



Eine Initiative
des Bayerischen Roten Kreuzes
und der Landesverbände
Nordrhein und Westfalen-Lippe

Jugendrotkreuz

Ulrich-Paul Rhein & Jürgen Sengebusch

Ökocamp

**Projekte mit Kindern
und Jugendlichen**

Eine Arbeitshilfe für Gruppenleitungen,
Lehrerinnen und Lehrer sowie Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter in der sozialen Arbeit.

Impressum

Ökocamp - Projekte

Herausgeber:
Deutsches Rotes Kreuz Landesverband
Westfalen-Lippe
Jugendrotkreuz
Sperlichstr. 25
48151 Münster
Autoren:
Ulrich-Paul Rhein,
Jürgen Sengebusch

4. Auflage 2004
© Alle Rechte beim Herausgeber
Vervielfältigungen nur für den Privatgebrauch
unter Angabe der Quelle

Symbole



&



Wichtiges - kurz und knapp !!



Vorschläge und Ideen !



Zum Nachlesen !



Fragestellungen !



Ökocamp

Projekt-Arbeitshilfe

Einleitung:	"Ökologisch Reisen - geht das überhaupt?"	
	Gedankenskizze für die Jugendarbeit	4
1.	Ökologie und Gesundheit heute	6
1.1.	Umwelterziehung - Ökologie im ganzheitlichen Sinn	6
1.2.	Gesundheitsförderung - aktuell im ganzheitlichen Ansatz	9
1.3.	Naturerleben und Naturschutz im Widerspruch	11
2.	Ziele und Kriterien eines Projekts "Ökocamp"	15
2.1.	Ziele eines Ökocamps	15
2.2.	Kriterien im Grobraster	16
2.3.	Übertragbarkeit auf "große Reisen"	19
3.	Inhalte eines "Ökocamps" / Organisation	20
3.1.	Camp-Regeln	20
3.2.	Programmideen	22
3.3.	Stichworte zu den Themen Ökologie und Gesundheit	28
3.4.	Ernährung	32
4.	Methoden und Aktionseinheiten - kurz vorgestellt	40
4.1.	Projektarbeit: "Konzeptionelles Arbeiten statt Flickwerk"	41
4.2.	Zukunftswerkstatt: "Vom Problem zur Tat"	44
4.3.	Spurensuche, Umfelderkundung	46
4.4.	Workshop	47
4.5.	Arbeitsgruppe	47
4.6.	Ringveranstaltung	47
4.7.	Outdoor und Solo	48
5.	Konkrete Vorbereitung	49
5.1.	Von der Miete bis zum Material	49
5.2.	Checklisten für die Vorbereitung	50
5.3.	Inhaltliche Zusammenarbeit mit Initiativen, Schulen etc.	57
6.	Auf- und Nachbereitung, Weiterführung und Ergänzung	59
7.	Anhang:	61
	Literatur	61
	Adressen, Selfservice-Adressenliste	66
	Abbildungsverzeichnis	73

Einleitung

"Ökologisch Reisen - geht das überhaupt?"

Gedankenskizze für die Jugendarbeit

Ökologisches Leben heißt, im Einklang mit der Natur und der Umwelt zu sein, von der Natur zu lernen, einen Gleichklang zwischen Mensch und Umwelt zu schaffen und den Kreislauf der Natur nicht zu stören.

Ökologisches Reisen heißt, im Einklang mit der Natur und der Umwelt zu sein, von der Natur zu lernen, einen Gleichklang zwischen Mensch und Umwelt zu schaffen und den Kreislauf der Natur nicht zu stören.

„Also bedeutet ökologisches Reisen, in den Wald zu gehen, unter selbstgebauten Blätterdächern zu übernachten und uns von dem zu ernähren, was uns der Wald bietet ... aber einen Platz zu suchen, wo wir andere Waldbewohner nicht stören, nicht wahllos alle Äste und Blätter von den Bäumen rupfen, ebenfalls genug Lebensmittel für andere Waldbewohner übriglassen, Feuer nur mit totem Holz machen usw., usw.?!“

Das würde für unsere Arbeit bedeuten, Natur und Umwelt zu meiden, denn Freizeit und Reisen ist unter solchen Voraussetzungen für mehr als zwei Personen unmöglich.

Ein anderes Extrem ökologischen Reisens hat der Berner Professor Jost Krippendorf parat. In einem Artikel des „Stern“ vom April 1993 über Cluburlaub gibt er folgende interessante These von sich: Er behauptet, daß gerade Ghetto-Ferien im Club die unschädlichste Form des Reisens darstellt. Denn sie schützt „die Bereisten vor übergreifender ökologischer Infektion“.

Jedoch: Zwischen den Beispielen des „Wald- und Ghettourlaubs“ liegt eine Fülle von ökologisch vertretbaren Möglichkeiten, die auch durchaus durchführbar sind. Ökologisches Verhalten kann nur erlernt werden, wenn es erfahren und erlebt werden kann. Denn: Gegen Naturferne hilft nur Naturnähe.

Hier sind die Gruppenleiter/-innen und Leitungskräfte gefragt, diese Naturnähe zu ermöglichen. Gerade der Reisebereich bietet hierzu zahlreiche Ansatzpunkte. Dazu stellen sich Fragen wie z.B.: „Was muß eine „Ökofreizeit“ beinhalten, ohne das sie an Attraktivität verliert (bzw. damit sie davon gewinnt)?“. „Wie kann eine Vollwerternährung angeboten werden, ohne daß alle Teilnehmer/-innen sofort in die nächste Pommestube rennen?“ usw..

Neben globalen Fragen müssen wir uns also auch Gedanken machen zur eigenen alltags-ökologischen Verantwortung und zu einer erzieherischen Umsetzung in der Ferienfreizeit.

Mit dieser Arbeitshilfe ÖKOCAMP versuchen wir, Ideen, Erfahrungen, Tips, etc. zu entwickeln und aufzuzeigen, um die Themen Ökologie, Natur und Gesundheit in eine Ferienmaßnahme miteinfließen zu lassen.

Die Arbeitshilfe

- beginnt mit der ewigen, aber durchaus immer berechtigten Frage nach der gedanklichen Grundlage einer solchen Maßnahme in der ersten Vorbereitungsphase
- nimmt ihren Weg über Modelle und Schritte der konkreten Planung
- begleitet Euch mit konkreten Beispielen bei der Durchführung und
- unterstützt Euch bei der Auswertung.



Dabei soll sie sich

- an durchaus realisierbaren Möglichkeiten orientieren.

Ein wesentlicher Bestandteil bei der Durchführung eines Ökocamps liegt zum einen darin, daß die Teilnehmer/-innen ökologische und gesundheitliche Zusammenhänge erfahren und zum anderen, daß das Betreuungsteam die Planung und Durchführung „anders“ bzw. in anderer Qualität erfährt. Dabei bleibt zu beachten: Auch ein Ökocamp ist in erster Linie keine Bildungsveranstaltung sondern eine Erholungsmaßnahme, wo der Spaß und die Entspannung natürlich nicht fehlen dürfen.

Kinder und Jugendliche sind jedoch die Touristen, die in der Zukunft unsere Erde bereisen und ...

„Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr!“

In diesem Sinne möchten wir dazu ermuntern, den Versuch zu starten, die nächste Ferienfreizeit - gleich ob dreitägig oder -wöchig - stärker aus dem Blickwinkel von Ökologie und Gesundheit zu beleuchten. Das fängt an bei den Kleinigkeiten im Umgang miteinander und hört auf beim kompletten Konzept für alle Bereiche der Maßnahme. Schritt für Schritt können wir dem näher kommen.

1. Ökologie und Gesundheit heute

1.1. Umwelterziehung - Ökologie im ganzheitlichen Sinn

Ökologische Zusammenhänge ganzheitlich erfahren heißt Natur und Umwelt, Mensch und Umwelt als zusammengehörig zu sehen und zu verstehen.

Ökologie ist die Lehre von den Beziehungen der Lebewesen zur Umwelt, welche als eine symbiotische Einheit mit drei gleichwertigen Komponenten zu verstehen ist. Man muß es sich wie eine Waage mit drei Schalen vorstellen, in welchen sich jeweils Umwelt, Natur und Mensch (Lebewesen) befinden und versuchen, eine ausgewogene (ökologisches) Beziehung (Gleichgewicht) auszubalancieren.

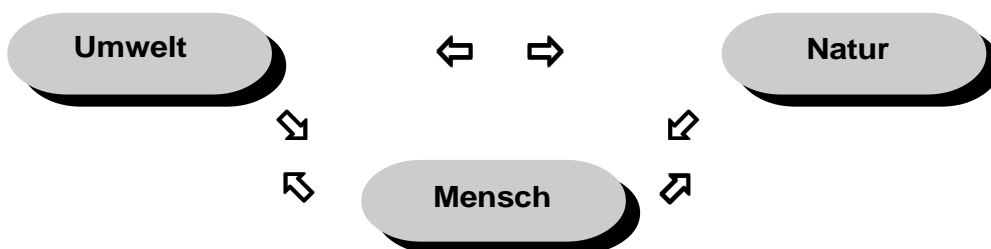


Abb. 1

Wie wohl jeder weiß, gestaltet sich das heutzutage immer schwieriger. Die Situation ist bedrohlich, undurchsichtig und überdimensional geworden. In den Zeitungen wird im großen Stil von Klimakatastrophen berichtet. Magazine und Fachzeitschriften sind voll mit Fotos von abgeschlachteten Delphinen. Bilder untergehender Öltanker flimmern über den Bildschirm und das Gemüse strahlt so vor sich hin. Der Kreislauf der Natur ist zum Teufelskreis gemacht worden!

Umweltschutzorganisationen, Politik und Industrie schieben sich gegenseitig den schwarzen Peter zu und die Schuld in die Schuhe.

Jedoch: *Wir müssen weg von der Schuldfrage der großen Zusammenhänge. Wir müssen einen Weg zur Dimension der Alltagsökologie finden, der sich in der Umwelterziehung wiederfindet. Umwelterziehung muß praktisch, nachvollziehbar und greifbar gestaltet sein.*

Betrachten wir die derzeit vorliegenden Ansätze zur Umwelterziehung, so können wir folgende Grundsätze benennen:

- Die **Natur** umfaßt alles Leben und alle Lebensbedingungen auf der Erde, die unabhängig von der Tätigkeit des Menschen entstanden sind und existieren.
- Der Mensch ist aufgrund seiner spezifischen genetischen Ausstattung dazu gezwungen, durch geplante Eingriffe in die Natur sein gesellschaftliches Leben zu erhalten. Er schafft sich so seine Umwelt. **Umwelt** bezeichnet also die durch eine menschliche Tätigkeit umgestaltete Natur.
- Als Naturwesen ist der Mensch daran gebunden, daß ihm die biologischen Grundlagen seiner Existenz nicht entzogen werden. Eine volle Entfaltung der menschlich-gesellschaftlichen Möglichkeit, einschließlich der Schaffung einer lebenswerten Umwelt, ist nur im Einklang mit der Natur möglich.
- Der angestrebte Einklang mit der Natur erfordert deshalb größtmögliche Rücksicht und Behutsamkeit.
- Dies gilt auch oder gerade unter dem Aspekt der Einmaligkeit und Schönheit der Natur. Obwohl nicht berechenbar, ist er als ästhetischer Wert in der Umwelterziehung von sehr großer Bedeutung.
- Statt Beherrschung und Ausbeutung der Natur ist ein Leben im Einklang mit ihr anzustreben:

Die Förderung eines solchen Naturverständnisses und die Entwicklung entsprechender Handlungsmuster sollten demgemäß Hauptziele der Umwelterziehung sein.

Folgendes Hauptziel läßt sich hierauf basierend für ein Ökocamp formulieren:

- Die Teilnehmer/-innen sollen eine Bewußtseinserweiterung/-bildung für das ökologische Gleichgewicht erlangen. Sensibilität für Natur und Gesundheit mit und in der Natur am eigenen Körper, an Seele und Geist erfahren.



(Dieses Hauptziel wird in **Abschnitt 2.1.** detailliert und ergänzt.)



Um dieses abstrakte Ziel gleich eingangs etwas deutlicher zu machen, haben wir nachfolgend einige praktische Beispiele von Aktionen aufgeführt, die in der Umwelterziehung zum Tragen kommen (im Abschnitt 3.2. Programmideen gehen wir dann detaillierter darauf ein):



- Ökologischer Anbau von Nahrungsmitteln und deren Zubereitung
- Nistkästenbau
- Basteln mit Naturmaterialien
- ökologisch orientiertes Trecking und Übernachten im Wald
- Wasseruntersuchungen
- Pflanzenbestimmungen
- Heilkräuterbestimmung und -nutzung
- Müllsammlung und -analyse
- Tierbeobachtungen und -bestimmung
- Wetterkunde
- Fotodokumentationen
- Anlage und Pflege eines Biotops
- Blumenbeetgestaltung während einer Schulprojektwoche
- Ökocamp
- etc.

Auf dem Berliner Freizeit- und Breitensportsymposium 1988 forderten Erziehungswissenschaftler der TU Berlin, Kindern und Jugendlichen Tier- und Naturfilme zu zeigen und die Natur in Ruhe zu lassen, um auf diese Weise ökologisches Bewußtsein zu schaffen.

Das ist unseres Erachtens mit Sicherheit der falsche Weg.

Jugendverbände, Jugendpflegeeinrichtungen und im verstärkten Maße auch die Schulen sind gefragt, sich um Möglichkeiten der (alltagsökologischen) Umwelterziehung zu bemühen. Hierbei geht es - wie in den oben genannten Beispielen - um unmittelbare Erfahrungen, um ein Erleben mit Kopf, Herz und Hand. Denn nur auf diesem Wege können wir Verhaltensweisen ändern oder stabilisieren und zudem attraktive Programme gestalten.

1.2. Gesundheitsförderung - aktuell im ganzheitlichen Ansatz

Die Gesundheitserziehung kann auf eine lange Tradition zurückblicken. Bemühungen um die Erhaltung und Förderung der körperlichen Kräfte haben dabei vielfach einen engen Bezug zum Bereich der Ferienlager.

Früher ging es da beispielsweise vorrangig um das *saubere und wohlgenährte* Kind, pädagogische Fragen standen derzeit hinten an. Heute sieht das anders aus - auch im Freizeit- und Reisebereich. Aktuelle Gesundheitsförderung geht über diese bloß oberflächliche - weil auf Äußeres gerichtete - Bearbeitung hinaus. Sie verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz. Kurz gesagt heißt das: Sie erkennt, daß

- nicht allein körperliche, sondern ebenso geistige, soziale, gefühlsbezogene, ökologische und weitere Faktoren für die Gesundheit von großer Bedeutung sind
- Aufklärung alleine nicht genügt, um Engagement und Verantwortungsbewußtsein zur Gesundheitsförderung zu stärken, sondern
- aktive, erlebnisorientierte und persönliche Erfahrungen dieses bewirken.



Diese Erkenntnisse können sich auch im aktuellen Feriencamp niederschlagen - gleich, ob es für eine große oder eine kleine Gruppe, über lange oder kurze Zeit angelegt ist. Die dargestellte Entwicklung spiegelt sich auch wieder in den unterschiedlichsten Lebensbereichen und lässt sich auch festmachen an neuen, allgemeinen gesellschaftlichen Bedürfnissen und Einstellungen wie z.B.

- Intensivierung der öffentlichen Diskussion um die Selbst- und Mitverantwortung für die Gesundheit
- Erkenntnisse und Erfolge 'alternativer' Konzepte und Praktiken
- Verbreitung vielfach 'unterschwelliger' und verdeckter Krankheitsbilder
- Vertrauensverlust der herkömmlichen klassischen Apparatedizin
- Sensibilisierungen aufgrund veränderter und sich verändernder ökologischer Grundlagen
- Ausweitung des Freizeit- und Bildungsangebotes auch im gesundheitlichen Bereich
- Etablierung der 'alternativen' Gesundheits- und Versorgungseinrichtungen (Bildungseinrichtungen, Beratungsstellen, Naturkostproduktion und -handel u.a.)



