



JUGEND



UMWELT

PRAXISHANDBUCH

zur inhaltlichen und spirituellen Arbeit
zu Umweltfragen mit Jugendlichen

INHALT

2

Achtsame Themenwanderung: Die Natur & ich

8

Blumen und Heilkräuter sammeln & verkochen

9

Golden-Practice-Beispiele & Selbstverpflichtungserklärung

10

Abschlussvesper

15

Nach der Themenwanderung: Gruppenstunde

VORWORT

Liebe Gruppenleiterin, lieber Gruppenleiter!

Auf den folgenden Seiten findest du eine kompakte Anleitung wie du in der Natur mit Jugendlichen zum Thema Umweltschutz arbeiten kannst.

Die vielen schon vorhandenen Methoden zur Arbeit mit Jugendlichen (z.B. die Enchada-Klimamappe) soll mit der vorliegenden Broschüre um eine Outdoor-Methode erweitert werden.

Es beginnt mit einer Themenwanderung für eine bewusste Wahrnehmung der Schönheit der Natur. Anschließend findest du eine Anleitung, wie du mit Jugendlichen eine Wanderung zum Sammeln von essbaren Kräutern und ein anschließendes gemeinsames Verkochen gestalten kannst. Außerdem enthält die Broschüre eine Kopiervorlage für Möglichkeiten zum individuellen Umweltschutz bzw. eine Selbstverpflichtungserklärung.

Als spirituelles Element findest du eine Anleitung für die mögliche Gestaltung einer Abendvesper inkl. kurzer Erklärung der einzelnen Elemente, die auch von Jugendlichen selbst gestaltet werden können.

Abschließend haben wir eine Gruppenstunde gestaltet, die nach der Themenwanderung mit den Jugendlichen eingesetzt werden kann.

Noch ein Hinweis: Das vorliegende Handbuch dient auch als Aufruf die ausgearbeiteten Methoden selbst weiter zu entwickeln bzw. zu ergänzen oder ändern. Wir laden euch ein, eure Erfahrungen in der Arbeit mit diesem Handbuch mit uns zu teilen. Unsere Kontaktdaten findest du auf der letzten Seite.

Viel Spaß und Erfolg mit dieser Broschüre wünschen

Christian Eder & Christian Hofmann

ACHTSAME THEMENWANDERUNG

DIE NATUR UND ICH

Dauer: 45-60 min

TeilnehmerInnenzahl: beliebig

Ort: in der Natur

Mitzubringen: festes Schuhwerk, evtl. Regenschutz

EINLEITUNG

Wallfahren oder Wandern hat in den Weltreligionen eine lange Tradition. Angetrieben von einer Sehnsucht, machen sich gläubige Menschen auf den Weg, um an einem heiligen Ort anzukommen.

Im Zentrum steht aber nicht das Ankommen an einem bestimmten Ort, sondern das Ankommen in der Gegenwart Gottes, die immer und überall in der Schöpfung erfahren werden kann. Schließlich verweisen die Geschöpfe auf jenen, der sie geschaffen hat. Alle Lebenskraft und alles Sein kommt von Gott, der unser aller Ursprung und Schöpfer ist.

Wer also mit allen Sinnen offen wird für die Schönheit und Größe der Schöpfung, öffnet sich auch für die Schönheit und Größe Gottes.

Wenn Jugendliche durch die Teilnahme das Wunder des Lebens ein Stück mehr wertschätzen, wie es uns in der Natur und uns selbst begegnet, ist das Ziel der Methode fast erreicht. Der Fokus liegt darauf, dass die Jugendlichen ihr Verantwortungsgefühl für die Schöpfung vertiefen und in konkrete Handlungen und Lebenshaltungen münden lassen.

ZUM ABLAUF

An verschiedenen thematischen Stationen (Sich spüren, Staunen, Umweltzerstörung, Umweltschutz) werden die Jugendlichen angehalten sich zu besinnen.

Der Weg führt dabei tatsächlich über die Sinne hin zur Natur und somit zur Gegenwart Gottes innerhalb der Schöpfung.

START

Kreuzzeichen:

Wir beginnen unsere Wanderung und dieses Gebet im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.



