Art: vegetarisch

- 4,5 kg gut gereinigte ungeschälte Kartoffeln in einem 15 l - Topf garen. Die großen Kartoffeln unten in den Topf, die kleinen oben; mit kaltem Wasser bedeckt aufsetzen, erhitzen und 30 - 35 Min zugedeckt kochen lassen, damit nichts anbrennt, evtl. Wasser nachgießen. Wenn möglich am Vortag schon kochen, dann zerfallen die Kartoffeln nicht so arg.
- Garprobe: Mit einem Messer oder einer Gabel einstechen, ob die Kartoffel weich genug ist.
- Kartoffeln in Scheiben schneiden und in Pfanne mit den gewürfelten Zwiebeln goldbraun anbraten und mit Salz & Pfeffer würzen. Evtl. mit Kümmel und Speckwürfeln verfeinern

## Kartoffel-Gemüse-Auflauf

### Kartoffel-Gemüse-Auflauf – Zutaten (20 Personen)

8 Eier, 1, 5 l Milch, 3 B süße Sahne á 200g, 4 Knoblauchzehen, 3TL Salz, 1 TL Pfeffer, 4 TL Speisewürze, 2 kg Gemüse nach Wahl, 800g geriebener Emmentaler oder Gouda, 200 g Butter oder Margarine

### Kartoffel-Gemüse-Auflauf - Zubereitung

Zubereitungszeit: 1,5 Stunde + 70 Min Backen

Art: vegetarisch

- 5 kg Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden, mit Küchentuch abtupfen
- Eier quirlen, Milch, Sahne dazugeben, Knoblauchzehen pressen, alles mit Gewürzen mischen und unterrühren
- Gemüse zerkleinern.
- Auflaufform einfetten, Kartoffelscheiben und Gemüse abwechseln in die Formen schichten, mit Eiermilch übergießen
- Geriebenen Käse darüber streuen und Butterflöckchen aufsetzen
- Backofen auf 220° vorheizen und 60 - 70 Min backen. Den Auflauf ca. 40 Min abdecken, damit die Kartoffeln weich werden und der Käse nicht zu braun wird.

## Kartoffelgratin

### Kartoffelgratin – Zutaten (20 Personen)

### Kartoffelgratin - Zubereitung

Zubereitungszeit: 1,5 Stunde + 70 Min Backen

Art: vegetarisch

## Kartoffelgratin

### Kartoffelgratin – Zutaten (20 Personen)

### Kartoffelgratin - Zubereitung

Zubereitungszeit: 1,5 Stunde + 70 Min Backen

Art: vegetarisch

## Kartoffelgratin

### Kartoffelgratin – Zutaten (20 Personen)

#### Kartoffelgratin - Zubereitung

Zubereitungszeit: 1,5 Stunde + 70 Min Backen

Art: vegetarisch

## Kartoffelsalat

### Kartoffelsalat – Zutaten (20 Personen)

5 kg Kartoffeln, 5 Zwiebeln, 1 l Gemüsebrühe, 1 Gl Mayonnaise á 500 g, 2 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer, 4 TL Paprikapulver, 5 EL Essig, 1 El Senf, 10 El Öl, 1 Gl Gurken, 2 TL Zucker

#### Kartoffelsalat - Zubereitung

Zubereitungszeit: 30 min. + Abkühlzeit 1 1/2 Std. + 1 1/23 Std. durchziehen

Art: vegetarisch

Wahlweise kann man zur Verfeinerung Essiggurken oder Speck dazu geben

Die Flüssigkeit der Essiggurken geben auch eine hervorragende Würzung für den Kartoffelsalat.

- Kartoffeln ca. 30 Min kochen, schälen, abkühlen lassen und in Scheiben schneiden
- Zwiebeln schälen und würfeln und in Brühe erhitzen/weich werden lassen (2 Min.)
- Gewürze & Fleischbrühe über Kartoffeln geben, Öl, Essig, Senf & Mayonnaise darüber gießen & vorsichtig vermischen und abschmecken

## Kartoffelpfanne

### Kartoffelpfanne – Zutaten (20 Personen)

4 kg Kartoffeln, 10 Zwiebeln, Salz, Pfeffer, Petersilie, 2kg gekochten Schinken, Öl zum anbraten