Das heißt auch, daß aktuelle pädagogische Maßnahmen diese Entwicklung berücksichtigen und aufgreifen sollten. Aber bereits vor dem 'Boom' ganzheitlicher Konzepte, in vielfältigen Bereichen gesellschaftlichen Lebens, sind Arbeitsweisen dieser Art in der Gesundheitsförderung in Betracht gezogen worden. In der Gesundheitsförderung geht es in erster Linie nicht um Heilung oder Wiederherstellung von Gesundheit, sondern um die Anhebung des grundsätzlichen Niveaus persönlichen Wohlbefindens. Hier-

aus ergibt sich die Förderung des allgemeinen Gesundheitszustandes. Die Methodik sollte hierbei schlüssig sein mit dem Ziel - ganzheitliche Vermittlungsformen zu wählen, da diese die höchste Effektivität erzielen.

An diesem Punkt kann und sollte Jugendarbeit aktiv werden und

- die Gesundheitsförderung in ihren Programmen berücksichtigen
- spezielle Angebote zur Gesundheitsförderung entwickeln und ausprobieren.

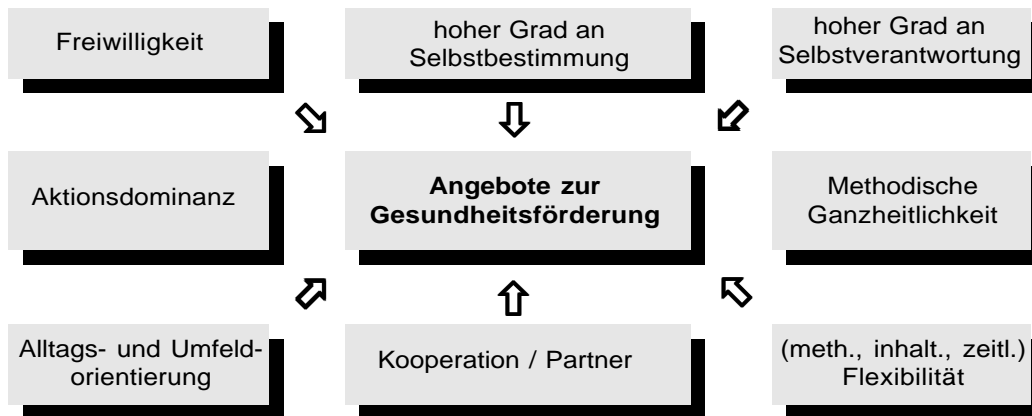


Abb. 2: Strukturelle Kennzeichen ganzheitlicher Gesundheitsförderung / Aspekte

Wie schon angedeutet, ist Aufklärung allein nicht der Weg zum Ziel. Wir gehen davon aus, daß persönliche Erfahrungen die höchste Wirkung mit sich bringen. Mittelbare Wege - etwa über Broschüren - bleiben hinter der Wirkung von unmittelbarem Umgang mit Menschen, Dingen und Situationen zurück. Aus diesem Grund bietet z.B. auch ein Camp beste Möglichkeiten. Hier kann (mit)erlebt, gestaltet und dadurch unmittelbar erfahren werden, was für die allgemeine und persönliche Gesundheit förderlich ist.

Hier können wir Angebote gestalten, die Kinder und Jugendliche allein und in Gruppen dazu bewegen und sie darin fördern können



- ihre schöpferischen Potentiale zu erkennen
- diese zu fördern und auszubauen
- ihren Gesundheitszustand zu reflektieren und Verantwortung und Engagement dafür zu übernehmen
- weitere Gesundheits-Angebote unterschiedlicher Träger gezielt auszuwählen und zu nutzen

Als Ziele einer ganzheitlichen Gesundheitsförderung in der Jugendarbeit benennen wir hierbei die Bemühungen um

- das Verständnis für die Zusammenhänge ganzheitlicher Gesundheit als Zusammenspiel vieler Faktoren
- die Eigen- und Mitverantwortung im Hinblick auf die Gesundheit
- die Vermittlung von Kenntnissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten für eine gesundheitsfördernde Lebensweise (Wissen, praktische Tips u.a.)
- eine sinnvolle Verflechtung der Jugendarbeit mit ihrem Umfeld im Hinblick auf eine ganzheitliche Lebensweise und die Problembearbeitung
- die Entwicklung einer sinnvollen Gegenwarts- und Zukunftsperspektive der Jugendlichen und Kinder (Lust am Leben, Entwicklung von Engagement und Gestaltungsfreude)
- ganzheitliche Arbeitsweisen innerhalb des Gruppenlebens (Verbindung von handwerklichem, geistigem und sozialem Lernen)



1.3. Naturerleben und Naturschutz im Widerspruch

Wir haben bereits angedeutet, daß sich in Bezug auf den „pädagogischen Umgang“ mit der Natur zwei Fraktionen gegenüberstehen.

Ihr Widerspruch wird auch deutlich bei Umfragen von Reiseunternehmen in ihren eigenen Ferienanlagen, wie auch bei repräsentativen Untersuchungen renommierter Freizeit- Forschungsinstitute. Es kommt bei der Feststellung von Trends für die 90´er Jahre zu folgender Mischaussage:

„Ich möchte im Urlaub entspannen und zur Ruhe kommen, gleichzeitig aber auch viel erleben und unternehmen. Das alles soll in schöner Natur und sauberer Landschaft stattfinden. Feriengebiete mit verschmutzten Stränden und verbauter Landschaft lehne ich ab.“

Auf der einen Seite steht der Wunsch nach Idylle, nach intakter Tier- und Pflanzenwelt, nach Erholung im funktionierenden Ökosystem und auf der anderen Seite der Wunsch nach Erlebnis und Unternehmungen, nach individuellen, eindrucksstarken Ereignissen. Der Freizeitmarkt hat in den letzten Jahren auf die Bedürfnisse seiner Kundschaft reagiert und bietet „erlebnisreiche Individualreisen“ in der ganzen Welt an. „Mit Kopfgeldjägern durch den Dschungel Borneos oder mit Mountainbikes in die Arktis - kein Pro-

blem!" Naturerlebnis wird zur Randerscheinung, zum Bühnenbild einer inszenierten Fotomontagerese. Natur zu erleben, zu erfahren, zu begreifen im ursprünglichen Sinne des Wortes, bleibt auf festgelegten Pfaden stecken, verbirgt sich unter den Dächern von regendichten, club- oder hoteleigenen, Eingeborenenunterkünften.

Beim Erleben der Natur geht es jedoch um andere Dinge. Nicht spektakuläre Aktionen sind in erster Linie gefragt, sondern es geht z.B. um



- das Wahrnehmen von Blättern, Bäumen, Regen etc.
- das Ertasten der Rinde eines Baumes mit verbundenen Augen, um ihn danach wiederzufinden
- Öko-Memory mit Blättern und Steinen
- Wanderungen durch Wald und Flur
- das sich richten nach der „Uhr“ der Natur usw.

Dieses sind Teile des wahren Erlebnisses, des realen „Begreifens“. Individualität findet sich auch im kleinsten Wald, im Park, auf der Wiese des Bauern und im eigenen Garten.



Abb. 3: Einsames Naturerleben und Action - vielgeliebter Widerspruch

In den letzten Jahren haben sich Presse und verschiedene Umweltschutzinitiativen in ihrer Kritik immer mehr auf die Natursportarten und ihre Ausüßer konzentriert. Zum Teil in der „Sauren Gurkenzeit“, aber auch, weil Landschaft- und Naturschützer in der Minderheit von Kletterern, Kanuten, Bergsteigern und MTB- Fahrern eine Zielgruppe gefunden haben, gegen die sie „Erfolge“ erzielen konnten. Entmutigt im immerwährenden Kampf gegen die Lobby von politischen Vertretern und Industrie, stürzen sie sich auf kleine Organisationen von Kletter-Interessen-Gemeinschaften, Kanuvereinen oder auf die Gruppe von schrill aussehenden MTB-Fahrern.



Die Presse spricht bei den Mountain Bikern von „Hohlweg Hooligans, die rücksichtslos in Wandergruppen rasen“ (DER SPIEGEL), doch niemand wagt es, die Lobby von hunderttausenden „Pistensäuen“, die durch Stahlkanten ihrer Skier jährlich ganze Alpenwiesen geradezu abmähen, vorzugehen.

Auch bei anderen Natursportarten gibt es Vertreter, die umweltschädliches Verhalten an den Tag legen. Kanuten und Rafter, die zur Brutzeit in Schilfgürtel fahren, Wanderer, die Wege abkürzen, Kletterer, die Magnesium zum Klettern benutzen usw. usw.. Dabei ist Sporttreiben in und mit der Natur, das höchste Naturerlebnis und eine der besten Möglichkeiten sich persönlich, seelisch, körperlich - greifbar unserem ökologischen System zu nähern.



Abb.4: Klettern - Pädagogisch wertvoll und ökologisch umstritten

Der Berg ruft mich nur so weit hoch, bis ich an seiner Steigung scheitere, das Kanu bringt mich nur so weit den Fluß hinunter, wie es der Wasserstand zuläßt, beim Segeln macht der Wind mir irgendwann einen Strich durch die Rechnung. Natur erleben, auch und mit Natursportarten ist eine Möglichkeit, Euch und Euren Gruppenmitgliedern, Natur und Umwelt näherzubringen. Im Widerspruch zum Naturschutz stehen Natursportarten und hautnahe Naturerlebnisse nicht, wenn wir uns an die jeweils vorhandenen Regelungen halten.

Auf der folgenden Seite haben wir einen Regelkatalog benannt, der sich an Vereinbarungen orientiert, wie sie zwischen den unterschiedlichen Interessensverbänden aus Umwelt- und Naturschutz, Sport und Pädagogik entworfen worden sind.

Regelkatalog

für einen Konsens zwischen Naturschutz und Naturerleben:



- 1. Informationen Einholen**
 - Vor Beginn der Aktion, erst über geschützte, gefährdete Bereiche erkundigen
 - Schutzgebiete und Wildeinstandsgebiete nur mit fachlicher Leitung betreten

- 2. Ausgewiesene Gebiete benutzen**
 - Nur auf den Wegen bleiben
 - Nicht abkürzen

- 3. Pflanzen schonen**
 - Nicht alles pflücken was wächst
 - Zum Bauen, Basteln und Feuer machen nur totes Holz verwenden

- 4. Tiere schützen**
 - Wildeinstandsgebiete und Schutzzonen meiden
 - Unnötigen Lärm vermeiden
 - Keine Spuren verfolgen
 - Tiere nur aus großer Ferne betrachten

- 5. Abfall vermeiden**
 - Wenig Verpackungsmaterial mitnehmen
 - Mehrwegdosen- flaschen benutzen
 - Nie Abfall in der Landschaft zurücklassen

- 6. Stress verringern**
 - Naturerlebnis über sportliche Höchstleistungen stellen

- 7. Interesse an Natur, Umwelt und Kultur zeigen**
 - Landschaften wahrnehmen
 - Die Umwelt einschließlich ihrer Geschichte und Probleme kennenlernen
 - Kritik an vorhandenen Umweltbelastungen und Fehlentwicklungen äußern

(nach: Informationsmaterialien JDAV / Jugend des Deutschen Alpenvereins)

Kap. 2

2. Ziele und Kriterien eines Projekts "Ökocamp"

2.1. Ziele eines Ökocamps

Eingangs haben wir ein Hauptziel für die Umwelterziehung bzw. für ein Ökocamp formuliert - dieses wollen wir nun aufgreifen und ergänzen.

Folgende Hauptziele lassen sich für das Ökocamp formulieren:

- Die Teilnehmer/-innen sollen eine Bewußtseins-erweiterung / -bildung für das ökologische Gleichgewicht erlangen
- sie sollen eine Sensibilität für Natur und Gesundheit am eigenen Körper, eigener Seele und eigenem Geist erfahren
- sie sollen ein Bewußtsein für den Schutz, den Erhalt, die Wiederherstellung und die Förderung von Natur und Gesundheit entwickeln
- sie sollen Gemeinschafts- und Selbstverantwortung erfahren und lernen
- sie sollen in ihren individuellen Lebenskonzepten positiv -in ökologischer und gesundheitlicher Hinsicht- beeinflusst werden



Als sekundäre Ziele benennen wir:

- die Natur unmittelbar erfahren
- den eigenen Körper und seine Möglichkeiten erfahren
- Fähigkeiten und Fertigkeiten, in der Natur zu leben, erlernen
- Primärerfahrungen, d.h. neue und unmittelbare Erfahrungen der Lebensgestaltung und Eigentätigkeit machen
- streßfreies Lernen erleben
- Gemeinschaft erleben und lernen
- Übertragbarkeit auf den eigenen Alltag erfahren und lernen



2.2. Kriterien im Grobraster

Nun mag man sich fragen, was denn aus einer „normalen“ Freizeit eine „ökologische Maßnahme“ macht. Die Antwort ist nicht leicht: Wann die Ziele eines Ökocamps erreicht sind, lässt sich nur schwer oder überhaupt nicht an meßbaren Skalen oder Checklisten überprüfen.

Es gibt keine festgelegten Kriterien für ein „Gütesiegel Ökocamp“. Wir haben aber dennoch versucht, eine Gedankenhilfe hierzu zu entwerfen. Nachfolgend ist ein 8-Punkte-Katalog aufgeführt, an dem Ihr Euch orientieren könnt, um allgemeinen Zielen ökologischer Freizeiten näher zu kommen. Grundsätzlich wird es kaum möglich sein, alle der folgenden Bedingungen komplett oder kompromißlos zu erfüllen. Die 8 Punkte können allerdings der Orientierung dienen und bei der Schwerpunktlegung und Planung Entscheidungshilfen anbieten.



1. • Bei der Auswahl der Zielgebiete für die Ferienfreizeit sollten Regionen vermieden werden, die infrastrukturell schon sehr stark vom Massentourismus geprägt sind.
2. • Es sollten Orte und Regionen bevorzugt werden, in denen sich schon Anknüpfungspunkte für ein Ökocamp finden lassen. Umweltschutzprojekte etc.
3. • Ferntourismus wird abgelehnt.
4. • Die Hin- und Rückreise sollte nicht als Mittel zum Zweck betrachtet werden, sondern integrativer Bestandteil der Reise sein. Erlebnis- und Lernmöglichkeiten im Sinne eines „sanften Tourismus“ sollten genutzt werden. Hier wäre ein Zwischenaufenthalt denkbar. Es ist immer das ökologisch verträglichere Verkehrsmittel vorzuziehen:
 - ☞ das Fahrrad dem Zug,
 - ☞ der Zug dem Reisebus,
 - ☞ der Reisebus dem Kleinbus,
 - ☞ der Kleinbus dem PKW
5. • Die Unterkunft / der Zeltplatz sollte
 - ☞ beim Bau möglichst wenig Landschaft verschlungen haben (Platz und Zuwege)



- ➔ an eine Kläranlage angeschlossen sein
- ➔ eine getrennte Müllentsorgung haben
- ➔ energiesparend eingerichtet sein (Brauchwasseranlage, Solarzellen, Wärmetauscher, Mehrwegsysteme etc.)
- ➔ landestypisch gebaut/angelegt und in das Landschaftsbild eingepaßt sein
- ➔ nicht mit chemisch-aggressiven Reinigungsmitteln oder energieintensiv gesäubert werden
- ➔ im Besitz von einheimischen und nicht auswärtigen Tourismusunternehmen sein
- ➔ dem Komfort von Einheimischen entsprechen und sich nicht durch Luxus abheben
- ➔ durch ihre Vermietung den Einheimischen wirtschaftliche Vorteile bringen
- ➔ so gelegen sein, daß Kontakte zu Einheimischen möglich sind.

- 6.**
- Bei Fremdverpflegung sollte darauf geachtet werden,
 - ➔ daß die Verpflegung landestypisch ist (siehe siebtens).

- 7.**
- Bei Selbstverpflegung sollte darauf geachtet werden,
 - ➔ daß die Ernährung gesund ist, d.h. sich zumindest stark an gesunden, natürlichen und ökologischen Ernährungsweisen orientiert
 - ➔ daß möglichst viele Lebensmittel vor Ort eingekauft werden, -in Direktvermarktung und frisch
 - ➔ daß Reste nur begrenzt weggeworfen werden (Kompostierung, Resteverwertung bei der Essenzubereitung)
 - ➔ daß Getränke nur in Mehrwegflaschen angeboten werden bzw. lose zur Verfügung stehe
 - ➔ daß landestypische oder daran angelehnte Speisen zubereitet werden
 - ➔ daß Müll getrennt wird.