1. STATION

SICH SPÜREN

[z.B. in einem Wald]

Wir hören einen Ausschnitt aus der zweiten Schöpfungserzählung im Buch Genesis.

Gen 2,4-2,7a:

Zur Zeit, als Gott, der Herr, Erde und Himmel machte, gab es auf der Erde noch keine Feldsträucher und wuchsen noch keine Feldpflanzen; denn Gott, der Herr, hatte es auf die Erde noch nicht regnen lassen und es gab noch keinen Menschen, der den Ackerboden bestellte; aber Feuchtigkeit stieg aus der Erde auf und tränkte die ganze Fläche des Ackerbodens. Da formte Gott, der Herr, den Menschen aus Erde vom Ackerboden.

- ☛ **Nirgends ist uns Gottes Schöpfung näher, als in unserem Körper. Den eigenen Körper zu fühlen, heißt die Erde zu fühlen, von der er genommen ist und zu der er zurückkehren wird.**

Wenn wir bewusst barfuß ein Stück auf dem Weg oder über eine Wiese gehen, dann ist es so als ob die Erde, der Ackerboden aus dem ich bin, die Erde berührt. Eigentlich ein Wunder. Versuchen wir bewusst die Berührung zwischen unseren Fußsohlen und der Erde wahrzunehmen und zu genießen. Damit das besser funktioniert bitte und empfehle ich euch, bis zur nächsten Station zu schweigen. Dort wird es Möglichkeit zum Austausch geben.

Gebet:

Guter Gott, und Schöpfer, alles hast du voll Liebe erschaffen. Wenn wir uns jetzt auf den Weg machen durch deine Natur, so können wir deinen Spuren in unseren Fußspuren nachspüren. Amen.

[Wanderung zur nächsten Station]





2. STATION

STAUNEN

[z.B. vor einem blühenden Getreidefeld]

Austausch zu zweit:

- Wie ist es mir "gegangen"?
- Was war angenehm, was nicht?
- Was ist der Unterschied vom Gehen in Schuhen zum Barfußgehen?

Wir hören erneut den Abschnitt aus der zweiten Schöpfungserzählung im Buch Genesis.

Gen 2,4-2,7:

Zur Zeit, als Gott, der Herr, Erde und Himmel machte, gab es auf der Erde noch keine Feldsträucher und wuchsen noch keine Feldpflanzen; denn Gott, der Herr, hatte es auf die Erde noch nicht regnen lassen und es gab noch keinen Menschen, der den Ackerboden bestellte; aber Feuchtigkeit stieg aus der Erde auf und tränkte die ganze Fläche des Ackerbodens. Da formte Gott, der Herr, den Menschen aus Erde vom Ackerboden und blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen.

Erst unser Atem macht uns zu lebendigen Wesen. Der Atem ist somit ein Zeichen des Lebens und er ist ein Geschenk, eine Gabe Gottes, so heißt es in der Bibel.

Ich lade euch ein, bis zur nächsten Station euren Atem nachzuspüren. Wie tief geht der Atem? Hebt sich der Bauch, wenn ich atme? Atme ich mehr durch den Mund oder durch die Nase? Wie schmeckt und riecht die Luft hier? Ich bitte und empfehle euch wiederum die Übung in Stille zu absolvieren, damit ihr euch besser auf euren Atem konzentrieren könnt.

Gebet:

Guter Gott, deine Kraft durchweht als lebendiger Atem die ganze Schöpfung. Mach uns bereit dich mit deiner wunderbaren Schöpfung zu loben und zu preisen. Amen.

[Wanderung zur nächsten Station]



3. STATION

UMWELTZERSTÖRUNG

[z.B. bei Abfall in der Natur]

Austausch zu zweit:

Findet euch wiederum in Zweiergruppen zusammen und tauscht euch über eure Erfahrungen aus.

Wir lesen weiter im Buch Genesis.

Gen 2,8.15:

Dann legte Gott, der Herr, in Eden, im Osten, einen Garten an und setzte dorthin den Menschen, den er geformt hatte. Gott, der Herr, nahm also den Menschen und setzte ihn in den Garten von Eden, damit er ihn bebaue und hüte.

