

# Ideen und Anregungen für Spirituelles und Impulse für Sommer-Freizeit-Angebote in Corona-Zeiten



## Vorwort

Sommer, Sonne, Ferien: Für die meisten Jugendlichen eine der schönsten Zeiten des Jahres. Doch die Sommerferien fühlen sich in diesem turbulenten Jahr ganz anders an als sonst. Und auch die Sommerfreizeiten, die zum Glück stattfinden können, werden oft anders als gewohnt sein. Zeltlager, Tagesfreizeiten, digitale Angebote zuhause – Freizeiten sind wichtig!

Auch Spiritualität und Glaube haben bei vielen Sommer-Angeboten einen wichtigen Platz. Wir haben ab S. 2 drei Impulsvorschläge für euch, die ihr unter den veränderten Bedingungen anbieten könnt.

Und dann gibt es immer wieder die Frage nach Gemeinschaft, die einen Teil von Spiritualität ausmacht. Feste Gruppen, die getrennt voneinander ihr Programm gestalten, getrennt spielen, getrennt essen. Und innerhalb dieser Gruppen wenn möglich Abstand halten. Wie kann da dennoch Gemeinschaft entstehen und gezeigt werden, dass man doch miteinander verbunden ist: als große Zeltlagergemeinschaft, als Stadtranderholung, als Ferienwaldheim, als Ferienprogramm online, ...?

Wir haben ab S. 5 ein paar Ideen zusammengetragen.

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	1
Inhaltsverzeichnis.....	1
Impulse.....	2
Wunderkerze .....	2
Luftballonstart zum Freizeitenbeginn.....	3
Eismeditation .....	4
Gemeinschaftsaktion.....	5
Segen zum Pflücken .....	5
Fenster zu Gott.....	6
Wir leuchten in knalligen Farben!.....	7
Weiterführende Links und Tipps.....	9
Impressum.....	9

## Impulse

### Wunderkerze

**Zielgruppe:** Kinder und Jugendliche bei einer Tagesfreizeit

**Alter:** ab jedem Alter

**Material:** Wunderkerze und evtl. Abendgebet für jede\*n Teilnehmer\*in

**Zeit:** 10 Minuten

**Hinweis:** Dieser Impuls wird zum einen mit allen Teilnehmer\*innen vor Ort durchgeführt, zum anderen bekommen die Teilnehmer\*innen jeweils eine oder mehrere Wunderkerzen, die sie dann am Abend (mit ihrer Familie) anzünden können. Je nach Aufwand, könnt ihr den Impuls und/oder den Segen ausdrücken und mit den Wunderkerzen dazugeben.

Der Impuls kann an jedem beliebigen Tag der Woche oder auch ganz zum Abschluss der Freizeit verwendet werden.

#### **Vorbereitung:**

Für jede\*n Teilnehmer\*in eine Wunderkerze und eventuell ein Segen in eine kleine Tüte o.ä.

#### **Durchführung:**

Alle Teilnehmer\*innen versammeln sich zum Tagesabschluss mit ausreichendem Abstand in einem großen Kreis.

Leitung: Kurz bevor ihr nach Hause geht, schauen wir nun gemeinsam auf diesen Tag.

#### **Aktion:**

*(Währenddessen kann Musik eingespielt werden)*

Leitung: Schließt die Augen und denkt nochmal über den Tag nach. Heute haben wir viel erlebt: *(Aufzählung von Tagesgeschehnissen, Motto,....)*.

Was habt ihr erlebt?

Mit welchen Menschen habt ihr gelacht?

Gab es vielleicht auch Streit?

Was gab es zum Essen?

Was hat euch besonders Spaß gemacht?

Was ist euer Highlight?

*Augen wieder auf*

#### **Gedanken teilen:**

Wer mag darf nun ein Wort in die Runde rufen, das ihm\*ihr zu diesem Tag eingefallen sind.

Die Wörter können einfach ohne Reihenfolge rausgerufen werden. Niemand muss etwas sagen.

### **Abschluss:**

Wenn wir jetzt gleich alle nach Hause gehen, sind dort eure Eltern und vielleicht auch Geschwister, die heute ganz andere Dinge erlebt haben. Jede\*r bekommt gleich von uns Wunderkerzen. Diese Wunderkerze versprüht Funken, wenn ihr sie anzündet.

Wartet heute Abend bis es dunkel wird und geht mit den anderen aus eurer Familie nach draußen. Erzählt ihnen ein bisschen vom Tag, nennt die Wörter, die ihr uns gerade zugerufen habt und fragt, was sie so heute erlebt haben. Wenn jede\*r von euch von seinem\*ihrem Tag erzählt hat, zündet gemeinsam die Wunderkerzen an, schaut den Funken nach, die in den Himmel fliegen

Ihr könnt natürlich auch alleine nach draußen gehen und dann im Dunkeln den Funken nachschauen.