(Hinweise hierzu bietet das Kap. 3.4 zur gesunden Ernährung)

- 8.**
- Das Programm des Ökocamps sollte sich an den Themen Umwelt und Gesundheit orientieren:
 - ➔ den Teilnehmern/-innen Informationen über das Urlaubsland / die Urlaubsregion vermitteln

weiter nächste Seite



- ⊖ keine umweltbelastenden Aktionen enthalten
- ⊖ den Besuch von einheimischen, kulturellen Veranstaltungen beinhalten
- ⊖ mit umweltfreundlichen Materialien bestritten werden
- ⊖ Rücksicht nehmen auf Bevölkerung, Natur und Umwelt
- ⊖ das Lernen soll streßfrei passieren können
- ⊖ Erlerntes und Erfahrenes soll Gebrauchswert für den Alltag zuhause haben.

9. • Energie und Materialeinsatz sollten in
- ⊖ Vorbereitung,
 - ⊖ Durchführung und
 - ⊖ Nachbereitung
- gering gehalten werden: „ Günstige Ökobilanz“



Abb.5: Ein großes Camp bedarf natürlich einigen Aufwandes.
Mit Organisationsgeschick zu meistern: Auch ein großes Camp

2.3. Übertragbarkeit auf „große Reisen“

Bei der Durchführung eines Ökocamps spielt es keine Rolle, ob es sich um das traditionelle Pfingstwochenende handelt oder um eine 14-tägige Ferienmaßnahme. Der Planungs- und Organisationsaufwand ist in vielen Schritten gleich.

So müssen wir uns z.B. nur einmal Gedanken über die grundsätzlichen Ziele der Campmaßnahme oder die Regeln im Camp machen - gleich, wie lange so eine Maßnahme dauert. Die inhaltliche Ausgestaltung kann ebenso gleich bleiben - lediglich die Arbeitsformen und die Intensität der Themenbearbeitung können oder müssen sich ändern (vgl. Abschnitt 4.).

Deshalb - keine Angst vor größeren Aktionen. Wenn wir uns der Gestaltung einer kleineren Reise sicher sind oder sie sogar bereits unter diesem Motto durchgeführt haben, ist die Organisation einer größeren Maßnahme kein Problem: Versucht, egal um welche Maßnahme es sich handelt, beispielhaftes Lernen zu ermöglichen. So können die Teilnehmer/-innen diese Erfahrungen auch in den privaten Bereich übertragen, beim Familien- oder Cliquenurlaub, beim Picknick, beim Waldspaziergang, ...

Die folgenden Abschnitte gehen auf die

- ➔ **Inhalte**
- ➔ **Organisation**
- ➔ **Programmplanung und**
- ➔ **konkreten Planungsschritte**

ein.

3. Inhalte eines "Ökocamps" / Organisation

3.1. Campregeln / Umgangsvereinbarungen

Für das tägliche Miteinander der Teilnehmer/-innen, für die gute Abwicklung des Camplebens, ist ein Camp-Regel-Werk unerlässlich.

Es soll nicht nur beschränkende und ordnende Wirkung haben, sondern helfen, eigene Positionen und Konsequenzen zu erkennen, thematische Ziele zu formulieren und deren Umsetzung zu verfolgen.

Es empfiehlt sich, das Camp-Regel-Werk gemeinsam mit den Teilnehmer/innen zu erstellen. So kann gewährleistet werden, daß die Vereinbarungen am Niveau der Teilnehmer/-innen nicht vorbeigehen und es fällt ihnen leichter, sich an diese Regeln zu halten. In gemeinsamer Erläuterung, Diskussion und Absprache sollen den Teilnehmer/-innen die Gebote nähergebracht und verständlich gemacht werden. Grundlage ist ein gewisser Grad an „Natürlichkeit“ und eine Anbindung an den natürlich vorgegebenen Tagesablauf.

Es empfiehlt sich, nur von Geboten und nicht von Verboten zu sprechen, um direkt einen positiven Ansatz in die Diskussion und in's Camp-Regel- Werk zu bringen. Auch ist der Begriff der Vereinbarung im praktischen Gebrauch erfreulicher als der der Regel, weil er den kommunikativen Prozeß deutlicher macht und die Identifikation damit erleichtert.

Wir werden an dieser Stelle kein Regelwerk vorgeben, sondern nur Gedanken und Stichpunkte, die unseres Erachtens einfach dazugehören und die Euch bei der Niederlegung des Camp-Regel-Werks helfen sollen.

Stichpunkte für die Gebote des Ökocamp-Regeln-Werk:



Aufsteh- und Schlafenszeiten:

- wir halten uns an den Sonnenauf- und untergang
- wir vermeiden Wecker, stehen mit den „Hühnern“ auf und gehen zu Bett, wenn wir müde sind. Wir gehen sorgfältig mit unseren Energien um
- wir nehmen Rücksicht auf Andere (Teilnehmerkreis, Umfeld)
- wir beginnen den Tag mit einer gemeinsamen Aktion, einer Frühsportrunde, einem Morgenyoga, einem Großgruppenspiel

- wir beenden den Tag mit einer gemeinsamen Aktion, einem Großgruppenspiel, einer Gruppenmeditation, einem Gute-Nacht-Gespräch o.ä.



Waschen und Hygiene:

- wir gehen sorgfältig mit Energien und Rohstoffen um: Kaltes Wasser tut's auch
- zum Warm-Duschen gehen wir z.B. in's Freibad oder an einen Ort, wo die Ver- und Entsorgung kontrolliert und gewährleistet ist (einmal die Woche reicht wirklich)
- wir benutzen biologisch abbaubare Stoffe (Seife etc.)
- wir verzichten auf „Schönheitsprodukte“ (Schminke, Deo u.ä.)

Verpflegung:

- wir bemühen uns um eine vollwertige Ernährung, auch bei Zwischenmahlzeiten, Süßigkeiten etc.
- „Es wird nicht alles gegessen, was auf den Teller kommt!“. Jeder sollte jedoch alles probieren. Wir sind experimentierbereit
- wir ernähren uns vom Camp-Angebot, ggf. bemühen wir uns um eine Veränderung
- wir beteiligen uns soweit möglich und nötig an der Essenszubereitung
- wir vermeiden -soweit möglich- Abfälle und Müllaufkommen

Drogen:

- Alkohol und andere Drogen stören die Wahrnehmung und auch den Umgang miteinander z.T. extrem, vermindern unsere Energien und beeinträchtigen unsere Gesundheit bereits in geringen Dosierungen, deshalb:
- wir verringern / vermeiden alle Drogen wie Kaffee, schwarzen Tee, Alkohol, Nikotin, Medikamente
- wir rauchen (wenn überhaupt) nur an gesonderten Plätzen (Filterkippen sind Sondermüll!) und beeinträchtigen nicht die Umfeldqualität der Nichtraucher

Sozialer Umgang:

- wir teilen uns die tägliche Arbeit bei verschiedenen Tätigkeiten, Diensten etc. möglichst nach unseren/ihren Fähigkeiten und Fertigkeiten und unseren/ihren Wünschen ein
- wir nehmen Rücksicht auf die Natur und unsere Mitmenschen
- wir bemühen uns um eine hohe Kommunikation, nicht nur und auch im Konfliktfall
- wir versuchen uns gegenseitig bei der Umsetzung der Öko-Camp-Ziele zu helfen (durch freundliche Hinweise, Kooperation etc.)

3.2. Programmideen

Wie beschrieben stellt unser Ökocamp auch an die Programmgestaltung Ansprüche, welche in den ganzheitlichen und ökologischen Rahmen passen und ihn unterstreichen sollen.

So soll im Ökocamp kein blinder Aktionismus betrieben werden, sondern das ganze „Drumherum“ der einzelnen Programmangebote sollte in Übereinstimmung mit dem Ziel des Ökocamps stehen.

Das heißt z.B.:

- Nur mit ökologisch vertretbaren Materialien, wenig Energie und Müllaufkommen arbeiten.
- Nur sinnzusammenhängend und zielschlüssig arbeiten (Warum mache ich das?).
- Längerandauernde Projekte ermöglichen/in Angriff nehmen (Gruppendynamik).
- Spielangebote mit Wahrnehmungscharakter und Themenbezug anbieten.
- Inhalte von Workshops, Arbeitsgruppen etc. aufeinander und auf das Thema abstimmen.

Ideen für die Programmgestaltung von Ferienmaßnahmen gibt es soviel, daß eine komplette Auflistung gar nicht machbar ist und auch den Rahmen dieser Arbeitshilfe bei weitem sprengen würde. Zudem entwickelt jedes Team seine eigenen Vorstellungen, und jede Rahmenbedingung bringt neue „Blüten“ hervor.



Ohne auf die Methoden Rücksicht zu nehmen (siehe: **4. „Methoden und Aktions-einheiten - kurz vorgestellt“**), stellen wir nachfolgend eine Sammlung von Programmideen vor, an welcher Ihr Euch orientieren könnt.

Wir haben diese zur besseren Übersicht in grobe Raster unterteilt. Eine solche Strukturierung kann sich auch bei der Planung oder beim Angebot gegenüber den Teilnehmern/-innen als sehr hilfreich erweisen. Die Übersichtlichkeit erleichtert die Zuordnung von Teamern/-innen, die Einordnung in ein Programm raster, die Zuordnung zu Arbeitsgruppen usw..



Naturerkundung

- Spurensuche Umwelt (-belastung)
- Wasseruntersuchungen
- Wetterkunde
- Sonnenuhr
- Umweltparcours
- Müll sammeln und analysieren
- Pflanzen finden, bestimmen, nutzen
- Biotopgestaltung / Baumbeschnitt etc., > Unterstützung einer Initiative
- Tierbeobachtungen, -bestimmungen
- Besuch beim (biol. wirtschaft.) Bauern
- Besuch im Naturkostladen
- Besuch beim Förster
- Waldlehrpfad (Tiere und Pflanzen)

Werken

- Farben aus Naturmaterialien
- Basteln mit Naturmaterialien
- Papierherstellung
- Sägen und Schnitzen (Bsp.: Holzbestecke, Riesenxylophon)
- Gipsmasken
- Ton herstellen
- Collagen, Umweltkunst
- Steinskulpturen, Steinmännchen
- Lenkdrachenbau
- Nistkästenbau
- Wespennesterbau

Spiele(n) und Erfahr(ung)en

- Spiele aus Naturmaterialien bauen
- Spiele ohne Material entwickeln
- Erfahrungspfad, Tastparcours (vgl. Kückelhaus, Adr. im Anhang)
- weitere Wahrnehmungsspiele
- Interaktionsspiele
- Naturmemory

Nahrung und Ernährung

- Tees, Gewürze etc. selber herstellen
- Naturkraut-Salate und Suppen
- Vollwertküche: Einführung
- Keime und Sprossen ziehen > Naturküche
- natürlich konservieren, lagern
- siehe auch „Leben in und mit der Natur“, unten

Leben in und mit der Natur

- Hüttenbau, Feuerstelle
- Steinofenbau, Kochstelle
- Kühlungsanlage (am Bach)
- Floßbau
- Aufzug / Baumhaus
- Mini-Solaranlage
- Mini-Windkraftwerk

Engagement

- Müllverwertungsvorschläge
- Fragen zum Stadt- oder Dorfleben/ Konsumverhalten etc.
- Spurensuche, Lebensumfeld-erkundung
- Theaterspiel zum Thema Umwelt

Sport- und Bewegung

- z.B.:
- Morgen-Yoga (z.B. Sonnengruß)
 - Langlauf, Skilanglauf
 - Entspannung und Meditation (Autog.Training, bioenerg. Arbeit etc.)
 - Wandern, Walking, Woggen
 - Klettern (mit Übungsleiter!)

Beispiel für eine Vorplanung des Programms



M O N T A G

Zeit	Inhalt	Method. Rahmen (vgl. 4.) Darstellungsform	Bemerkungen
mittags	Ankunft, Zeltaufbau kleiner Imbiß, von einem Team vorbereitet	ggf. als Wettspiel anlegen od. mehrere Gruppen <i>füreinander</i> arbeiten lassen	
nachmittags	Vorstellung, Organisatorisches, Flagge malen und hissen Erkundung der Umgebung	Großgruppe und Kleingruppen Planspiel, Geländeralley	
abends	Abendessen Lagerregeln, Erwartungen, Pläne, Tagesabschlußplenum Abschlußgeschichte, Nachtruhe	normal mit Vollwertaspekt Kleingruppen, danach alle kurze Entertainment-Show des Teams bei Bedarf in Kleingruppen	
morgens	Angebote für wache Leute: 1. „Morgenyoga“ 2. „Apfelschorle und Aufwachlauf“ 3. „Kreativkreis: Verrückt beginnen,“ Frühstück 1. Floßbau 2. Naturerkundung I: Essbare Pflanzen 3. Papier selbst hergestellt 4. Projekt „Konsumwahnsinn“	Workshop, offenes Angebot od. Ringveranstaltung vollwertige Frühstücksideen I 1. Arbeitsgruppe „Wasser“ 2. Ringveranstaltung 3. Workshop 4. Projekt, Zukunftswerkstatt	
mittags	Mittagessen Mittagsruhe Autogenes Training und Entspannung	ggf. mit „Ergebnissen der Naturerkundung“ Einführung zur Ringveranstaltung	
nachmittags	1. Fortführung Floßbau 2. Beendung „Papier selbst hergestellt“ 3. Fortführung Projekt „Konsumwahnsinn“ 4. Freiraum: Ausgabe Spielmaterialien	3. Projekt, Umfelderkundung	

Fortsetzung nächste Seite

	Zeit	Inhalt	Method. Rahmen (vgl. 4.) Darstellungsform	Bemerkungen
D I E N S T A G		Neue Spiele draußen - vorgestellt parallel: Vorbereitung Lagerpresse	Kleingruppen / Großgruppe Arbeitsgruppe „Presse“	
	abends	Abendessen 1. Redaktionssitzung Lagerpresse 2. Lagerfeuer / Singen / Geschichten Lagernews zur guten Nacht durch die Presse-AG Abschlußgeschichte oder Entspannung, Nachtruhe	AG offenes Angebot nach Bedarf Ringveranstaltung	
M I T T W O C H	morgens	Angebot für wache Leute (s. oben) Frühstück	vollwertiges Fitmacherfrühstück II	
	bis abends	Tagesausflug mit Bahn und Bus, Tropfsteinhöhlenwanderung, Mineralienausstellung, Bootstour oder alternativ Schnupper-Schnellkurs „Felsklettern“ mittags: Salat/Käsebuffett, „griechisch“	- parallel ggf. Gruppenaufgabe: „Reise-Öko-Check“ - Materialsammlung des Projekts „Konsumwahnsinn“ - AG Lagerpresse	
	abends	warmes Abendessen 1. Freies Angebot: Brett- u. Gruppenspiele 2. Autogenes Training und Entspannung 3. Zwischentreff Projekt „Konsumwahnsinn“ Lagerzeitung -Vorstellung ganz kurzes Großgruppenspiel Abschlußgeschichte Nachtruhe	1. offenes Angebot 2. Ringveranstaltung 3. Projekt bei Bedarf ggf. in Komb. m. WS „Papier“	
	morgens	Angebot für wache Leute Frühstück Saubermänner/-frauen / Lagerharke / Müllabfuhr 1. Wasseruntersuchung 2. Naturerkundung II: Tasten, Riechen, Schmecken 3. Weiterführung Projekt „Konsumwahnsinn“ 4. Naturkost - Biolüge und Öko-Schwindel ?	mit Müllanalyse (>Projekt „Konsum“) 1. Arbeitsgruppe „Wasser“ 2. Ringveranstaltung 3. (Auswertung der Ergebnisse / Kooperation mit Lagerpresse) 4. Workshop	

Fortsetzung nächste Seite

D O N N E R S T A G

Zeit	Inhalt	Method. Rahmen (vgl. 4.) Darstellungsform	Bemerkungen
mittags	Mittagessen Mittagsruhe Entspannung Weiterführung WS Naturkost	Ringveranstaltung > Übergang zu einer Arbeitsgruppe	
nachmittags	1. Weiterführung „Naturkost“ 2. Tasten, Riechen, Schmecken - Parcours 3. Energie Freizeit	1. AG 2. Übergang in einen Workshop 3. Workshop	
abends	Abendessen Vorbereitung einer Disko Disko mit Einlagen Nachtruhe	Infos der AG Naturkost	