- Wir haben als Menschen den Auftrag, die Schönheit und Vielfalt der Schöpfung zu behüten und zu bewahren.** Das ist die Aufgabe, die Gott dem Menschen laut Bibel aufgetragen hat. Leider werden wir Menschen diesem Auftrag nicht genügend gerecht. Wir beuten die Natur aus und zerstören so unseren schönen Planeten. Wöchentlich sterben hunderte Tier und Pflanzenarten aus. Tiere werden gequält, Regenwald wird gerodet und die Meere werden leergefischt und mit Plastik und Müll verschmutzt.

Was wisst ihr über die Umweltzerstörung?

Ich lade euch ein euch bis zur nächsten Station über Umweltzerstörung und Tierquälerei, von der ihr wisst, zu unterhalten.

Gebet:

Guter Gott und Schöpfer aller Dinge. Du hast uns Menschen dazu bestimmt, gut für unsere Schöpfungsgeschwister zu sorgen. Schenke uns wachsame Augen, damit wir wahrnehmen, wo wir unserem Auftrag nicht gerecht werden und die Schöpfung missachten, ausbeuten und zerstören. Amen.

[Wanderung zur nächsten Station]



4. STATION

UMWELTSCHUTZ

[z.B. bei einem eingezäunten Bereich zum Schutz von Pflanzen oder Tieren]

Lesung aus dem Buch Genesis (Gen 1,31):

GOTT SAH ALLES AN,
WAS ER GEMACHT HATTE:
ES WAR SEHR GUT!

- Wo in unserem Alltag gibt es Möglichkeiten die Umwelt zu schützen?

Wir hören Worte aus dem Psalm.

Ps 8, 5-9:

Was ist der Mensch, dass du an ihn denkst, des Menschen Kind, dass du dich seiner annimmst? Du hast ihn nur wenig geringer gemacht als Gott, hast ihn mit Herrlichkeit und Ehre gekrönt. Du hast ihn als Herrscher eingesetzt über das Werk deiner Hände, hast ihm alles zu Füßen gelegt: All die Schafe, Ziegen und Rinder und auch die wilden Tiere, die Vögel des Himmels und die Fische im Meer, alles, was auf den Pfaden der Meere dahin zieht.

Gebet:

Guter Gott, du hast uns deine Schöpfung geschenkt, die uns ernährt. Du hast sie uns als Lebensgrundlage gegeben, als Lebensraum, als buntes und vielfältiges Zuhause. Wir danken dir für diesen Reichtum und für die Natur, die uns ernährt. Amen.



FEIERN

BLUMEN & HEILKRÄUTER SAMMELN & VERKOCHEN

Dauer: 1-2 Stunden

TeilnehmerInnenzahl: beliebig

Ort: in der Natur

Mitzubringen: festes Schuhwerk, evtl. Regenschutz

Als aktives Element in der Arbeit mit Jugendlichen zum Thema Umwelt bietet sich eine Wanderung zur Sammlung von Blumen und Kräutern an.

Die gesammelten Pflanzen könnt ihr gleich anschließend, in einer Gruppenstunde oder jedeR für sich zuhause verkochen und genießen. Dabei sind eurer Phantasie kaum Grenzen gesetzt! Die meisten Blätter und Blüten lassen sich hervorragend zu frischen Frühlings- oder Sommersalaten weiterverarbeiten. Wie wäre es zum Beispiel mit einem bunten Löwenzahn-Gänseblümchen-Salat mit Sauerampfer und Cocktailtomaten? Oder einem Brennessel-Himbeer-Salat mit Labkraut, Spitzwegerich und Schafkäsewürfeln?

Eine Liste von ausgewählten Kräutern und dazupassenden Rezepten findest du im Praxisweb der KJ OÖ (QR-Code).

Du musst dich einmal registrieren und kannst dich dann immer wieder einloggen. Im Suchfeld „Kräuterwanderung“ eingeben und dann kannst du die Liste downloaden.



UMWELTSCHUTZ

GOLDEN PRACTICE

- Vor dem Kauf überlegen: Brauch ich das wirklich? Wenn die Antwort „Nein“ ist, wirklich nicht kaufen.
- Beim Einkaufen Produkte aus der Region kaufen.
- Saisonales Essen (z.B. im Winter Lageräpfel statt Erdbeeren) kaufen.
- Weniger Tierprodukte (Fleisch, Milchprodukte), diese aus regional ökologischer Landwirtschaft konsumieren.
- Öfter mal das Fahrrad nehmen oder zu Fuß gehen.
- Kürzer duschen.
- Beim Zähneputzen das Wasser abdrehen.
- Licht abdrehen, wenn ich einen Raum verlasse.
- Handy, Fernseher und PC in der Nacht abdrehen.