### **Gebet und Segen:**

Guter Gott,

am Ende des Tages blicken wir auf einen Tag mit vielen tollen Erlebnissen zurück. Wir haben vieles erlebt, haben zusammen gelacht und vielleicht auch geweint. Wir haben Gemeinschaft erlebt und vielleicht auch gestritten.

Danke für diese Erlebnisse, danke für die Gemeinschaft, danke für diese schöne Zeit in diesem Sommer.

Und so segne uns Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

## **Luftballonstart zum Freizeitenbeginn**

**Material:** Luftballone, Heliumgas, (vorgedruckte) Postkarten, Schnur

### **Hinweise:**

*Aus Umweltschutzgründen empfehlen wir abbaubare Luftballons und Schnüre*

*Die Postkarte kann auch schon vorab entsprechend gestaltet werden, sodass die Adresse z.B. die Adresse der Freizeit ist.*

*Der Impuls kann sowohl zeitgleich in den festen Gruppen als auch mit großem Abstand mit allen Teilnehmer\*innen der Freizeit durchgeführt werden. In den festen Gruppen wird jeder Gruppe eine Luftballonfarbe zugeordnet. Der Luftballonstart findet dann zeitgleich statt.*

### **Beginn/Begrüßung:**

Unsere Freizeit beginnt. Viele ungewöhnliche Dinge haben wir dieses Jahr schon erlebt, vieles lief anders als erwartet. Und auch unsere Freizeit ist dieses Jahr anders als erwartet. Vor allem diejenigen, die schon öfters dabei waren, werden einige Dinge sicherlich sehr vermissen. Aber trotz allem freuen wir uns, dass wir alle miteinander ein paar schöne Tage diesen Sommer zusammen erleben dürfen.

Wir freuen uns schon sehr auf spannende Tage mit Spielen, Spaß und neuen Abenteuern.

Aber zu so einer Freizeit kommt auch immer jede\*r mit seinen\*ihren eigenen Wünschen und Erwartungen, wie man sich diese Freizeit so vorstellt. Dieses Jahr ist man noch viel gespannter, wie sich alles entwickelt. Wünsche werden auch oft mit Luftballons „nach oben“ transportiert – in der Hoffnung, dass sie in Erfüllung gehen. Wir wollen gleich einen Luftballonstart machen. Deswegen bekommt jede\*r Teilnehmerin jetzt eine Postkarte. Schreibt darauf euren Namen und den Wunsch, den ihr für die Zeit der Freizeit habt. Was wünscht ihr euch besonders für die kommende Woche?

## **Postkarten beschreiben**

### **Vor dem Luftballonstart: Gebet und Segen**

Guter Gott, wir starten heute unsere Freizeit. Wir freuen uns auf eine gemeinsame Zeit, auf eine Zeit voller schöner Erlebnisse und vieler Schätze, die wir entdecken werden.

Wir bitten dich um gute Gemeinschaft untereinander. Lass uns gemeinsam unterwegs sein und andere Menschen treffen. Lass uns die Schönheit deiner Welt genießen und frohe Tage miteinander erleben. So segne uns der gute Gott, der uns auf all unseren Wegen begleitet. Der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

Amen.

### **Gemeinsamer Luftballonstart**

#### **Eismeditation**

Eine gute Idee auf jeder Art von Freizeit: Zur Abkühlung mit der ganzen Gruppe zur Eisdiele. Das Freibad ist voll, aber der Gang zum Supermarkt und eine große Packung Eis holen, kühlt auch ab und schafft gute Laune. Eis verändert sich, Eis kühlt, Eis schafft Veränderung und hebt die Stimmung.

*Wenn ihr das Eis verteilt habt, öffnet jede\*r für sich die Verpackung des Eises:*

#### **Veränderung (Eis essen):**

Schmecke das Eis, wie das Eis in deinem Mund schmilzt. Spüre, wie die Zunge und die Zähne kälter werden. Schmecke, wie die Süße sich in deinem Mundraum ausbreitet. Fühle, wie die Kälte in deinen Körper wandert.

Denke an einen Menschen, der dich verändert, der dich zum Lachen bringt, der dich ermutigt, der dich in eine andere Richtung schauen lässt, der dich auf andere Gedanken bringt.

Gibt es weitere Personen, die dich auf diese Weise verändern?