F R E I T A G

morgens	Angebote für wache Leute Frühstück 1. Interaktionsspiele mit Problemlösungscharakter in KG für Alle 2. anschließend Erfahrungsaus- tausch	vollwertige Frühstücksideen I 1. offenes Gruppenangebot 2. Gesprächskreis	
mittags	Mittagessen Mittagsruhe Autogenes Training und Entspan- nung		
nachmittags	1. Fortführung Floßbau 2. Beendung „Papier selbst hergestellt“ 3. Fortführung Projekt „Konsum- wahnsinn“ 4. Freiraum: Ausgabe Spiel- materialien Neue Spiele draußen - vorgestellt parallel: Vorbereitung Lagerpresse	1. Arbeitsgruppe „Wasser“ 2. Workshop 3. Projekt, Umfelderkundung Kleingruppen / Großgruppe Arbeitsgruppe „Presse“	
abends	Abendessen Weiterführung Naturkost Vorbereitung Abschlußtag/abend Vorbereitung „Floßregatta“ Abschlußgeschichte oder Entspannung Nachtruhe	AG alle Angebotsgruppen Arbeitsgruppe Wasser nach Bedarf Ringveranstaltung	

Fortsetzung nächste Seite

	Zeit	Inhalt	Method. Rahmen (vgl. 4.) Darstellungsform	Bemerkungen
S A M S T A G	morgens	Angebot für wache Leute (siehe oben) Frühstück	vollwertiges Fitmacherfrühstück II	
	bis nachmittags	Vorbereitung der Abschlußaktivitäten Vorbereitung „Präsentation“ aller Angebote		
	mittags	kalte Küche	Zubereitung Betreuer/innen	
	nachmittags	1. Stationenparcours mit Fragen und Aufgaben von allen Angebotsgruppen zu ihrem Thema 2. Floßregatta 3. Problemlösungsspiele mit Seilen etc. „Verliererehrung“	1. Stationslauf in Kleingr. 3. Selbstgefundene Kleingr.	
	abends	Abendessen Büfett in festlichem Rahmen mit anschließender Verlierer- und Siegerehrung Disco, Party, Lagerfeuer gemeinsame Aktion (fast) offenes Ende Nachtruhe		
S O N N T A G	morgens	Angebot für wache Leute Frühstück / Lunchpakete	vollwertiges Fitmacherfrühstück	
	bis mittags	Aufräumen, Abbauen, Saubermachen		
	nachmittags	Abschlußrunde Feedback für Teilnehmer/innen Feedback für Betreuer/innen	in der Großgruppe mit Möglichkeiten, Ergebnisse schriftlich zu fixieren	
		Abreise		

3.3. Stichworte zu den Themen Ökologie und Gesundheit

Auf den folgenden Seiten haben wir eine ganze Reihe von Stichworten gelistet, die bei einer Umfelderkundung oder einer Schwerpunktauswahl hilfreich sein können. Ergänzt sie nach Belieben!

Zu vielen einzelnen Punkten könnt Ihr Backgroundmaterial bekommen z.B. bei



- Bundesämtern
- Landesämtern
- überregionalen Initiativen (z.B. BUND, Greenpeace etc.)
- Umweltinitiativen vor Ort
- verschiedensten Stadtteilbürgerinitiativen
- Bürgerberatungsstellen
- Umweltämtern / Grünes Telefon
- Stichwort-Handbüchern / Umwelt-Lexika
- politischen Parteien
- Verbraucherzentralen
- Verbraucherberatungsstellen
- Verbrauchermagazinen (Testzeitungen u.ä.)
- Fachmagazinen
- Anbauverbänden des kontrolliert-biologischen bzw. dynamischen Landbaus

und anderen mehr.

Einige Adressen findet Ihr im Anhang dieser Arbeitshilfe.



A bfall, Abfallvermeidung
 Abwasserklärung
 Allzweckreiniger
 Altglas, -entsorgung
 Altpapier, -nutzung, -entsorgung
 Aluminium (folie)
 Arbeitsgruppen im Camp-Programm
 Artenvielfalt
 Asbesthaltige Baustoffe
 Außenwände

B atterien (-geräte)
 Baumbestand, -schutz
 Bauchemische Produkte
 Baustoffe aus Altstoffen
 Beleuchtung (-skörper)
 Beratungsangebote
 Bestecke und Geschirr (material)
 Bewegungsmöglichkeiten
 Bewegungsräume
 Bildschirmgeräte
 Bindemittel
 Blumen
 Blumenkästen
 Bodenbeläge
 Brauchwasser-Nutzung

Bürogeräte und -maschinen
 Büromaterialien
 Bushaltestellen
 Busverkehr

C hemiefasern
 Chemische Reinigungsmittel
 Computer
 Computertarbeitsplätze

D ämm-Maßnahmen
 Desinfektionsmittel, -reiniger
 Drucker
 Druckspüler
 Durchflußbegrenzer (WC)
 Duscharmaturen
 Düngung

E inweg
 Einkauf (-sweg/-stasche)
 Einhandmischer (Wasser)
 Elektrische Heizung
 Elektronisches Spielzeug
 Elektrogeräte
 Energie(sparen)
 Energieträger
 Entkalker im Haushalt
 Entsorgung
 Ernährung
 Erzeugung von Gütern
 Essensreste
 Ernte
 Emaille, farbig

F ahrradzubehör
 Fahrradstraßen, -anhänger
 Fahrgemeinschaften

Farben
 Fassadenreinigung
 Färben
 Fenster, -öffnung
 Filzstifte
 Fleckentfernen
 Flüssigwaschmittel
 Fußwege
 Fußgänger-Sicherheit
 Freizeitangebote

G arten
 Gartenabfälle
 Gehwegparken
 Geräusch-Belastung
 Geschirr
 Gifte
 Glas-und Fensterreiniger
 Glühlampen
 Grünanlagen
 Grillkohle
 Grüne Ampel für Kinder
 Gummiböden
 Gummibärchen

H ausapotheke
 Heizen
 Handspülmittel
 Holzschutz
 Holzverkleidung
 Holzverbrauch
 Holzkohle
 Höchstgeschwindigkeit
 Hygienepapiere

I nitiativen vor Ort
 Imprägnierungen
 Insektenschutz
 Isolierung (-smaterial)

J agd
Jute
Jugendzentren, -angebote

K affeereste (Dünger)
Kaffeemaschine
Kalkfarben
Klebstoffe
Klebstoffe für Bodenbeläge
Komposttoiletten
Krafträder
Kraftstoff
Kunststoffe
Kunsthharzlacke
Kunststoffbeläge
Küchengeräte und -maschinen
Kühlung
Kühlgeräte
Kunstraum, -material
Kunst aus Schrott

L acke
Leimfarben
Lösungsmittel
Lüften, Lüftung
Langeweile

M üll (-entsorgung)
Mückenstichsalbe
Mitmachaktionen
Malutensilien
Musikanlagen
Medikamente
Mehrkammer-Müllbehälter
Metalle
Mikrofasern

Mikrowellengeräte
Mistbeet

N aturfaser
Naturharzlacke
Natürlicher Pflanzenschutz
Naturnähe
Natürliche Nahrung/Ernährung
Natürliche Konservierung
Nitrolacke
Nintendo

Ö ffentlicher Personen-
(nah)verkehr

P apier (-nutzung, -sorten...)
Pflanzen
Pfleagemittel
Pigmentfarbe
Polyacryl
Polyamid
Polychlorid
Polyester
Polypropylen
Putzmittel

R adfahrwege / Radfahrstraßen
> etc. siehe Fahrrad
Raum je Person
Reinigungsgeräte
Rohre /-reinigung
Rostschutz
Radiogeräte

Sanitärreiniger
 Sanitäranlagen
 Schalldämmung
 Schädlingsbekämpfung
 Scheuermittel
 Schmierseife
 Senkung des Energiebedarfs
 Sicherheitsabstand
 Solaranlagen
 Spanplatten
 Sport in den Anlagen
 Sport in der Halle, auf Plätzen
 Sport, alternative Formen
 & Flächenbedarf
 Spielzeug
 Spielflächen
 Spielideen
 Spülkästen
 Stau
 Steinfußboden
 Synthetische Fasern

Tafel / Kreide
 Teereste / Kompost
 Textile Bodenbeläge
 Textilie
 Textiles Werken
 Textilentsorgung (Teflon)
 Textverarbeitung
 Turnhalle
 Thermostatarmaturen
 Tierhaltung
 Tierfutter
 Toiletten
 Toilettensteine
 Töpfe und Pfannen (-material)
 Transport und Verpackung von
 Gütern
 Tropenholz

Umweltzeichen
 Unfallgefahren

Verkehr (-sregelung)
 Verkehrssicherheit
 Verkehrsberuhigung
 Verpackungen
 Verwendung und Verzicht
 Vollwaschmittel
 Vollwerternährung

Waschen / Waschmittel
 Waschmaschinen
 Wäschetrocknung
 Wasserentsorgung
 Wasserspartaste
 Wasserstopper
 Wasserhahnaufsätze
 Wasserversorgung
 Wasserbelastung
 Wasser- u.a. Farben
 wasserlösliche Stoffe
 Wiederverwendung
 Warmwasserbereitung
 Warmwasserausnutzung
 Wärmepumpe
 WC-Reiniger
 Weichspüler
 Werbung

Zellulosefasern
 Zigaretten (-reste)
 Zeichenblöcke/ -utensilien
 Zusatzstoffe

3.4. Ernährung

Bereits an vorangegangener Stelle haben wir auf die Verpflegung, auf die Nahrung und Ernährung hingewiesen.

In einem ökologisch orientierten Camp muß auch diesem Punkt eine große Bedeutung beigemessen werden, denn



- die Nahrungsherstellung beeinflusst in hohem Maße ökologische Bedingungen (Stichworte: Gifteinsatz, Monokulturen, Transport- und Verpackungsaufwand, Entsorgung, Herstellung von Zusatzstoffen etc.)
- die Nahrungsaufnahme beeinflusst in hohem Maße den Gesundheitszustand, das allgemeine Wohlbefinden des Menschen (das betrifft sowohl die Art, die Menge und die Aufnahmeform der Nahrung)
- die Entsorgung von Nahrungsverpackungen u.ä. belastet in hohem Maße die natürliche Umwelt im Bereich der persönlichen Verantwortlichkeit.

Die Ernährung im Ökocamp sollte sich daran orientieren, möglichst

- verträglich für die natürliche Umwelt verarbeitet, verpackt etc. zu sein
- verträglich und gesund für die beteiligten Menschen zu sein.

Die Umstellung auf diese Ernährungsweise fällt vielen Menschen zunächst nicht leicht. Die meisten Familien kochen und haushalten in „herkömmlicher“ - wie sie sagen: „normaler“ - Form. Diese Art der „Küche“ ist jedoch meist stark umweltbelastend und im Vergleich zur naturköstlichen Vollwertkost unter gesundheitlichen Aspekten von minderwertiger Qualität. Den daraus manchmal resultierenden Streit zwischen „Körnerfressern“ und „Fleischfressern“ kennen wahrscheinlich viele von uns. Um den soll und kann es hier jedoch nicht gehen. Wir wollen in unserem Camp versuchen,

- einer natürlichen / naturköstlichen Vollwert-Nahrung so nahe wie möglich zu kommen (was das ist, wird nachfolgend näher erläutert)
- den Teilnehmern/-innen Beispiele für die Annäherung an eine solche Ernährung zu geben und
- ihnen Übertragungsmöglichkeiten für ihren Alltag (z.B. ihre Familie) vorstellen.

Vollkorn, Vollwert, Vegetarisch, Biologisch..... - da kenn' sich einer aus...?!

Mittlerweile kursieren eine Vielzahl von Begriffen auch auf dem Lebensmittelsektor, die sich auf die genannte Problematik beziehen. Wir wollen ganz kurz ein klein wenig Licht in diesen Dschungel bringen, ohne in die Tiefe zu gehen. Dazu empfehlen wir das interessante Schnüffeln in guten Kochbüchern (siehe: Anhang / Literatur) oder die Kontaktaufnahme mit einer Fachkraft: Vollwertkoch/-köchin, Ökothrophologin/-e).

Erst einmal verteilen wir eine „rote Karte“ für die Begriffe „Vollkorn“ und „biologisch“ bzw. „kontrolliert“ - sie sagen nichts über die geprüfte Qualität eines Lebensmittels aus. Dazu ein Beispiel: Ein Bauer „kontrolliert“ selbst seine „biologische“ Ware (die er auch selbst gespritzt und chemisch gedüngt hat), liefert sie zum Bäcker. Der legt in sein Brötchen aus Auszugsmehl („normales“, aber leider minderwertiges Weißmehl), neben vielen Zusatzstoffen einen geringeren Anteil Körner ein und fertig ist das „biologische Vollkornbrötchen aus kontrolliertem Anbau“. Ganz legal.

Zum Vergleich: Ein Vollwertbrötchen aus kontrolliert-biologischem Anbau ist etwas anderes. Der dieser Anbauform zugrunde liegende Begriff ist nämlich gesetzlich geschützt und anerkannt (abgekürzt kbA). Der Lieferant ist überprüft, gehört einem anerkannten Anbauverband an (z.B. Bioland, demeter, Naturland etc.). Der Bäcker benutzt keine synthetischen Zusatzstoffe und mahlt das Mehl frisch und aus dem ganzen Korn - so entsteht das Vollwertbrötchen aus kbA.

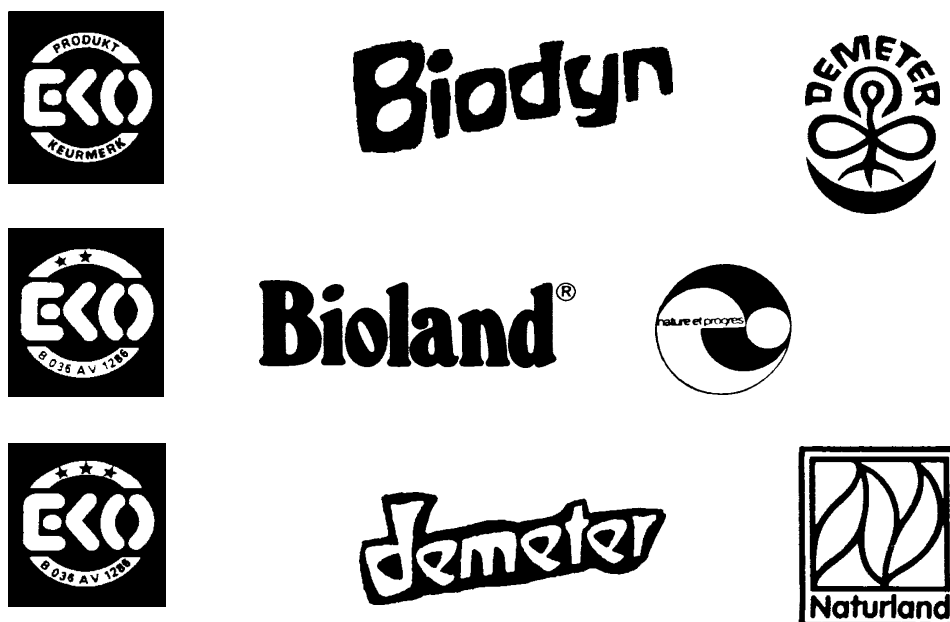


Abb 6: Markensymbole der Anbauverbände

Vollwertkost muß nicht vegetarische Kost sein. Es gibt allerlei Formen der Ernährung, bei denen auch auf verschiedene Komponenten verzichtet wird, wie z.B. auf Fleisch (vegetarisch / ovo-laktovegetabil) oder auf tierisches Eiweiß, d. h. primär Milchprodukte oder Eier (vegetarisch / vegan), oder gar Gekochtes oder Gebackenes (Rohkost). Auf jeweilige Besonderheiten, Vor- und Nachteile, können wir hier nicht näher eingehen. Wichtig ist uns in diesem Zusammenhang der Hinweis, daß fast jede Ernährungsform -bei guter Zusammenstellung- zu keiner Mangelerscheinung beim Menschen führt (das gilt nicht für Personen mit Krankheiten, die den Stoffwechsel stark beeinträchtigen).

Vorurteile?!

Vollwertkost heißt auch nicht Müsli-Futtern. Vielmehr gibt es viele ernährungsbewußte Menschen, die Müsli nicht ausstehen können. Sie bevorzugen andere Leckereien aus der reichhaltigen Palette an vollwertigen Gerichten, die die „Normalküche“ minderwertiger anbietet oder gar nicht zu bieten hat. Viele bekannte Gerichte lassen sich auch vollwertig(er) herstellen - ohne Mehraufwand an Geld und Zeit.