Jetzt sind deine Ideen gefragt, was könnte noch getan werden, bzw. wer ist dafür verantwortlich?

- _____
- _____

SELBSTVERPFLICHTUNG

Herr, unser Gott, heute durften wir viel Zeit in der Natur verbringen und deine Nähe, Schönheit und Gegenwart ein Stück weit gemeinsam erfahren und feiern.

Als Zeichen dafür, dass es mir mit der Bewahrung und Erhaltung deiner Schöpfung ernst ist, will ich,

_____ (Name),
versuchen meinen Lebensstil durch folgende Handlungen zukunftsfähiger zu gestalten:

- _____
- _____
- _____

SPIRITUELLES

ABSCHLUSSVESPER

Dauer: 30-45 min

TeilnehmerInnenzahl: beliebig

Ort: an einem stillen Ort mit Möglichkeit zur Verwendung eines Beamer und Laptops

Mitzubringen: Beamer, Laptop, evtl. Internet-Anschluss

- ① **Die Vesper wird gefeiert, wenn es Abend geworden ist** und der Tag sich schon geneigt hat, damit wir "Dank sagen für alles, was uns an diesem Tag zuteilwurde oder was wir recht vollbracht haben" (Basilius der Grosse).

EINSTIMMUNG

Vorschlag:

„Lied der Schöpfung“ (www.myvideo.at)
mit Beamer auf die Wand projizieren.

LITURGIE-EROEFFNUNG

V: O Gott, komm mir zu Hilfe.

R: Herr, eile mir zu helfen.

Ehre sei dem Vater ...

HYMNUS

📍 Der Hymnus stimmt in der Vesper auf die Gebetsstunde ein.

Vorschläge:

„5 Minuten vor 12“ (Interpret: Udo Jürgens)

„Krönung der Schöpfung“ (Interpret: Bluatschink)

👉 Beide Videos sind auf Youtube zu finden und können mit Beamer auf die Wand projiziert werden!

PSALM

Ps 8, 1-10:

Herr, unser Herrscher, wie gewaltig ist dein Name auf der ganzen Erde; über den Himmel breitest du deine Hoheit aus.

Aus dem Mund der Kinder und Säuglinge schaffst du dir Lob, deinen Gegnern zum Trotz; deine Feinde und Widersacher müssen verstummen.

Seh ich den Himmel, das Werk deiner Finger, Mond und Sterne, die du befestigst:

Was ist der Mensch, dass du an ihn denkst, des Menschen Kind, dass du dich seiner annimmst?

Du hast ihn nur wenig geringer gemacht als Gott, hast ihn mit Herrlichkeit und Ehre gekrönt.

Du hast ihn als Herrscher eingesetzt über das Werk deiner Hände, hast ihm alles zu Füßen gelegt:

All die Schafe, Ziegen und Rinder und auch die wilden Tiere, die Vögel des Himmels und die Fische im Meer, alles, was auf den Pfaden der Meere dahinzieht.

Herr, unser Herrscher, wie gewaltig ist dein Name auf der ganzen Erde!

CANTICUM

- ① In unserem Fall eignet sich ganz besonders der „Sonnengesang“ von Franz von Assisi.

**Gelobt seist Du, Herr,
durch Bruder Feuer,
durch den Du zur Nacht uns
leuchtest.**

Schön und freundlich ist er am wohligen Herde,
mächtig als lodernden Brand.
Gelobt seist Du, Herr,
durch unsere Schwester,
die Mutter Erde,
die gütig und stark uns trägt
und mancherlei Frucht uns bietet
mit farbigen Blumen und Matte.
Gelobt seist Du, Herr,
durch die, so vergeben um Deiner
Liebe willen
Pein und Trübsal geduldig tragen.
Selig, die's überwinden im Frieden:
Du, Höchster, wirst sie belohnen.
Gelobt seist Du, Herr,
durch unsern Bruder, den
leiblichen Tod;
ihm kann kein lebender Mensch
entrinnen.
Wehe denen, die sterben in
schweren Sünden!
Selig, die er in Deinem heiligsten
Willen findet!
Denn Sie versehrt nicht der zweite
Tod.
Lobet und preiset den Herrn!
Danket und dient Ihm in großer
Demut!