#### Kartoffelpfanne- Zubereitung

Zubereitungszeit: 1,5 Stunde + 70 Min Backen

Art: vegetarisch

- Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden, in kaltes Wasser legen
- Kartoffeln in heißem Fett goldbraun anbraten (ca. 20 min), salzen
- Zwiebeln schälen, würfeln, glasig braten, Schinken dazugeben etwas anbraten
- Gare Kartoffeln dazu geben, bei niedriger Hitze durchziehen lassen und abschmecken.
- Mit Petersilie garnieren

## Kartoffelpüree

### Kartoffelgratin – Zutaten (20 Personen)

5kg Kartoffeln, 1l Milch, 160g Butter, Salz, Pfeffer

#### Kartoffelgratin - Zubereitung

- Kartoffeln waschen, mit Schale dämpfen, abgießen, pellen und pürieren.
- Milch aufkochen nach und nach unterrühren
- Butter schmelzen und unterrühren
- Mit Salz, Pfeffer abschmecken

# Reisgerichte

## Allgemeines zu Zubereitung von Reis

- Reisreste kann man zum Wiederaufwärmen über Wasserdampf halten oder in der Mikrowelle erhitzen. Man kann ihn auch in einer Pfanne mit etwas Fett durchbraten.
- Reis vor dem Servieren mit einer Gabel durchlockern.
- Gekochten Reis mit einem Tuch abdecken, dann wird der Reis nicht klumpig
- Gewicht & Volumen des Reises verdreifachen sich beim Kochprozess
- Gibt man einen Spritzer Zitronensaft ins Kochwasser, bleibt der Reis hell. Bei Curry wird er schön gelb
- Ein EL Öl im Kochwasser verhindert das Zusammenkleben des Reises
- Reis kocht nicht über, wenn der Topfrand eingefettet oder etwas Butter zugefügt wird.

## Risotto

### Risotto– Zutaten (20 Personen)

1,5 kg Reis, 5 l Brühe, 5 Zwiebeln, 6 EL Salz, 200g Fett/Butter, frische Kräuter

### Risotto - Zubereitung

- 5 l Brühe (evtl. auf zwei Töpfe verteilen) zum Kochen bringen. Zwiebeln würfeln und in Fett dünsten.
- 1,5 kg Reis zufügen und unter Rühren glasig werden lassen, dann die kochende Brühe zugeben. Den Topf schließen. Bei schwacher 20 - 25 Min gar quellen lassen.
- Frische Kräuter unterheben oder dazustellen

## Hähnchen-Reis-Pfanne

### Hähnchen-Reis – Zutaten (20 Personen)

1,5 kg Reis, 5 Zwiebeln, 1l Wasser, 2,5 kg Hähnchenbrustfilet (20 Stück), 5 Knoblauchzehen, 3 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer, 3 TL Paprikapulver, 5 Fleischtomaten (ca. 1kg), 1 EL Senf, 10 EL Öl, 10 EL Margarine, 3 Bd Petersilien

### Hähnchen-Reis-Pfanne - Zubereitung

- Reis nach Anweisung in Salzwasser garen
- Zwiebeln schälen & würfeln. Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, entkernen und würfeln. Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden
- Öl in Pfanne erhitzen, Hähnchenstücke dazugeben und anbraten.
- Fleisch mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver würzen. Knoblauch pressen, dazugeben, umrühren
- Aus Pfanne nehmen. Butter in Pfanne schmelzen, Zwiebeln dazugeben 5 Min. andünsten
- Reis und Tomatenwürfel zufügen, mischen. Fleisch dazugeben, abdecken und bei milder Hitze ca. 10 Min. garen, abschmecken