Vollwertkost benötigt in der Herstellung -insgesamt- nicht mehr Zeit als die Minderwertkost. „Insgesamt“ heißt hier, daß der Mehraufwand, wie das Mahlen von Getreide, ausgeglichen wird durch die Verminderung oder den Ausschluß zeitintensiver Fleischezubereitung. Bei einem Vergleich mit Fertig- oder Tiefkühlkost müssen natürlich andere Aspekte mit berücksichtigt werden (Zusatzstoffe, Müll, Anfahrtswege, Spaß und Erfahrung beim Kochen usw.).

Vollwertkost kostet zunächst nicht mehr Geld als Minderwertkost. Zum einen sättigt sie mehr, zum anderen befriedigt sie den Geschmackssinn stärker und macht vielfach teure „Kleinigkeiten zwischendurch“ überflüssig. Die Einschränkung oder der Verzicht auf Fleisch würde sie sogar günstiger werden lassen. Aus vielerlei Gründen ist allerdings kbA-Ware (z.T. wesentlich) teurer (geringere Produktionsmengen, mehr Kontrollen, weniger Monokulturen, größeres Anbaurisiko etc.). Viele Haushalte erzielen dann den Ausgleich über den Fleischverzicht.

Grundsätzlich müssen wir uns auch fragen: Wieviel ist uns unsere Ernährung wert? Kaufen wir einen neuen CD-Player, sehen wir evt. im Warentest-Heft nach und bedenken die Leistungen, Möglichkeiten und das „Innenleben“ des Gerätes. Aber tun wir das auch bei Lebensmitteln? Diese stellen wir nicht nur ins Regal, sondern verinnerlichen sie im wahrsten Sinne des Wortes - wir leben von ihnen! Wieviel sind wir uns selbst wert, wenn wir hier nachlässig und uninteressiert sind? Immerhin gibt es auch eine alte Weisheit, nach der „man ist, was man ißt“.

Nun können wir sicherlich nicht mit dem erhobenen Zeigefinger kommen und sagen, ab heute stellen wir die Ernährung radikal um - das täte unserem Körper nicht gut und würde, aufgrund der suchtähnlichen Wirkung vieler Stoffe (z.B. raffinierter Zucker), gar nicht so einfach funktionieren. Also versuchen wir, einer guten und ökologisch vertretbaren Ernährung Schritt für Schritt näher zu kommen.

Die meisten Vollwertkochbücher geben Hinweise für die Umstellungsphase. Innerhalb eines Camps sollten wir versuchen, mit „leichter Kost“ zu beginnen, d.h. z.B.:

- bekannte Gerichte mit vollwertigen Zutaten zubereiten (die Hemmschwelle gegen neu aussehendes, neu riechendes etc. ist erfahrungsgemäß groß)
- Getreide zunächst fein gemahlen oder geschrotet und nicht zu grob einzusetzen (der Darm ist häufig nur noch Auszugs- oder Fertigprodukte gewohnt)
- Getreidesorten mit besonderem Geschmack (z.B. Buchweizen) zunächst nur begrenzt zu nutzen (z.B. bei ausgesuchten Süßspeisen, in Mischungen u.ä.)
- etc.



Wir gehen gleich nochmals auf die Möglichkeiten der „kleinen Schritte“ ein.

Was ist gute Nahrung?

Neuere Vertreter der Vollwert-Ernährung haben fünf Wertstufen für Nahrungsmittel entworfen. Entscheidend ist hier der Verarbeitungsgrad - je öfter gekocht, mit Zusatzstoffen behandelt, homogenisiert etc. wird, desto mehr nimmt der Wert ab. Das gilt für Vitamine, Mineralstoffe und andere Nährstoffe in unseren Lebensmitteln.

Stufe I: Besonders empfehlenswert:

- Unveränderte Lebensmittel: gewaschen, gekühlt, geschälte Früchte (wenn Südfrüchte), entspelztes Getreide, geschälte Nüsse, Keime und Sprossen



Stufe II: Sehr empfehlenswert:

- Bearbeitete Lebensmittel: geschnitten, gehobelt, geraspelt, geschrotet, gemahlen, geschält, kaltgepresst (Öl), fermentiert mit Hilfe von Säurebakterien (z.B. Sauerkraut)

Stufe III: Empfehlenswert:

- Erhitzte Lebensmittel: blanchiert und eingefroren, im eigenen Saft gegart, gekocht, gebacken, pasteurisiert, mit hohem Druck gepreßt, zentrifugiert, getrocknet

Fortsetzung nächste Seite

Stufe IV: Weniger empfehlenswert:

- Verarbeitete Nahrungsmittel: Keime abgetrennt, gefiltert, gesiebt (Auszugsmehl), poliert (Reis), gebraten, geröstet, ultrahocherhitzt, sterilisiert, konserviert

Stufe V: Nicht empfehlenswert:

- Isolierte Nahrungsmittel und Fertigprodukte wie raffinierter Zucker, Limonaden, Eiweißpräparate

Abb. 7: Wert von Nahrung im 5-Stufen-Modell

Daraus folgt, daß wir etwa die Hälfte unserer täglichen Nahrung unerhitzt als Frischkost zu uns nehmen sollten - die andere Hälfte aus (möglichst schonend) gekochter und/oder gebackener Nahrung. Wer seine Ernährung eine Zeitlang entsprechend umstellt wird merken, wie gut er sich fühlt: Die Lebensgeister werden wacher, die müden Glieder beweglicher, die Schaffenskraft erweitert.

Hier nun haben wir -aus reichhaltiger Erfahrung- einige Tips zusammengestellt: Ohne großen Aufwand läßt sich vollwertige und ökologisch vertretbare Ernährung im Ökocamp umsetzen!



Tips für die Umstellung einzelner Lebensmittelkomponenten, z.B.:

- Vorzugs-/Rohmilch (vom Bauern)
- Honig (in größeren Mengen als Backhonig recht günstig)
- Rohzucker, Früchte, Fruchtsaft, Dicksaft
- Aufstriche ohne Zucker (Apfel-Birnen-Kraut, Fruchtaufstriche, Obstmuse, Carobprodukte, ungezuckerte Nußcremes)
- honiggesüßte Quarkspeisen, Obst, selbstgemachtes honiggesüßtes Eis, selbstgemachter Honig, gesüßter Pudding, süße Salate
- Gewürze, frisch od. getrocknet, Kräutersalz, Vollmeersalz

statt

- sterilisierte / ultrahoch-erhitzte / fettarme Milch
- Zucker, raffinierter Zucker in jeder Form
- Zucker, dto.

statt

- gezuckerte Konfitüren, Nougat-Cremes

statt

- Eis zum Nachtisch
- Kochsalz, (granulierte) Gewürzmischungen

<ul style="list-style-type: none"> • Vollwertmehl (am besten frisch gemahlen, aus kbA; ggf. als „Graumehl“-Mischung mit Auszugsmehl); dto. Schrot, Grütze • dto. Gries • Vollreis / Naturreis • Vollwertbackwaren • Vollwert- oder zumindest Graumehlnudeln • Säfte, Mineralwasser, Saftmixgetränke, honiggesüßte Fruchttetees • Trockenfrüchte (ungeschwefelt), Nüsse, Gebackenes, Obst u.a. • Frischwaren, lose • Salat oder Obst als Vorspeise • Grünkernschrot, angebraten • Getreidebratlinge (z.B. Grünkern) • Getreideklöße • Käse-/Gemüsefüllungen • paniertes Gemüse • wenn Fleisch, dann: frisches heimisches Geflügel- oder Rindfleisch • Fisch aus unbelastetem Süßwasser (Angelteich) • selbstangerührte Dressings, Saucen • gekörnte Gemüsebrühe und Gemüse für Gemüsebrühe, Saucenbasis etc. • deutsche bzw. heimische Ware • kaltgepreßte Öle (für Salate etc.) • Butter oder Naturkost-Margarine • ungehärtete Fette (z.B. Kokos) zum Braten 	<p>statt</p> <p>statt</p> <p>statt</p> <p>statt</p> <p>statt</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Weißmehl, Auszugsmehl • Auszugsgrieß • geschälter, polierter Reis • Backwaren aus Auszugsmehl • Weißmehlnudeln • gezuckerte Getränke, Kakaogetränke, Limonadenkonzentrate, Nektar u.ä. • gezuckerte Süßigkeiten • abgepackte Ware • Suppe oder anderes Gekochtes • gehacktes Fleisch (z.B. für Nudelsauce) • Fleischfrikadellen • Fleischklöße • Fleischfüllungen • paniertes Fleisch • Schweinefleisch, abgepackte Ware, ausländische Erzeugnisse • Hochsee-, See-, Flußfisch aus stark belasteten Gewässern • Fertigprodukte aus Flaschen, Tüten und Tuben, konvention. Ketchup • Fertigprodukte aus Gläsern, Tüten • Holland- oder Überseeware • erhitzte Fette • Margarine • Margarine, Butter oder minderwertige oder kaltgepreßte Öle zum Braten
---	---	---

Abb. 8

Tips für die Herstellung des Essens, z.B.:



- möglichst frisch zubereiten, keine lange Wartezeiten
- Reihenfolge beachten: z.B. erst Dressing, dann Salat oder erst Tomatensauce, dann Gemüse für die Pizza schneiden (unnötiger Vitaminverlust bei Wartezeiten - auch wenn das Backen noch weitere Vitamine zerstört)
- Gemüse in möglichst wenig Wasser schonend garen, Wasser nochmals nutzen (für Brühe, zum Ablöschen von Saucen-Basis etc. - Gemüsewasser enthält viele Vitamine)
- statt Eier (als Bindemittel) auch Soja-, Guarkern- oder Johannesbrotmehl einsetzen (gibt's im Naturkostladen - sehr ergiebig),
- Gemüse, Nudeln, Kartoffeln etc. nicht sofort in Salz kochen, sondern erst zur Mitte des Garens/Kochens Brühe hinzugeben
- fertige Salate etc. bis kurz vor dem Verzehr zugedeckt lassen (sonst Vitaminverlust)
- Salate und Gemüse zum Waschen nicht im Wasser liegen lassen (sonst Vitaminverlust)
- rohes Fleisch, Geflügel und Eier dürfen nicht mit anderen Lebensmitteln in Berührung kommen (Hände und Geräte waschen, sonst Infektionsgefahr, z.B. Salmonellen); Hackfleisch und Geschnetzeltes maximal 6 Std. im Kühlschrank aufbewahren; beschädigte Eier wegwerfen; Speisen mit Ei und Fleisch nicht vor Erhitzen probieren / naschen
- Keimlinge und Sprossen stets gut spülen, bei bestimmten Sorten vor dem Verzehr mit kochendem Wasser blanchieren (siehe Literaturhinweis)

Tips für die Zusammenstellung von Gerichten, z.B.:

- in der Essenfolge mit leichtem und schnell verdaulichem Essen beginnen (Obst, Salat, Rohkost), dann schwer Verdauliches (Fleisch, fette Gerichte)
- unterschiedliche Salate oder andere Rohkostlichkeiten vor jeder Mahlzeit zur Gewohnheit werden lassen
- Salate durch verschiedene Dressings, Öl / Essig-Saucen etc. attraktiver machen
- frisches Gemüse auch zum Abendbrot mit anbieten
- unterschiedliche Getreidesorten im Buffett präsentieren und evt. dazu vorstellen (Infotafel, Getreideproben etc. - auch z.B. als Ergebnis eines Workshops)
- Getreiden zunächst fein mahlen, später erst gröbere Mahlgrade wählen
- Mehlsorten mit besonderem Geschmack (Reis, Buchweizen o.ä.) zunächst mit bekannten Sorten (Weizen, Dinkel, Roggen) mischen
- die Geschmacksgewohnheiten nicht radikal zu ändern versuchen - Mischungen bei der Auswahl von Getreiden, Gemüsen etc. zunächst vorziehen



Kleine Kochwettbewerbe und die Beteiligung der Teilnehmer/innen an der (sich entwickelnden) Vollwertküche erleichtern die Akzeptanz, können Programmbestandteil sein und besonders phantasievolle Produkte hervorbringen!

Literaturtips zur Vollwerternährung (mit Kindern und Jugendlichen) sind im **Anhang / Kapitel 7** zu finden!



4. Methoden und Aktionseinheiten - kurz vorgestellt

Bei der Planung eines Ferienfreizeitprogrammes kommen i.d.R. verschiedene Angebotsformen zum Tragen. Insbesondere bei einem „Themen-Camp“ bietet es sich an, unterschiedliche Formen der Freizeit- und Themenbeschäftigung gezielt aufzugreifen.

Damit werden wir den variierenden Anforderungen bestimmter Gruppen, Tagesabläufe und Inhaltspunkte gerecht. Gleichsam eröffnet ein so strukturiertes Programmraaster die Möglichkeit, gezielt zwischen verschiedenen, großen und kleinen Angeboten, auswählen zu können. Diese Auswahl kann im Camp selbst, oder bereits während eines Vorbereitungstreffens vorgenommen werden. Auf diesem Wege wird auch die Vorbereitung für Betreuer, Teamer und Referenten/-innen erleichtert.

Nachfolgend stellen wir insgesamt sechs unterschiedliche Programmrahmen vor, in die wir Themen und Tagesabläufe einfügen können. Sie können miteinander kombiniert werden, sich eigenständig entwickeln oder aufeinander aufbauen. Für viele mag diese Vorstellung Hausbackenes beinhalten - für nicht wenige mag sie in ihrer Übersicht (nochmals) hilfreich sein. Wir stellen vor:

1. Projektarbeit
2. Zukunftswerkstatt
3. Umfelderkundung
4. Workshop
5. Ringveranstaltung
6. Outdoor und Solo



Abb. 9: Natur-Workshop

4.1. Projektarbeit: „Konzeptvolles Arbeiten statt Flickwerk“

Von der Projektmethode hat bestimmt jede und jeder schon gehört. Und sicherlich haben verschiedene Leute ebenso unterschiedliche Erfahrungen damit gemacht.

Sie wird auch in der Schule und in der gängigen Gruppenarbeit praktiziert, eignet sich aber auch hervorragend für eine mehrtägige gemeinsame Aktion wie ein Feriencamp. Hier kann das Projekt z.B. ein umfangreicheres Thema (Bsp: Müllaufkommen) aufgreifen und über mehrere Stunden am Tag stattfinden.

Durch Projektarbeit soll ein gemeinsamer Lernprozeß vollzogen werden.

Drei Punkte sind hier von zentraler Bedeutung:

1. **Selbstbetroffenheit** (Die Teilnehmer/-innen sollen persönlich vom bearbeiteten Thema, Problem oder Inhalt betroffen oder daran interessiert sein. Ein „aufgesetzter“ Projektinhalt läßt sich nicht erfolversprechend umsetzen).
2. **Selbstorganisation** (Die Teilnehmer/-innen sollen in möglichst allen - zumindest möglichst vielen - Projektschritten selbständig und eigenverantwortlich handeln lernen. Hier ist auch das Auspendeln eigener und allgemeiner Interessen von großer Bedeutung)
3. **Selbstbestimmung** (Die Teilnehmer/-innen sollen in möglichst allen Momenten des Projekts Arbeitsweisen und -formen selbst bestimmen: Inhaltliche Schwerpunktlegung, Zielbestimmung, Methoden, Zeitabläufe etc.).

Diese Punkte lassen sich oftmals nur qualvoll und nervenaufreibend in klassischer Form umsetzen. Vielfach benötigt das auch seine Zeit - wenn wir diese in unserem „Kurzzeit-Camp“ nicht haben, müssen wir eben Kompromisse eingehen und einige Dinge bereits vorbereiten und vorgeben.

Wichtig ist zu klären, ob das Projekt **prozeßorientiert** oder **zielorientiert** sein soll. Was heißt das?

- Bei einem **prozeßorientierten** Projekt steht das Miteinander-Arbeiten im Vordergrund. Da geht es darum zu lernen, wie dieses oder jenes bewerkstelligt werden kann, wie sich die Gruppe in kritischen Momenten und bei Problemen zueinander und nach außen stellt etc..
- Ist das Projekt **zielorientiert** angelegt, wollen die Teilnehmer/-innen bei Abschluß des Projektes ein Produkt vorweisen (z.B. einen Videofilm, eine Ausstellung, einen politischen Erfolg, ein Bauwerk etc.). Man spricht hier auch von *Produktorientiertheit*.