*und/ oder*

Denke an eine Erfahrung, in der sich etwas in dir verändert hat; von traurig in froh, von miesepetrig in gutgelaunt, von Zu-Tode-betrübt in hoffnungsvoll... Was oder wer hat dir geholfen?

Einfach für dich in Gedanken. Du musst niemandem sagen, an was oder wen du denkst.

*Wenn die Gruppe das Eis gegessen hat und das Papier oder die Eisbecher noch nicht im Müll gelandet sind, wird folgender Gedankenanstoß gegeben.*

*Sollte Waffeleis verwendet werden, kann der Impuls auch ohne Falten, in Gedanken durchgeführt werden.*

#### **Danke sagen (Eispapier falten):**

Verändere nun das Papier, das vor dir liegt. Falte es, knicke es. Erzähle Gott in Gedanken von diesen Erfahrungen und Menschen, die dich verändern und die dir gut tun. Denke nochmal bewusst an sie. Vielleicht möchtest du ihnen danken und Gott Danke sagen. Wenn du fertig gefaltet hast, sag in Gedanken „Amen.“

#### **Gebet**

„Ich verändere mich. Danke, guter Gott. Für so vieles, für so manches. Amen.“

## **Gemeinschaftsaktion**

Eine wichtige Voraussetzung für Gemeinschaft ist ein gemeinsamer Ort und ein gemeinsames Objekt, das für alle zugänglich ist, aber zu unterschiedlichen Zeiten genutzt werden kann. Zu einem bestimmten Thema entsteht auf einer Unterlage (Papier, Tapete, Straße, Holz, ...) mit Materialien (Farben, Sand, Straßenkreide, Stiften, Steine...) ein gemeinsames Bild aus Motiven, Symbolen oder Worten. Ihr entscheidet, was (überlegt euch ein Thema, das zu eurem Ferienprogramm passt, das eure Teilnehmer\*innen beschäftigt, das mit allen zu tun hat, ...) wie (mit Worten, Symbolen, Bildern,...) wo (auf der Straße, als Bild zum Aufhängen, ....) entstehen soll. Nach diesem Prinzip funktionieren auch die drei folgenden Beispiele.

### **Segen zum Pflücken**

...oder auch Segen to go.

#### **Material:**

- Wäscheleine, geknüpftes Spinnennetz, Pinnwand, Baum o.ä.
- Wäscheklammern
- Papier (Post-its, Zettel oder vorbereitet in Form von Blumen/ Herzen/ Fischen/...)
- Stifte

**Ort:** überall

#### **Aktion:**

Der „Segen to go“ ist ein völlig freiwilliges Angebot, das über einen unbestimmten Zeitraum während der Freizeit gehen kann.

In einem Raum wird etwas zum Befestigen aufgebaut. Es stehen Stifte und Papier zum Schreiben und Wäscheklammern zum Befestigen zur Verfügung.

Neben dem Befestigungsobjekt wird eingeladen, ein Segenswort, einen guten Gedanken oder einen Zuspruch aufzuschreiben und an der Wand zu hinterlassen und/ oder sich einen Segen mitzunehmen.

So wird jede\*r für einen anderen Menschen zum Segen werden und bekommt selbst einen Segen zugesprochen.

#### **Abschluss:**

Die mitgenommenen Segensworte werden zu einem bestimmten Zeitpunkt (des Tages, des Programms, z.B. innerhalb eines Gottesdienstes) vorgelesen, damit alle sie hören können. Je nach Gruppe(ngröße) kann auch erzählt werden, was dieser Zuspruch der Person bedeutet hat.

## **Fenster zu Gott**

### **Material:**

- (bunte) Kreidestifte
- Große(s) Fenster oder Glasfront

**Ort:** drinnen

### **Aktion:**

Auf einem Fenster steht kommentarlos „Fenster zu Gott“, „Gottes Schöpfung“, ... Neben dem Fenster wird eingeladen, das, was man gerade sieht, wenn man aus dem Fenster schaut, aufzuzeichnen oder aufzuschreiben: „Schau durch das Fenster. Was siehst du?“ So können je nach Lage des Fensters auch Momente des Tages, Personen, die vorbeigehen, ... festgehalten werden.

Variation: Ihr könnt auch über das Ferienprogramm verteilt, jeden Tag einen neuen Gedanken, eine neue Bibelstelle, ein neues Tagesmotto auf das Fenster schreiben und gestalten lassen.

### **Abschluss:**

*Alle oder die einzelnen Gruppen schauen auf das entstandene Fenster. Es gibt einen Moment der Stille und des Gebets:*

Guter Gott,

wir danken dir für alles, was wir heute sehen und erleben durften.