Du höchster, mächtigster, guter
Herr, Dir sind die Lieder des
Lobes,
Ruhm und Ehre und jeglicher
Dank geweiht; Dir nur gebühren
sie,
Höchster, und keiner der
Menschen ist würdig, Dich nur zu
nennen.
Gelobt seist Du, Herr, mit allen
Wesen, die Du geschaffen,
der edlen Herrin vor allem,
Schwester Sonne,
die uns den Tag heraufführt und
Licht mit ihren Strahlen,
die Schöne, spendet; gar prächtig
in mächtigem Glanze:
Dein Gleichnis ist sie, Erhabener.
Gelobt seist Du, Herr,
durch Bruder Mond und die
Sterne.
Durch Dich sie funkeln am
Himmelsbogen
und leuchten köstlich und schön.
Gelobt seist Du, Herr,
durch Bruder Wind und Luft
und Wolke und Wetter,
die sanft oder streng, nach
Deinem Willen die Wesen leiten,
die durch Dich sind.
Gelobt seist Du, Herr,
durch Schwester Quelle:
Wie ist sie nütze in ihrer Demut,
wie köstlich und keusch!

LESUNG

- ⓘ Die kurze Lesung aus der Heiligen Schrift wechselt je nach Wochentag, Kirchenjahrzeit oder Fest. Es kann aber auch eine hagiographische Lesung gewählt werden: ein Text eines Kirchenvaters oder Kirchenschriftstellers.

1. Mose, 1-26:

Und Gott sprach: Lasset uns Menschen machen, ein Bild, das uns gleich sei, die da herrschen über die Fische im Meer und über die Vögel unter dem Himmel und über das Vieh und über alle Tiere des Feldes und über alles Gewürm, das auf Erden kriecht. Und Gott schuf den Menschen zu seinem Bilde, zum Bilde Gottes schuf er ihn; und schuf sie als Mann und Frau. Und Gott segnete sie und sprach zu ihnen: Seid fruchtbar und mehret euch und füllet die Erde und machet sie euch untertan und herrschet über die Fische im Meer und über die Vögel unter dem Himmel und über das Vieh und über alles Getier, das auf Erden kriecht. Und Gott sprach: Sehet da, ich habe euch gegeben alle Pflanzen, die Samen bringen, auf der ganzen Erde, und alle Bäume mit Früchten, die Samen bringen, zu eurer Speise. Aber allen Tieren auf Erden und allen Vögeln unter dem Himmel und allem Gewürm, das auf Erden lebt, habe ich alles grüne Kraut zur Nahrung gegeben. Und es geschah so. Und Gott sah an alles, was er gemacht hatte, und siehe, es war sehr gut.

RESPONSORIUM

- ⓘ Auf die Lesung folgt das Responsorium (Antwortruf), das den Inhalt aufgreift. Die Predigt kann auch von Jugendlichen vorbereitet werden („Was hab ich vom heutigen Tag mitgenommen?“).

MAGNIFICAT

- ① Das Magnificat ist der Höhepunkt der Vesper.

☞ „Magnificat - Gesang aus Taizé“ (Interpret: J. Berthier)
Quelle: Taizé 200-2007, 41

FUERBITTEN

- ① Die Fürbitten für die Anliegen der Kirche und der Welt können von den Jugendlichen vorbereitet werden.

VATER UNSER**TAGESGEBET****ENTLASSUNG/SEGEN**

- ① Leiten ein Priester oder ein Diakon die Vesper, so erteilen sie den Schlussegens. Steht ein Laie der Feier vor, so lautet die Schlussformel:

V: Der Herr segne uns,
er bewahre uns vor Unheil
und führe uns zum ewigen Leben.

R: Amen.