Eine Vermischung beider Erwartungshaltungen schließt sich nicht aus - wichtig ist nur, daß die Erwartungen zu Beginn des Projektes geklärt werden und eine Gewichtung dieser beiden Projektcharaktere erfolgt. Arbeiten wir mit Kindern oder einer Gruppe, die sich nicht so gut kennt, wird zumeist die Produktorientiertheit überwiegen, während in einer Lerngruppe oder einer „festen Gang“ der Prozeß des Tuns leichter in den Mittelpunkt gerückt werden kann.

Praxis

Wichtige Merkmale in der praktischen Projektarbeit sind:



- Setzung möglichst angemessener Ziele (so schwer das auch ist), ggf. Einplanung einer Zielkorrektur im Arbeitsverlauf
- Aufnahme möglichst vieler Bedürfnisse der Teilnehmer/-innen
- Möglichkeit hoher Gleichberechtigung aller Beteiligten
- Aufnahme möglichst vieler Erfahrungen der Teilnehmer/-innen
- Verwendung von möglichst viel aktuellem Material, Einholen von diesem Material durch die Teilnehmer/-innen
- Ermöglichung praktischer Arbeit / von Handlungsmöglichkeiten
- Einplanung von Entspannungsphasen (z.B. Phasen, in denen gespielt oder gefeiert wird)
- Ermöglichung von Kleingruppen-, Kleinstgruppen- und Einzelarbeit, um Kompetenzen, Fähigkeiten und Fertigkeiten optimal zu nutzen und/oder zu fördern
- Sicherstellung eines angemessenen und korrekten Informationsaustausches zwischen Kleingruppen

Zahlreiche Anlässe können zur Projektarbeit führen:

Hier kommt es darauf an, als Gruppenleitung sensibel dafür zu sein, welche Probleme, Interessen, Lebensumstände etc. bei den Teilnehmern/-innen gerade anliegen. Da ein Ferienlager meist keine längerfristige Themenerfassung ermöglicht, und wir uns mit unserem „Ökocamp“ eine Vorgabe gemacht haben, grenzen wir das Themenspektrum ein, sollten aber dennoch unterschiedlichste Vorschläge und Variationsmöglichkeiten in Betracht ziehen.



Abb.10: Projektanlässe

Das Projekt im Ferienlager kann auch aus einem besonders interessanten Workshop oder einem anderen Programmpunkt erwachsen, dessen Thema dann vertiefend bearbeitet wird. Für ein Projekt sollten unseres Erachtens mindestens drei Tage mit je drei bis vier Arbeitsstunden eingeplant werden.

Inhaltliche Beispiele für Projekte haben wir im Abschnitt 3.2. (Programmideen) vorgestellt.

4.2. Zukunftswerkstatt: „Vom Problem zur Tat“

Die Zukunftswerkstatt ist - richtig durchgeführt - eine wirkungsvolle Art, mit unterschiedlichen Menschen an einem konkreten Problem zu arbeiten und praktische Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Sie wird in vielen Bereichen eingesetzt - sowohl spielerisch, als auch wissenschaftlich und zur Lösung ernsthafter Probleme. Mit ihrer Hilfe können Gruppen besser

- Probleme formulieren und ordnen
- Lösungsansätze entwickeln und bewerten
- Strategien für die Praxis entwerfen.

Die Zukunftswerkstatt vollzieht sich in bestimmten Phasen (siehe Abb. 11, folgende Seite), deren Struktur helfen kann, den Überblick zu behalten, wenn Problemlagen und -aspekte uns zu überrollen drohen. Klar getrennt werden die Arbeitsschritte angegangen und dokumentiert, um in der nächsten oder übernächsten Phase darauf zurückzukommen. Wir haben hier als Beispiel das Thema „Gesunde Ernährung“ gewählt.



eigene
Notizen:

Phase der Zukunftswerkstatt	Aufgaben, Arbeiten, Inhalt	Beispiel Gesunde Ernährung
Vorbereitungsphase	Vorbereitung von Räumen, Material etc. Ankündigung an die Beteiligten	
Kritik,- Problem- oder Frustphase	Sammlung von Kritikstichworten, Auswahl d. wichtigsten Stichworte ggf. Erläuterung von Unklarheiten Auswahl von Themenkreisen, >Arbeitsgruppen, Schwerpunkten Dokumentation der wichtigsten Inhalte	Bsp.: Was beunruhigt uns, wenn wir Skandalmeldungen über Nahrung etc. hören / Verbindung Umweltverschmut- zung - Nahrung / "Man ist, was man ißt" - stimmt das und was hat das für Folgen?
Phantasie-, Utopie- oder Traumphase	Phantasieatmosphäre: Ideensammlung zu einer Zielbe- stimmung ohne „die Schere im Kopf“ / Zensur Schwerpunktlegung, Auswahl von Themenkreisen Dokumentation der wichtigsten Inhalte	Fragestellung: Wie sieht unser Traumbuffet aus? Wie sieht unser Traumgarten aus? Was bauen wir an? In welcher Umwelt liegt dieser Garten? Methodische Unterstützung, z.B. Traumreise/Meditation zu einem Garten, in dem wir uns wohl fühlen, gerne arbeiten etc.
Problemlösungs-, Bearbeitungs- oder Strategiephase	Konstruktion von Brücken zur Wirk- lichkeit; Forderungskatalog; Projekt- umriß, Verwirklichungsplan Bildung von Arbeitsgruppen, Ansprache von Kooperationspart- nern etc.	Konkreter Zugang auf relevan- te Orte: Einkaufsmöglichkeiten, Produ- zenten, Markt, Camp-Küche, Teilnehmer/-innen (Eß- und Konsumgewohnheiten), Einhol- en von Info's, Bestandsauf- nahme, Forderungskatalog
Umsetzungsphase	Umsetzen von Forderungen in die Praxis Handwerkliche Gestaltung von Ein- zelvorhaben u.ä.	z.B. Umgestaltung von Spei- seplänen, Flugblattaktionen, Kochbucherstellung, Tip-Liste etc., Vollwertbuffet usw. anbieten
Nachbereitungs- phase	Festlegung langfristiger Ziele Entwurf einer kontinuierlichen Arbeit Dokumentation	z.B. Bildung einer sich regel- mäßig treffenden AG Ernäh- rung und Gesundheit o.ä.

Abb.11:

Werkstattmodell nach R. Jungk, verändert durch a&w; fettgedruckt Kernbereich der Zukunftswerkstatt

4.3. Spurensuche, Umfelderkundung

Ebenfalls hervorragend geeignet zur Bearbeitung konkreter Vorhaben ist die Spurensuche. Kurz gesagt wird hierbei ein bestimmtes Lebensfeld - hier z.B. die Umgebung des Camps - unter die kritische Lupe genommen.

Nachdem wir Themenschwerpunkte und Einzelbereiche festgelegt haben, machen wir uns auf den Weg und suchen nach entsprechenden Anhaltspunkten, bedeutungsvollen Umfelddetails und auch Meinungen von Betroffenen.

Das geschieht z.B. anhand von:

- Checklisten
- Interviews
- Kamera (Foto und Video)
- Archiven, vorhandenen Berichten, bestehendem Datenmaterial

In der Regel sind es Kleingruppen von zwei bis drei Personen, die sich speziell um bestimmte Teile der Spurensuche kümmern. Zur Verdeutlichung hier ein Beispiel:

Bsp.: Spurensuche Naturzerstörung

Untersuchung der Umgebung des Ökocamps sowie des Camps selber



Teilbereich	Spezielle Frage	Hilfsmittel	notwendiges Material	Hilfe	Zuständig
Materialien des Camps	Umweltverträglichkeit	Checkliste, Foto	Liste, Kamera	Teamer, Orga-Team	Dirk, Hans
	Müllentsorgung, Recycling	Interviews, Checkliste, Foto	Recorder, Fragenliste, Fotokamera	Orga-Team	Michaela, Jörg
Nahrung im Camp	Herkunft	Checkliste, Interview	Kamera, Liste	Küchen-Team	Fritz und Franz
Landwirtschaft um das Camp	Pflanzenarten	Checkliste	Liste	Umweltladen, Bauer	Moni, Thomas
	Gifteinbringung	Checkliste	Liste	Bauer	Miriam und Jari
Naturpflege um das Camp
...
...

Abb. 12: Aus den zusammengetragenen Ergebnissen wird dann ein Aufgabenkatalog zur Veränderung bestehender Mißstände entwickelt. In einem weiteren Schritt können dann konkrete Veränderungsmaßnahmen gestartet werden, insofern das im Camp konkret möglich ist - ansonsten wird z.B. eine "Tip-Liste" für zuhause und kommende Ferienreisen erarbeitet.

4.4. Workshop

Als Workshop bezeichnen wir eine Arbeitseinheit, die deutlich überschaubar ist und einen in sich klar geschlossenen Rahmen bildet. Das heißt z.B., daß wir ein oder zweimal für 2-3 Stunden zu einem bestimmten Thema arbeiten.

Ein Workshop läßt sich in einen Camp-Rahmen besonders leicht einbauen - er umfaßt nämlich i.d.R. den Zeitrahmen, der sich vormittags oder nachmittags zwischen den Mahlzeiten oder eben noch nach dem Abendessen ergibt. Für einen Workshop eignen sich besonders Themenbereiche, in die die Teilnehmer/-innen mal eben hineinschnuppern sollen (z.B. Vorstellung einer Körperarbeitsmethode, Gesundes Frühstück, Tips für ein Lager draußen, kleinere Bastelprojekte)

4.5. Arbeitsgruppe

Wie der Name andeutet, bildet sich hier schon eine Gruppe, die über einen längeren Zeitraum zusammenarbeitet - sie nimmt sich eine größere Aufgabe vor.

Sie vereinigt u.U. mehrere Workshops - da werden mehrere, miteinander verbundene Dinge angegangen, die aufeinander aufbauen oder einfach nur thematisch miteinander verbunden sind, sowohl praktisch, als auch theoretisch. Eine Arbeitsgruppe kann sich sehr gut aus einem Workshop entwickeln. Die Treffzeiten sollten aus organisatorischen Gründen zu anderen Wahlangeboten parallel laufen, ohne die Arbeitsgruppenteilnehmern/-innen von jeglichen weiteren Betätigungsmöglichkeiten auszuschließen. Eine Arbeitsgruppe kann ihre Ergebnisse in die Camp-Praxis besonders gut einbringen und somit zu Veränderungen vor Ort beitragen.

4.6. Ringveranstaltung

Ein Ring ist ein Kreis, etwas immer wiederkehrendes. Dieser Sinnzusammenhang weist bereits auf diese Angebotsform hin.

Die Ringveranstaltung beschäftigt sich mit einem umfassenden Themenkreis, greift aber in der Einzelveranstaltung immer wieder ein neues Teilgebiet auf. Dieses kann jedesmal für sich stehen, so daß die Referentinnen, Teamer etc. jeweils wechseln können. In eine Ringveranstaltung können die Campteilnehmer hineinschnüffeln, Tips gegeben, Methoden vorstellen oder Gedanken erörtern. Für Leute, die vielfach teilnehmen, wird sich die Reihe als aufbauend erweisen, für Besucher/-innen von Einzelangeboten werden kurze Impulse möglich sein.

4.7. Outdoor und Solo

„Outdoor,, ist heute ein vielstrapazierter Begriff. „Draußen“ sein („vor der Tür“) wollen und sollen wir bei der Beschäftigung mit der Natur eh. Was aber geht darüber hinaus?



Unter „**Outdoor**-Aktionen“ verstehen wir umfangreichere Touren im Wald, im Gebirge, auf Flüssen, Wiesen und anderen erlebnisträchtigen Bereichen. Es geht um das Kennenlernen von den Faszinationen und auch Tücken der Natur, um das Meistern von Unwegsamkeiten und das Erlernen des sich Arrangierens mit den natürlichen Gegebenheiten. Das kann in Tagestouren, aber auch in mehrtägigen Aktionen eingebunden sein. In der Regel wird diese Erfahrung in Gruppen und unter Anleitung bzw. Betreuung von kompetenten Leitern/-innen gemacht (Outdoor-Reiseleiter/-innen, Übungsleiter/-innen für bestimmte Natursportarten).

Eine Besonderheit (oder eben Ausnahme) hierzu bietet sich im „**Solo**“ an. Wie der Begriff andeutet, geht es hierbei um das „Alleinsein“. Als fester Bestandteil sogenannter Outdoor-oder Erlebnis-Trainings wird beim „Solo“ eine festgelegte Zeit allein verbracht. Manchmal geht es um die Bewältigung einer Aufgabe, ein anderes mal um das einsame Verbringen einer Nacht oder eines Tages an einem bestimmten Platz (z.B. im Wald). Beim „Solo“ müssen und werden sich die Beteiligten noch mehr auf die Natur konzentrieren, weil sie i.d.R. kaum Materialien zur Hand bekommen und Bäume und Tiere als „einzige Nachbarn“ erkennen. Selbstverständlich bedarf es hierfür einer sorgfältigen Vorbereitung und einer entsprechenden persönlichen Reife des „Solisten oder der Solistin“. Die Betreuung bleibt als Zugriffsmöglichkeit auf Abruf erhalten. Auch ihr - der Betreuung - sind hierbei besondere Kompetenzen abgefordert. Sie sollte selber mit dieser Situation vertraut sein, die Örtlichkeiten genau kennen und Teilnehmer/-innen sicher und gezielt vorbereiten und begleiten können.



Abb. 13: Solo - sich allein in der Natur einrichten - unter Anleitung eine wertvolle Erfahrung

Kap. 5

5. Konkrete Vorbereitung

5.1. Von der Miete bis zum Material

In den vorhergegangenen Abschnitten sind die Inhalte und Teile der Organisation, Methoden und Aktionsvorschläge zum Programm eines Ökocamps bereits eingehend geschildert worden. Die nächsten Abschnitte behandeln die Vorbereitung des Ökocamps.

Bevor jedoch im Punkt 5.2. die Checkliste zur Vorbereitung eines erfolgreichen Ökocamps folgt, an dieser Stelle noch einige Gedanken zur Planung des Ökocamps: Die Vorbereitung und Durchführung eines Ökocamps, als auch einer anderen Großveranstaltung mit Übernachtungen, stellen höchste Ansprüche an das Organisationsteam.

Wer so etwas zum ersten Mal macht, sieht sich einem Berg von fast nicht zu bewältigenden Aufgaben gegenüber. Das fängt mit der Unterkunft an und hört bei der Stellung von Toilettenpapier auf. Dazu kommt noch die Planung und Durchführung eines anspruchsvollen Programmes. Anhand der Checkliste für die Vorbereitung wird Euch der „Berg“ deutlich werden. Hier empfehlen wir den Grundsatz: „Soviel wie möglich aus der Hand geben“

- an andere kompetente Partner,
- Eltern, Arbeitsgruppen, Funktionäre des Verbandes, des Vereins etc.
- kommerzielle Anbieter von Jugendgruppenreisen.



Bei der Planung von Ferienfreizeiten empfiehlt es sich, auf einen kommerziellen Anbieter von Jugendgruppenreisen zurückzugreifen. Je nach Angebot sind dann sämtliche organisatorischen Teile, wie Transfer, Stellung von Haus oder Zelten, Kücheneinrichtung, etc abgedeckt. Wichtig ist, daß die Programmregie immer noch und nur in unserer Hand liegt, und wir uns voll und ganz darauf konzentrieren können.

Es empfiehlt sich, ebenfalls Materialien zur Programmgestaltung wie Spielgeräte, Gesellschaftsspiele, Werkzeuge etc. von Jugendämtern, Wohlfahrtsverbänden und anderen, kommerziell arbeitenden Unternehmen auszuleihen. Die Materialien sind in der Regel versichert und müssen bei einem Defekt oder Verlust nicht ersetzt werden.

Jedoch: Genau informieren, schriftliche Unterlagen anfertigen (Verträge, Gesprächsnotizen, Quittungen). Das Anlegen eines eigenen Materiallagers ist mit viel Arbeit wie Wartung, Lagerung und Ausleihe verbunden.

Nach Möglichkeit sollten die Teilnehmer/-innen mit in die Planung einbezogen werden.

5.2. Checklisten für die Vorbereitung

Die konkrete Vorbereitung des Ökocamps läuft nach einer chronologisch gegliederten Checkliste ab.

Sie orientiert sich an den bisherigen Inhalten der Arbeitshilfe und gibt Querverweise zu den einzelnen Kapiteln. Die Checkliste ist auf die speziellen Anforderungen des Ökocamps zugeschnitten, ist aber auf andere Maßnahmen übertragbar.