Unsere Augen sehen die Welt, sehen die Anderen, die mit uns heute viel erlebt haben: [Aktionen, Momente des Tages können benannt werden] Meine Augen sehen dich.

Und du siehst mich liebend an und segnest mich.

Amen.

## **Wir leuchten in knalligen Farben!**

Diese Aktion kann einmalig mit einer Gruppe stattfinden. Eine andere Möglichkeit ist, dass die Leinwand über eine längere Zeit daliegt und sich mehrere Gruppen an der Aktion beteiligen.

### **Material:**

- Holi-Farben\* = Farbpulver in verschiedenen Farben. Bestellbar im Bastelladen oder im Internet. Das Farbpulver gibt es in kleinen Tüten, je nach Gruppengröße bietet sich ein Umfüllen in kleine Becher an.
- Weiße Leinwand (Wunschgröße)
- Zeitung o.ä., um den Boden abzudecken
- Haarspray oder Sprühkleber
- Ausgeschnittene weiße Buchstaben, z.B. das Wort „Wir“ oder „Gemeinschaft“

\*Holi ist ursprünglich ein traditionelles indisches Frühlingsfest. Die Menschen feiern den Sieg des Frühlings über den Winter und bewerfen sich mit gefärbtem Pulver.

**Ort:** draußen

### **Aktion:**

Wir sind froh, dass wir als Gruppe so viel erleben können. Wir haben Gemeinsamkeiten, sind aber auch unterschiedlich. Wir bringen verschiedene Fähigkeiten mit und sind doch eine Gemeinschaft. Unsere Unterschiede machen die Gemeinschaft bunt und mit verschiedenen Stärken und Schwächen können wir einander helfen und uns ergänzen. Das findet sich auch im folgenden Lied, in dem es heißt:

Ein Mosaik aus tausend' Teilen  
Alle Steine werden zu einem  
Kaleidoskop mit tausend Farben  
So oft schwer es zu begreifen  
Doch das sind wir

*„Das sind wir“ von Joris wird abgespielt [<https://www.youtube.com/watch?v=igkq64EWue4>]*

Wir sind ein Kaleidoskop mit tausend Farben. Das wollen wir zeigen. Ihr dürft euch jetzt einen Becher mit eurer Lieblingsfarbe wählen und die Farbe mit Schwung auf die Leinwand werfen.

*Die Leinwand liegt in der Mitte auf dem Boden, darunter Zeitungspapier. Auf der Leinwand liegen die ausgeschnittenen Buchstaben. Nachdem alle ihre Farbe aufgebraucht haben, werden die Buchstaben vorsichtig weggenommen und das gewünschte Wort („Wir“, „Gemeinschaft“, „Klasse“) wird frei.*



**Gebet:**

Gott, wir freuen uns über die Vielfalt deiner Schöpfung.

Wir sehen die vielen Menschen mit ihren unterschiedlichen Fähigkeiten und Begabungen.

Und wir sehen, wie sie die Welt zu einem bunten Ort machen.

Wir bitten dich für uns und unsere Gemeinschaft.

Begleite uns auf unseren ganz unterschiedlichen Wegen und während unserer gemeinsamen Zeit.

Amen.

**Nach dem Impuls:**

Die Farbe auf der Leinwand mit Haarspray oder Sprühkleber fixieren. Danach kann das Kunstwerk aufgehängt werden.

## Weiterführende Links und Tipps

Weitere spirituelle Ideen für die Sommerzeit findet ihr unter anderem auf

- [www.wir-sind-da.online](http://www.wir-sind-da.online)
  - o <https://wir-sind-da.online/2020/07/01/kreidebild-ich-wuensch-dir-fuer-die-ferien/>
  - o <https://wir-sind-da.online/ferienabenteuer/>
  
- [www.bdkj.info](http://www.bdkj.info)
  - o <https://www.bdkj.info/projekte-aktionen/corona>
  - o <https://www.bdkj.info/know-how>

## Impressum

Bischöfliches Jugendamt Diözese Rottenburg-Stuttgart, Fachbereich 1

Redaktion:

Monika Maurus (Fachstelle Jugendpastoral)

Stefanie Walter (Dekanatsjugendseelsorgerin Esslingen-Nürtingen)

Julia Hämmerle (Fachstelle Jugendspiritualität)

Gestaltung: Anna Funk (FSJerin Fachstelle Jugendspiritualität)

Fotos: <https://unsplash.com/photos/McmRfLKw8yg>

<https://unsplash.com/photos/TLD6iCOlyb0>

<https://unsplash.com/photos/vAfCO8xrz0l>

Stand: 27.07.2020