NACH DER THEMENWANDERUNG

GRUPPENSTUNDE

Dauer: ca. 60 Minuten

Mitzubringen: Plakat, Plakatstifte, Rezeptblatt (QR-Code, S. 8), Küchenausstattung zum Wildkräuter-Verkochen (s. Rezeptblatt)

ANKOMMEN & GESPRÄCHE

[5min]

VORSAETZE SAMMELN

[15min]

Auf einem Plakat werden die Vorsätze gesammelt, die sich die Jugendlichen in der Selbstverpflichtungserklärung gefasst haben. JedeR darf seinen Vorsatz selbst aufschreiben und dazu berichten:

- Welchen Vorsatz habe in meiner Selbstverpflichtungserklärung gefasst?
- Wie geht es mir damit? Fällt es mir leicht oder schwer mich daran zu halten?
- Habe ich ihn bis jetzt eingehalten? Warum? Warum nicht?

GEMEINSAMES KOCHEN

[20min]

Um zu feiern, dass wir gemeinsam viele Dinge in der Welt bewegen können, wenn jedeR einen kleinen Teil dazu beiträgt, werden jetzt die gesammelten Wildkräuter, Blüten und Früchte verkocht.

Dabei können die Jugendlichen ihre eigenen Rezepte erfinden und experimentieren oder sich am Rezeptblatt orientieren. Die vorgestellten Rezepte können die Gruppenmitglieder in Kleingruppen mit bis zu vier Leuten gemeinsam zubereiten.

Fragen beim Kochen:

- Hat schon einmal jemand diese Pflanzen gekostet?
- Kennt ihr andere Rezepte mit außergewöhnlichen Zutaten?
- Macht es mehr Arbeit, Selbstgesammeltes zu verkochen als Gekauftes aus dem Supermarkt?
- Kochst du zuhause auch manchmal?
- Wie weit entfernt wächst das regionalste Lebensmittel, das du schon gegessen hast? Woher kam das entfernteste?

GEMEINSAMES ESSEN

[15min]

Beim Essen gemeinsam überlegen:

- Wie schmeckt's?
- Was schmeckt anders oder ungewohnt?
- Hast du schon einmal Vergleichbares gekostet?

Je nach Zeit dann noch reflektieren:

- Was ist mir von der Wanderung in Erinnerung geblieben?
- Was hat mich besonders angesprochen/berührt?
- Wie ist es mir dabei gegangen?
- Waren Dinge dabei, die mir komisch vorkamen? Wenn ja, warum?

ABSCHLUSS

[5min]

Alle schließen die Augen. JedeR überlegt, wie er/sie sich bei der Wanderung und der anschließenden Gruppenstunde gefühlt hat. Dafür steht eine Skala von eins bis zehn zur Verfügung:

„Eins“ heißt, ich habe mich unwohl gefühlt, es hat mir nicht gefallen.
 „Zehn“ heißt, ich bin total begeistert, es hat mir großartig gefallen.

Wenn die Jugendlichen sich auf der Skala eingeordnet haben, strecken sie beide Hände in die Höhe und zeigen mit den Fingern die gewählte Zahl an. Nachdem alle die Hände gehoben haben, öffnen sie die Augen.

Mögliche weitere Fragen:

- Wie hat es mir methodisch gefallen?
- Haben mich die Inhalte berührt/angesprochen?
- Wie ist es mir im Umgang mit den anderen Gruppenmitgliedern gegangen?

Bildquellen:

“Die Natur” by David Schiersner is licensed under CC BY 2.0:
<https://goo.gl/3XIARu>

“Idyllisches HH-die Alster” by elbfoto is licensed under CC BY 2.0:
<https://goo.gl/qrMzWY>

“Löwenzahn” by Jannis is licensed under CC BY-SA 2.0:
<https://goo.gl/vJtSNx>

“Park bench” by DennisM2 is licensed under CC BY 2.0
<https://goo.gl/AeN96P>

HERAUSGEBERIN

Katholische Jugend Österreich
Johannesgasse 16/1
1010 Wien
01/512 16 21
office@kjweb.at
www.katholische-jugend.at

REDAKTION

Christian Eder (Referent im Netzwerk Jugendpastoral)
Christian Hofmann (Referent Entwicklungs- und Umweltpolitik im Netzwerk Jugendpastoral)

GRAFIK

Anna Bachofner

GOTT SAH ALLES AN,
WAS ER GEMACHT HATTE:
ES WAR SEHR GUT!

GEN 1, 31