Zeitraum von **10 - 8 Monaten** vor dem Ökocamp

Grundsätzliches:

- Warum wollen wir ein Ökocamp machen?
- Wen wollen wir erreichen?
- Wann ist die Maßnahme für uns gelungen?
- Wo sehen wir die größten Schwierigkeiten?
- Wer macht verbindlich als Betreuer mit?

Die Antworten auf diese Fragen, sind zentral im Hinblick auf die Motivation. Gerade die Form des Ökocamps als Ferienmaßnahme gewählt zu haben, muß allen beteiligten Planern und Betreuern klar sein und auch von Ihnen vertreten werden können.

Es muß ebenfalls unbedingt geklärt werden , wann das Ökocamp für das Planungs- und Betreuungsteam ein Erfolg ist/war.



Wie hoch werden die Maßstäbe gesetzt? Wo können Schwierigkeiten in der Verwirklichung der gesteckten Maßstäbe auftauchen? Gehen wir von unserem Anspruchslevel herunter oder steigern wir es noch?

Die Verbindlichkeit des Planungs- und Betreuungsteams ist maßgeblich für den Erfolg des Ökocamps. Denkt in diesem Zusammenhang auch an die rechtzeitige Terminplanung und Sonderurlaubsabfrage beim Arbeitgeber!

Informationen:

- Prospekte von Reiseveranstaltern anfordern!
- Bekannte, Kommunen, andere Träger, Fremdenverkehrsvereine, ausländische Botschaften, etc., anrufen, anschreiben, anfragen!

Viele kommerzielle Jugend- und Gruppenreisenanbieter sind bereit, sich mit Euch über das Thema Ökocamp auseinanderzusetzen. Sie haben die Zeichen der Zeit erkannt und unterstützen Euch bereitwillig bei der Planung, suchen nach geeigneten Plätzen, etc. Vorteil in der Zusammenarbeit mit kommerziellen Jugend- und Gruppenreisenanbietern ist, daß der ganze Bereich der Planung und Organisation von ihnen erledigt wird.

Entscheiden:

- Zeltlager / Festhaus
- Selbstverpflegung / Vollpension
- Land und Ort
- Altersgruppe und Anzahl der Teilnehmer/-innen

Je nach Angebotslage entscheiden (siehe hierzu 2.2. Kriterien im Grobraster, Punkt fünftens). Die Entscheidung hängt ebenfalls von den Angeboten ab und von der Frage, ob Ihr Euch in der Lage seht, die Teilnehmer/innen selbst zu verpflegen.

Selbstverpflegung in Zusammenarbeit mit den Teilnehmern/-innen ist eine spannende und lehrreiche Sache, mit hohem erzieherischem und emanzipatorischem Wert. Zudem ist immer eine Gruppe in einem Programmpunkt gebunden. Bei Selbstverpflegung muß mit einem Betrag von ca.10,- bis 12,-DM pro Tag und Teilnehmer/-in gerechnet werden.

Die Entscheidung über Land und Ort hängt u.a. auch von den finanziellen Mitteln ab. Bei Kindern sollten lange Anfahrten vermieden werden. Bei Jugendlichen ist das Reiseland von hoher Bedeutung. Nach Möglichkeit sollte eine Besichtigung des Objektes vorab erfolgen.

Die Altersspanne der Teilnehmer/-innen sollte vier Jahre nicht überschreiten, die Interessen und der Entwicklungsstand klaffen sonst zuweit auseinander (8 - 12 Jahre, 14 - 18 Jahre)

Um einen harmonischen und sozialverträglichen Ablauf des Ökocamps zu garantieren, sollte die Gruppenstärke nicht unter 10 und nicht über 40 Teilnehmer/-innen liegen. Je nach Programmintensität und Rahmenbedingungen muß der Betreuerschlüssel (Betreuer/-innen / Teilnehmer/-innen) eine gelungene Umsetzung realistisch machen.

Die beiden zuletzt genannten Punkte beziehen sich auf ein Ökocamp im Rahmen einer durchschnittlich dauernden Ferienfreizeit. Bei einer Wochenend- oder Kurzwochenveranstaltung einer Gruppe, eines Ortsvereines, eines Kreisverbandes oder Landesverbandes, spielt die Altersspanne und die Anzahl der Teilnehmer/-innen keine entscheidende Rolle mehr. Bei solchen Großveranstaltungen steht das Miteinander und die Identifikation mit dem Verband im Vordergrund, natürlich immer unter den genannten Aspekten für ein Ökocamp.

Informationen:

- Bahn / Bus / PKW / Fahrrad
- Angebote einholen

Auch hier gilt immer, umweltverträgliche Verkehrsmittel vorzuziehen:

- das Fahrrad dem Zug,
- der Zug dem Reisebus,
- der Reisebus dem Kleinbus,
- der Kleinbus dem PKW.

Beim Einholen der Angebote müssen unbedingt so viel Reiseunternehmen wie möglich kontaktiert werden. Die Preisspannen zwischen den Angeboten für einen Bus-transfer können bis zu 100% betragen.

Bei Busfahrten reicht die Typenbezeichnung „moderner Reisebus,, völlig aus. Es gilt auch hier, bei kommerziellen Jugend- und Gruppenreisenanbietern, Angebote einzuholen. Hier besteht öfteren die Möglichkeit der Mitfahrgelegenheit.

Information: Zuschüsse

- Jugendämter
- Kreisjugendämter
- Kreisverband
- Landesverband

Je nach Region ist die Antragstellung bei den Jugendämtern unterschiedlich. In der Regel reicht jedoch ein Telefonat oder ein kurzer Besuch, um die Kriterien für die Zuschussung zu bekommen. Ihr könnt mit dem Zuschussbetrag zwar eine Kalkulation erstellen, in der Regel werden die Gelder jedoch erst nach Abrechnung der Maßnahme zur Verfügung gestellt. Erklärt dem/der zuständigen Sachbearbeiter/-in Euer Anliegen genau und fragt, ob Gelder für ein Ökocamp zur Verfügung stehen.

Entscheidung:

- Finanzierung
- Fahrt / Unterbringung / Verpflegung / Programmkosten / Versicherung / Werbung
- Teilnahmebeitrag
- Hier muß eine Kalkulation mit allen anfallenden Kosten erstellt werden.



eigene
Notizen:

Zeitraum von **6 Monaten** vor dem Ökocamp

Ausschreibung / Prospekt:

- Zeitung
- Radio
- Flugblätter

Seit 1994 gilt das neue Pauschalreisegesetz. Als Arbeitshilfe empfehlen wir: "Das neue Reiserecht". Eine Arbeitshilfe für kirchliche und gemeinnützige, freie und kommunale Träger, für Sportvereine und Sportverbände und Veranstalter von Freizeiten und Reisen. Autoren: Wolfgang Christian und Wolfgang Wende, Herausgeber: Evangelisches Jugendferienwerk Rheinland / Westfalen e.V., Bundeshöhe 6, 42 28 5 Wuppertal.

Betreuervorbereitung - Konkrete Aufgabenverteilung für:

- Finanzen
- Verpflegung
- Programm
- Material

Es geht bei der Aufgabenverteilung darum, Ansprechpartner/-innen zu finden, welche gemäß der Idee Ökocamp, zu ihren Organisationsschwerpunkten arbeiten.

- Was kostet ein Vollwertessen pro Person pro Tag?
- Welche Küchenutensilien brauche ich dazu?
- Welche Programmpunkte passen zum Ökocamp?
- Lassen sie sich verwirklichen?
- Was wird benötigt?
- Was kommt bei den Teilnehmern/-innen an, was nicht?
- etc.



In dieser Phase ist es wichtig, über den Tellerrand hinauszuschauen und auf dritte Ansprechpartner, Organisationen, Verbände, Eltern, etc. zuzugehen, welche zum Gelingen des Ökocamps beitragen können. Die Ergebnisse der einzelnen Bereiche werden auf regelmäßigen Treffen vorgestellt und im Team besprochen.

Tagesablauf:

- Zeitraster, Essen, Nachtruhe, etc.
- Reinigungstrupp
- Lagerversammlung

Es empfiehlt sich, hier im Vorfeld weitestgehend genau zu planen und die Zeiten und Aufgabenfelder konkret zu bestimmen. Es erleichtert die Gesamtorganisation, die Programmplanung und den eventuellen Materialeinkauf enorm.

Programm:

- Rahmenprogramm Ökocamp
- Besonderheiten vor Ort
- Programmblöcke im Tagesverlauf

(siehe hierzu 2.1. und 3.2.)



eigene
Notizen:

Zeitraum von **4 Monaten** vor dem Ökocamp

Vorbereitungsfahrt:

- Persönlicher Kontakt zur Heim- bzw. Lagerleitung
- Bestandsaufnahme des Hauses / Zeltplatzes
- Freizeitmöglichkeiten
- Kontakte zu Naturschutzgruppen und -initiativen
- Kontakte zum Fremdenverkehrsverein
- Umweltprobleme vor Ort

Die Vorbereitungsfahrt dient der Kontrolle: Lassen sich alle gesteckten Ziele des Ökocamps auch realisieren? Müssen eventuell Abstriche gemacht werden oder kann der Level sogar noch höhergeschraubt werden?



eigene
Notizen:

5.3. Inhaltliche Zusammenarbeit mit Initiativen, Schulen, etc.

Wer sich auf die Planung und Durchführung eines Ökocamps stürzt, sollte sich sicher sein, ob er das gesteckte Ziel auch wirklich erreichen kann oder ob ihm zwischendurch die Puste ausgeht.

Das können wir im Vorfeld nie 100% wissen, doch gibt es andere qualifizierte Ansprechpartner, die uns unterstützen können.

Partner können unterschiedlichste Gruppen, Personen, Initiativen usw. sein. Auf der nachfolgenden Seite haben wir mögliche Partner und ihre Leistungen aufgelistet. Die Leistungen der einzelnen Stellen können dabei jeweils unterschiedlich und auch überschneidend sein.

Kooperationspartner können z.B.:

- „manche Türen öffnen“, zu denen wir ohne sie keinen Zugang hätten
- Fachwissen, -materialien, -fertigkeiten zur Verfügung stellen und so
- unsere eigenen Lücken an Kompetenz, Arbeitskraft, Kontaktadressen usw. schließen helfen. Das gilt sowohl für die Vorbereitung, als auch für die Durchführung, sowohl für theoretische, wie auch praktische Dinge.

Vielfach wirkt ein entstehendes Kontaktnetz wie im „Schneeballprinzip“ - einer, der z.B. einen kurzen Vortrag zum Thema „Biotop“ gestaltet, kennt dann wieder eine Initiative, die dazu praktisch arbeitet. Dort ist wieder eine Lehrerin engagiert, die kostenlos Materialien auftreibt und bei einem Unternehmer vor Ort, wegen eines kostenlosen Einsatzes eines Kleinbaggers für praktische Arbeiten der Teichaushebung vorspricht, usw. usw.. Vielfach (bei größeren Vorhaben bestimmt!) empfiehlt es sich, eine kurze Beschreibung des geplanten Projektes (Ziele, Verlaufsskizze, Begründung, mögliche Kooperationspartner, evt. Kostenplan u.a.m.) anzufertigen. Sie kann als Gedankenstütze und Arbeitspapier genutzt werden.

In Kapitel 5.2. (Punkt: Betreuervorbereitung - konkrete Aufgabenverteilung) gehen wir darauf ein, wie wichtig es ist, über den Tellerrand hinaus zu schauen. Ein Jugendverband und seine Veranstaltungen und somit auch das Ökocamp, lebt von seinen Mitgliedern, aber auch von den Ideen, dem Vermögen und der Kompetenz Dritter.

- Vielleicht ist gerade das Ökocamp, gemäß seiner Definition von Ökologie, „nämlich eine Beziehung zu den Lebewesen und seiner Umwelt einzugehen“, der erste Schritt zur Öffnung des eigenen Verbandes, eigener Initiativen und eigener Institutionen!





Kooperationspartner	Aufgaben, Leistungen, Tätigkeiten
<p>Initiativen Umweltläden, Umweltinitiativen (z.B. Regionalstelle oder Ortsgruppe des BUND, von Greenpeace o.ä.) spezifische Bürgerinitiativen Zusammenschlüsse von Initiativen und Selbsthilfegruppen Bildungs- und Begegnungszentren Gesundheitsinitiativen Sportvereine Jugendring, andere Jugendgruppen (insb. thematisch stark angebundene)</p> <p>Stadt (Ober)Bürgermeister/-in Schulamt Bürgerberatungsstelle Umweltberatung Abfallberatung Ordnungsamt Gartenamt/Amt für Grünflächen Amt für Abfallwirtschaft Amt für Forst-/Landwirtschaft Hochbauamt Stadtbücherei</p> <p>Kommerzielle und teilkommerzielle Anbieter Sparkassen und Banken (Öffentlichkeit und Werbung) Zusammenschlüsse/ Werbegemeinschaften des Einzelhandels Krankenkassen (Geschäftsführung, Abteilung Gesundheitsförderung) Outdoor- und Sportausrüster, Reiseveranstalter aus diesem Bereich Naturkostladen, Mühle, Gärtnerei Großküche Buchhandlungen, Schreibwarenhandlungen Baumärkte, Bauunternehmungen, Werkzeug- und Baustoffhandel</p> <p>Schule Schulleitung, stellvertr. Schulleitung Lehrerkollegium Vertrauenslehrer Schulamt, -beratungsstelle</p> <p>Weitere Hochschule, relevante Fachbereiche Künstler Politische Vertreter (Fraktionen, Jugend-, Sozialausschüsse*)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • unterstützt ideell, nimmt Fürsprache • unterstützt finanziell • unterstützt inhaltlich, berät fachlich • unterstützt das Design/Erscheinungsbild • stellt Kontakte her • stellt Flächen und Räume zur Verfügung • stellt Material, Werkzeug etc. zur Verfügung • stellt Arbeitskräfte und Service zur Verfügung • stellt Wissen, Tips zur Verfügung • stellt Kunstobjekte aus • stellt Büchertisch zur Verfügung • stellt langfristige Betreuung sicher • stellt Presseanwesenheit sicher • stellt Werbeflächen zur Verfügung • spricht Aktionspartner an • spricht Finanziers an • genehmigt Bauten, Umbauten • genehmigt Flächen- und Raumnutzungen • genehmigt Aktionen • ergänzt durch Aktionsprogramme • ergänzt durch Kursprogramme • ergänzt durch Info- / Büchertisch • verteilt Informationen • macht Werbung (verteilt Programme, hängt Plakate oder Broschüren aus etc.) • veranlaßt Pressemitteilungen • organisiert Pressekonferenzen • druckt Infos u.a. • erläutert das Projekt i.d. Öffentlichkeit <p><i>* z.T. sind je nach Stadt oder Land bzw. je nach Schule und Einrichtungen einzelne Stellen anders benannt oder anderen zugeordnet - vielfach hilft da ein Anruf bei der Bürgerberatungsstätte (Stadt) oder beim Sekretariat (Schule)</i></p>

Kap. 6

6. Auf- und Nachbereitung, Weiterführung und Ergänzung

Ganz am Anfang hatten wir uns die Frage gestellt, warum wir eigentlich dieses Ökocamp planen und veranstalten.

Nach Beendigung der Durchführung des Ökocamps stellt sich uns natürlich wieder eine Frage.

- Was machen wir jetzt damit?
- Mit dem begonnenen Sinneswandel bei der Ernährungsumstellung unserer Teilnehmer/-innen,
- mit den gebauten Nistkästen,
- mit den motivierten Jugendlichen,
- usw ?



Die Auf- und Nachbereitung einer pädagogischen Maßnahme gehört ebenso dazu, wie die Vorbereitung und die Durchführung selbst. Nur tun wir uns erfahrungsgemäß mit der Auf- und Nachbereitung, egal welcher Veranstaltung, sehr schwer. Sei es das Erstellen einer Dokumentation nach einer mehrtägigen Fahrradtour, oder nur das plumpe Aufräumen nach einer gut verlaufenden Feier.

- Die Maßnahme ist vorerst zu Ende.
- Den Beteiligten ist die Puste ausgegangen.
- Alle wollen schnell nach Hause.
- Es sind keine abschließenden oder neuen Ziele formuliert worden.



Die Auf- und Nachbereitung erfüllt zwei Zwecke:

- 1.** Zum einen können die Erfahrungen des Ökocamps, die Guten als auch die weniger Guten, gesammelt und als Erfahrungswerte mit in die Planung eines neuen Ökocamps oder anderer Veranstaltungen miteinfließen.