## Umgang mit Gasflaschen in der Küche

- Es wird eine Rohrzange, evtl. Adapter für Gasflaschen aus dem Aufenthaltsland, Weichen für den Betrieb von mehreren Geräten, Druckminderer & Feuerzeuge benötigt
- Gasflaschen nur bei Gebrauch offen lassen & nach Gebrauch wieder zudrehen. Am Abend noch mal kontrollieren.
- Sollte sich ein ungewöhnlicher Geruch im Küchenzelt ausbreiten, könnte das Gas sein, dann alle Leitungen nach undichten Stellen untersuchen. (Ventil aufdrehen, Schläuche mit einem Spülmittel/Wasser-Gemisch absprühen, da wo Bläschen entstehen, ist der Schlauch undicht)
- Gasflaschen nie im Liegen lagern, sondern immer stehend benutzen, da sich sonst Flüssiggas in den Schläuchen bildet.
- Beim Transport immer die Sicherheitskappe benutzen und gut sichern.
- Die Flaschen haben Linksgewinde. Um den leichten Zugang zu verhindern, mit Rohrzange nach dem Zudrehen noch etwas nachziehen.
- Wenn die Geräte angeschlossen sind, Ventil öffnen, Zündvorrichtung betätigen, danach das Gasventil aufdrehen. Damit das Gerät an bleibt, einige Sekunden den Anzündknopf/Gaszufuhrknopf nach dem Entzünden gedrückt halten.
- Maximal eine Reservegasflasche vorrätig halten und möglichst schattig in ca. 20 m Entfernung von Küchenzelt und Lager lagern, um erhöhtes Risiko bei Bränden zu vermeiden.

Essenplan für die Freizeit: \_\_\_\_\_

| Samstag     | Sonntag | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|-------------|---------|--------|----------|----------|------------|---------|---------|
| Früstück    |         |        |          |          |            |         |         |
| Mittagessen |         |        |          |          |            |         |         |
| Abendessen  |         |        |          |          |            |         |         |

# Finanzen auf Freizeiten

## Allgemeines

- Die Finanzierung einer Freizeit setzt sich zusammen aus:  
Teilnehmerbeiträge, Zuschüsse (Städten/KJR/BeJR/BJR/Stiftungen, ...)
- Wir kalkulieren sehr knapp, um die Preise möglichst niedrig zu halten
- Wir geben verschiedenen Rabatte, z. B. wenn Geschwister fahren, oder wenn finanzielle Schwierigkeiten bestehen.

## Das muss vor und auf der Freizeit bedacht werden

- Barbestand mit dem Hauptberuflichen prüfen und ins Kassenblatt eintragen
- Für jede Ausgabe/Einnahme muss ein Beleg mit MwSt., Datum und Ort vorhanden sein.
- Sollte ein Beleg fehlen, kann ein Eigenbeleg/Quittung geschrieben werden. Bei höheren Beträgen unterschreiben mehrere Betreuer, um Verdachtsmomente auszuschließen.
- Empfehlung: Führt regelmäßig Kassenbuch! Ein- und Ausgaben am Abend eintragen, Belege aufgeklebt (Bitte mit Tesafilm, da sich bei Thermopapier die Schrift durch Kleber auflöst.) und mit einer Nr. versehen, die mit der Nr. im Kassenbuch übereinstimmt.
- Bei Freizeiten mit zwei Währungen empfiehlt sich diese getrennt abzurechnen. D. h. das Umtauschen in der Eurokasse mit der Umtauschquittung belegen und eine separate Kasse mit Auslandswährung und entsprechenden Belegen führen. Damit erspart man sich das ständige Umrechnen und es ist übersichtlicher.
- Kioskkasse und Getränkekasse bitte getrennt von Freizeitkasse führen. Getränke mit Pfand auch getrennt einkaufen, da das Abrechnen des Pfandes ansonsten kompliziert und bei der Zuschussbeantragung für Ärger sorgen kann.
- Macht eurem Hauptberuflichen einen Gefallen: Sortiert die Ausgaben nach Verpflegung, Programm, Unterkunft, Fahrt. Das ist von den Zuschussgebern vorgegeben und muss früher oder später gemacht werden. Kennzeichnet die Belege mit Kürzel z. B. LM.
- Ausgaben von Betreuern und auch Wünsche wie Schokobons oder Batterien können über die Freizeitkasse abgerechnet werden (Beleg!). Klärt bitte vorher genau was und welches Budget dafür zur Verfügung steht! Zigaretten und Alkohol gehen nicht!
- Im Ausland muss man bei Arztbesuchen die Rechnung gleich zahlen. Dies können wir auslegen und dann von den Eltern wieder einfordern.
- Kassenblätter zum Kassenbuchführen und Blätter für das Belegeaufkleben findet ihr als Anhang in dieser Rubrik. Auch Beispiele, wie man es machen kann.