- 2.** Zum anderen bietet die Auf- und Nachbereitung die Chance, anderen Mitmenschen, Vereinen, Institutionen, z.B. durch eine Dokumentation, die Intention des Ökocamps näher zu bringen.

Vorsorglich sollten schon bei der Gesamtplanung des Ökocamps Personen- und Finanzbedarf für die Auf- und Nachbereitung mit eingeplant werden. Es ist ratsam, bereits im Vorfeld eine spezielle Kleingruppe zusammenzustellen oder Teile der Auf- und Nachbereitung in die Hand von Außenstehenden zu legen.

Zur Auf- und Nachbereitung können beim Ökocamp gehören:



- die Dokumentation des Ökocamps mit Fotos, Video, Pressebericht, Ausstellung, o.ä.
- eine Abschlusssitzung des Planungsteams, zwecks Formulierung neuer Ziele, neuer Aufgaben
- die Formulierung von Vorschlägen für Ergänzungsprojekte, die aus Zeit- oder Energiegründen während des Ökocamps nicht oder nur unzureichend bearbeitet wurden
- die Gründung einer AG-Ökocamp/Umwelterziehung, die sich regelmäßig trifft und sich mit den verschiedenen aufgeworfenen Fragen und Themen befaßt
- der Übertragungsversuch auf andere Maßnahmen, Seminare, Veranstaltungen
- der Versuch, mit anderen Institutionen zusammenzuarbeiten
- Erstellung verschiedener Praxis- / Arbeitshilfen für andere Gruppen, die ähnliches machen wollen.

Bei allen Arbeiten zur Auf- und Nachbereitung sollten zwei Dinge beachtet werden:



- 1.** Wir gönnen uns eine gute Ruhepause, belohnen uns für die geleistete Arbeit mit einem gemeinsamen Essen, einer kleinen Fahrt o.ä..

aber

Wir warten mit weiteren oder abschließenden Schritten nicht bis zu dem Zeitpunkt, an dem die Gruppenmitglieder, die Kooperationspartner und die Presse unser Ökocamp bereits wieder vergessen haben!












Anhang














7. Anhang

Literatur

Literatur bei der Erstellung der Arbeitshilfe




-  Art & weise, Gesellschaft für Gesundheitsförderung u.a., Münster: Konzeptmaterial 1995
-  Art & weise / Jürgen Sengebusch: Gruppen leiten, Dokumentation einer Mitarbeiterschulung
-  Birk, Doris u.a.: Das große GU-Vollwertkochbuch, s.u.
-  Cramer/Rhein/Sengebusch: Schaut Euch in die Augen, JRK LV-Westf.Lippe
-  Cornell, Josef Bharat: Mit Kindern die Natur Erleben, Landesregierung NRW
-  Diedrichs, Ulf: Vom Glück des Reisens, dtv
-  erleben und lernen; Zeitschrift für handlungsorientierte Pädagogik; Berlin 4/93
-  Geo Wissen, Sonderausgabe „Nahrung und Ernährung“; Hamburg 1990: Magersucht, Übergewicht, Fleisch, Allergien u.a.
-  Geißlinger, Hans: Die Imagination der Wirklichkeit, Campus Verlag
-  Hölzel, Sven: Freizeitpädagogik zwischen Gleichgültigkeit, Luchterhand Verlag
-  Heckmair / Michl: Erleben und Lernen, Luchterhand Verlag








-  Jugendrotkreuz Westfalen-Lippe / Jürgen Sengebusch: diverse Materialien zur Gesundheitsförderung und zum Projekt Body-&-Grips-Mobil
-  Keupp, Heiner u. Röhrle, Bernd (Hrsg.): Soziale Netzwerke; Campus Frankfurt, 1987
-  Mailer, Norman: Gespenster, Ullstein Verlag
-  „Natur“ das Umweltmagazin Nr.6/90, Axel Springer Verlag
-  Naturkost; Info-Schrift des Bundesverbandes Naturkost e.V.
-  „Rotpunkt“, Das Klettermagazin Nr 1/91, Zenit Pressevertrieb
-  Speichert, Horst & Brettschneider, ÖKORAT von A-Z, Frankfurt a.M 1990
-  Sperle/Wilken: Skisport mit Einsicht, Eigenvertrieb eventuell DAV München
-  Teegen, Frauke; siehe unten,
-  Umweltbundesamt, Berlin 1994: Umweltbewußt leben - Handbuch für den umweltbewußten Haushalt
-  Prävention, Zeitschrift für Gesundheitsförderung; Deutscher Bundesverlag GmbH, Postfach 12 03 80, Bonn
-  WHO, diverse Stellungnahmen und Veröffentlichungen
-  Der Zivildienst, Magazin für den Zivildienstleistenden, 10/89 - Bundesamt für den Zivildienst Köln



Literaturhinweise als Ergänzung hierzu







Allgemeines / Umwelt, Ökologie



-  Adler/Mackwitz: Öko-Tricks und Bioschwindel; Orac Verlag, Wien 1990: Analyse von zahlreichen Produkten, ihrem Marketing u.a., Alternativen und Ansätze globaler Überlebensstrategien

-  Friege, Hannelore u.a.: Chemie im Kinderzimmer; Reinbek 1986
-  Institut für Baubiologie Rosenheim; Wulf-Dietrich Rose: 1000 Tips zum gesunden Wohnen; Knauer
-  Katalyse-Umweltgrupp: Chemie im Haushalt; Reinbek 1988
-  Katalyse-Umweltgrupp: Das ökologische Heimwerkerbuch; Reinbek 1988
-  Kückelhaus, Hugo: Erfahrungsfeld zur Entfaltung der Sinne, Gelsenkirchen o.J.; > siehe Adressenliste „Erfahrungsfeld...“
-  Wemmer, Ulrich, Korczak, Dieter: Gesundheit in Gefahr: Daten-Report 1993/94 Fischer, Frankfurt a.M. 1994
-  Öko-Test; Zeitschrift

Gesundheit
















-  Becker, Robert O.: Heilkraft und Gefahren der Elektrizität; Scherz Verlag, München 1993: Chancen und Gefahren der Energiemedizin und die Gefahren des Elektromog
-  Gesundheit in Gefahr: Daten-Report 1993/94 Fischer, Frankfurt a.M. 1994
-  Hildebrand, Helmut : Lust am Leben, Brandes & Apsel, Frankfurt 1987, Gesundheitsförderung mit Jugendlichen / Idee- und Aktionshandbuch
-  IDIS: diverse Materialien, siehe unten
-  Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit NRW: Gesundheitsreport, Düsseldorf
-  Stumm, B. / Trojan A.: Gesundheit in der Stadt - Modelle, Erfahrungen, Perspektiven; Fischer, Frankfurt a/M. 1994

-  Teegen, Frauke: Ganzheitliche Gesundheit; rororo, Reinbek 1987: Grundlagen, Anleitungen, Tips, Historisches etc.
-  Moegling, Klaus: Alternative Bewegungskultur; fischer alternativ , Frankf.a.M. 1988; "Vom Leistungssport zur Ökologie des Leibes", Sportsoziologie, Beispiele, Grundlagen; und weitere Veröffentlichungen des Autors








Ernährung und Nahrung

-  Birk, Doris u.a.: Das große GU Vollwert-Kochbuch; Bd. I und II; Gräfe und Unzer; München 1991
-  Cox, Peter: Gesund und Fit ohne Fleisch; Heyne TB; München 1987
-  Danner, Helma / Eva-Maria Wowy: Das große Bio-Kinder-Kochbuch; bioverlag gesund leben; ISBN 3-922 434-09-6
-  Danner, Helma: Vollwertkost - was ist das ? Eine kleine Einführung in die Vollwertkost; Bioverlag. Gesund leben
-  Deutsche AIDS-Hilfe /Andrea Stute: Essen mit Lust; Berlin 1993
-  Die große GU-Nährwerttabelle; Gräfe und Unzer, München 1991
-  Richtig essen - Werbung vergessen. Verbraucher-Zentrale Hamburg e.V.; Hamburg 1986
-  Jargstorff, Sibylle: „Damit Du groß und stark wirst...“; Handbuch der Kinderernährung; Haldenwang 1985
-  Katalyse-Umweltgruppe: Chemie in Lebensmitteln; 2001 Verlag Frankfurt a.M. Analyse von zahlreichen Lebensmitteln, Handbuch
-  Katalyse-Umweltgruppe: Was wir alles schlucken. Zusatzstoffe in Lebensmitteln. Verbrauchertips; Rowohlt; reinbek
-  Kurz, Marey: Vollwertkost, die Kindern schmeckt; Gräfe und Unzer, München 1988

-  Schrot & Korn, Naturkostmagazin (erh. im Naturkostladen, i.d. R. kostenlos), monatl.
-  Vereinigung Getreide-, Markt- und Ernährungsforschung e.V. GMF, Kronprinzenstraße 51, Bonn: Die blaue Mappe - Materialien zum gesunden Schulfrühstück

Methodik, Didaktik, Jugendarbeit



-  Fachlexikon der Sozialen Arbeit, Deutscher Verein für öffentliche und private Fürsorge
-  Jostes, Monika / Weber, Reinhold: Projektlernen; Pahl-Rugenstein
-  Lothar J. Seiwert Das 1x1 des Zeitmanagements, Hrsg. Hardy Wagner/Lorenz P. Wolff
-  Opaschowski Horst: Verschiedene Freizeitstudien, BAT Freizeitforschung Hamburg
-  Zukunftswerkstatt

Notizen:

Eigene Literaturhinweise, Broschürentips und so weiter ...

Adressen, Selfservice-Adressenliste

Kontaktstellen für Material, Informationen, Referenten o.a.m.

Wir haben an dieser Stelle eine ganze Reihe von Kontaktstellen benannt, die möglicherweise bei der Vorbereitung und Durchführung eines Projektes hilfreich sein können. Die Adressenliste ist dabei bewußt mit „Löchern“ versehen worden, die der Leser bzw. die Leserin füllen möge - denn die Adressen vor Ort liegen bei der Erstellung dieser Arbeitshilfe natürlich nicht vor, jedes Projekt sieht etwas anders aus und benötigt unterschiedliche Ansprechpartner etc.. Also: ran an die Ergänzungen dieser „Self-Service-Liste! Die Vorgabe ist übrigens nicht alphabetisch, sondern grob inhaltlich strukturiert. Nehmt Euch zur Komplettierung und Bearbeitung bitte auch 5.3. (Kooperationspartner) hinzu.

Name	Adresse	Ort	Tel./Fax	Ansprechpartner	Bemerkungen, Angebot
Umwelt / Ökologie					
AUGE (Umweltberatungsgesellschaft mbH)	Christian-Förster-Str. 19	20253 Hamburg	040/407721 Fax: 492138		Broschüren, Forschung
BUND, Bund Umwelt und Naturschutz Deutschland e.V.	Im Rheingarten 7	53225 Bonn	0228/40097-0 FAX -40		Infos, Statements, Referenten
Katalyse-Institut	Weinsbergstr.190	50825 Köln	0221/ 5461055 Fax:545338		Veröffentlichungen, Referenten uvm.
<i>weitere überregionale Initiativen:</i>					

Name	Adresse	Ort	Tel./Fax	Ansprechpartner	Bemerkungen, Angebot
Jugendarbeit / Gesundheit					
AJS Aktion Jugendschutz Landesarbeitsstelle NRW e.V.	Hohenzollernring 85-87	Köln	0221/511075		Info: AJS-Forum, Fortbildungen u.ä.
Deutscher Kinderschutzbund e.V. Bundesgeschäftsstelle	Schiffgraben 29	30159 Hannover	0511 / 304850 Fax:3048549		Infos, Statements u.a.
Bundesvereinigung für Gesundheitserziehung e.V.	Viktoriastr. 28	Bonn			Infos, Bücher, Materialübersichten
IDIS, Institut für Dokumentation und Information, Sozialmedizin und öffentliches Gesundheitswesen	Westerfeldstr. 35-37,	Bielefeld			Ausbildungen, Broschüren, Recherche, Forschung
<i>Gesundheitsinitiven vor Ort:</i>					
<i>Krankenkassen (Abt. Gesundheitsförderung)</i>					
<i>siehe auch Kommunale Einrichtungen</i>					

Name	Adresse	Ort	Tel./Fax	Ansprechpartner	Bemerkungen, Angebot
Nahrung und Ernährung					
Fördergemeinschaft organisch-biologischer Land- und Gartenbau e.V. (Bioland)	Lange Straße 26	Heiningen			Infos zum kbA („Bio-Anbau“)
Biokreis Oberbayern e.V.	Rosensteig 13	Passau			Infos zum kbA („Bio-Anbau“)
Forschungsring für biologisch-dynamische Wirtschaftsweise e.V. (Demeter-Bund)	Baumschulenweg 11	Darmstadt			Infos zum kbA („Bio-Anbau“)
AID Auswertungs- und Informationsdienst für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten e.V.	Postfach 20 07 08	Bonn			Broschüren
Einrichtungen des Bundes					
Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten	Rochusstr.1	53123 Bonn	0228/529-0 FAX -4262		
Bundesministerium für Gesundheit	Am Propsthof 27 a	53121 Bonn	0228/941-0 FAX -2221		
Bundesministerium für Raumordnung, Bauwesen und Städtebau	Deichmanns Aue 31-37	35179 Bonn	0228/337-0 FAX -3060		

Name	Adresse	Ort	Tel./Fax	Ansprechpartner	Bemerkungen, Angebot
Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit	Kennedyallee 5	53175 Bonn	0228/305-0 FAX -3225		
Bundesgesundheitsamt	Thielallee 88	14195 Berlin	030/8308-0 FAX -2741		
Bundeszentrale für gesundh.Aufklärung BzGA	Ostmerheimerstr. 200	51109 Köln	0221/89921		
Umweltbundesamt	Bismarckplatz 1	14193 Berlin	030/89 03-0 FAX -2285 / -2085		Broschüren, u.a. Umweltbewußt Leben - Handbuch - kostenlos und sehr gut !
Kommunale / Öffentliche Einrichtungen					
Stadtverwaltung					
Bürgerberatungsstelle					
Bürgermeisteramt					
Stadtdirektion					
Jugendamt					
Medien-/Bildstelle					

Name	Adresse	Ort	Tel./Fax	Ansprechpartner	Bemerkungen, Angebot
Partner/ Initiativen vor Ort					
<i>Umweltladen</i>					
<i>Förderverein für Kunst u.ä.</i>					
<i>Ortsgruppen überregionaler Initiativen</i>					

Name	Adresse	Ort	Tel./Fax	Ansprechpartner	Bemerkungen, Angebot
<i>Banken und Sparkassen</i>					
<i>Einzelhandelsvertretung</i>					
Diverse					
Erfahrungsfeld zur Entfaltung der Sinne; Gemeinnützige Forschungs- und Bildungsgesellschaft mbH	Zeppelinallee 68	45883 Gelsenkirchen	0209 / 4 30 37		Informationen, Vorträge, Arbeiten zum Bereich Sinnesentfaltung nach Kückelhaus
Verbrauch / Konsum					
Stiftung Warentest					
Verbraucherverbände, Arbeitsgemeinschaft der V. e.V.	Heilsbachstr.20	53132 Bonn	0028/6489-0		Beratung, Kontakte, Infos

Name	Adresse	Ort	Tel./Fax	Ansprechpartner	Bemerkungen, Angebot
Verbraucherzentrale v.Ort:					
Verkehr					
Verkehrsclub Deutschland e.V.	Eifelstr.2	53119 Bonn	0228/98 58 50		Infos, Lobby auch für Fußgänger
Verkehrsverein vor Ort:					
Verkehrsberatung / Polizei vor Ort:					

Abbildungsverzeichnis

Abb	Quelle
1	<i>art & weise</i>
2	<i>,js / Jugendrotkreuz Westf.Lippe</i>
3	<i>Foto:J. Sengebusch</i>
4	<i>Foto: J.Sengebusch</i>
5	<i>Foto: Jugendrotkreuz Westf.Lippe</i>
6	<i>aus AGÖL-Info</i>
7	<i>js nach Gräfe und Unzer</i>
8	<i>js</i>
9	<i>Foto: Jugendrotkreuz Westf.Lippe</i>
10	<i>art & weise, js</i>
11	<i>art & weise, js</i>
12	<i>art & weise, js</i>
13	<i>art & weise, js</i>