abenteuerwerkstatt

Jugendhilfe & Soziale Arbeit gGmbH

TIMES

#22
Winter
2023

03 Vorwort

04-07 AW Gruppenaktionen

08-11 Nehbergs

12-13 Tagesgruppe

14-17 ambulante Hilfen

18-19 Fortbildung

20-22 Pädagogik

23-26 Ideen für zu Hause

27-28 Mitten aus dem Leben

29 neue Gesichter

30-31 Jahresrückblick

Vorwort

<< Allem Anfang wohnt ein Zauber inne...>>
(Hermann Hesse)

Liebe Eltern, Kinder und Jugendliche,

ein Traum wird wahr!

Im August hat die Abenteuerwerkstatt gGmbH das Jugendgästehaus Bergneustadt gekauft, und bekommt somit nun endlich ein eigenes Zuhause mit genügend Platz für unsere Kinder und Jugendlichen, einem traumhaften, riesengroßen Außengelände mit Blick auf die Aggertalsperre. Und mit genügend Platz für die Ideen und Träume, die im Moment noch in der Schublade schlummern. Wir freuen uns riesig 😀
Aber natürlich wird dies auch eine Zeit der Veränderungen, des Wachsens und der Herausforderungen. Aber so, wie Sie und wir unsere Mitarbeiter, unsere Kinder und Jugendlichen und auch deren Eltern (nämlich Sie!) kennen, werden wir auch dies gemeinsam schaffen! In der nächsten Times, im Sommer 2024, werden wir Ihnen dann ganz ausführlich zeigen und berichten, wie unser neues Zuhause aussieht, und was wir bis dahin alles geschafft und geschaffen haben. Eine aufregende Zeit ...

Aber es ist ja nicht so, als wenn es bei uns nicht auch einen „Alltag“ gibt, wenn man unsere Arbeit überhaupt so nennen kann ...
Ferienfreizeiten und -aktionen, die Projekte der Gruppen, neue KollegInnen, pädagogische Themen; einen Strauß, so bunt wie unsere Arbeit – all das finden Sie auch in dieser neuen Times wieder.

Wenn Sie diese neue Times Nr. 22 in den Händen halten, geht es schon mit großen Schritten auf Weihnachten und den Jahreswechsel zu. Ich hoffe, Ihr Jahr war genauso positiv und erlebnisreich wie unseres. Ich hoffe auch, Sie konnten die meisten Ihrer Ziele, oder was auch immer Sie sich für dieses nun bald vergangene Jahr vorgenommen haben, erreichen und umsetzen. Wir freuen uns jedenfalls, Sie und Euch auch weiterhin an unserer Seite zu haben, und gemeinsam Erfolge zu feiern und manchmal auch schwierige Zeiten zu meistern.

Ich wünsche Ihnen und Euch allen eine gute Zeit, und wenn es mal schwierig werden sollte, schaffen wir das zusammen. Und weiterhin wünsche ich Ihnen und Euch eine schöne (Vor-) Weihnachtszeit, einen guten Start ins neue Jahr und zwischendrin ein bisschen Zeit und Ruhe um mal durchzuschnaufen.

Ihr

AW Gruppenaktionen

Martha Dragon

Soft-Touch-Rugbyliga

Als wir im Frühjahr ankündigten, mit den Kindern und Jugendlichen eine Soft-Touch-Rugby-Mannschaft aufzustellen, gab es durchaus überraschte Nachfragen. „Rugby spielen mit den Kindern? Ist das nicht ein ziemlich wilder Sport?“ Keine Sorge – Soft-Touch-Rugby funktioniert etwas anders als normales Rugby: Hier zählt nicht Ausdauer, Größe oder Stärke, sondern Teamgeist und Taktik. Eine einfache Umklammerung des gegnerischen Spielers reicht nämlich, damit dieser stoppen und den Ball abgeben muss. Es gewinnt also das Team, das sich am besten abspricht und zusammenarbeitet.

Im März trafen sich zehn Spieler und Spielerinnen aus unseren verschiedenen Gruppen für das erste gemeinsame Training der Abenteuerwerkstatt-Lizards. Schnell wurde klar, welche Herausforderungen es in den nächsten Wochen zu meistern gab: Soft-Touch-Rugby ist eben weit mehr, als nur die Regeln des Spiels zu verstehen. Die Kinder und Jugendlichen mussten lernen, sich untereinander abzusprechen und Spielzüge zu planen, ohne zu streiten. Und auch, dass man die Anweisungen von Trainer und Schiedsrichter einfach mal ohne Diskussionen akzeptieren muss. Und sich vor jedem Training neu zu motivieren – denn natürlich können 90 Minuten auf dem Sportplatz bei teils sommerlichstem Wetter auch echt anstrengend werden. Da half es durchaus, dass bei jedem Training das Abenteuerwerkstatt-Cheerleading-Team am Spielfeldrand stand, die Lizards anfeuerte und am Ende Eis und Getränke spendierte. Nach dem Training war das Team erschöpft, aber sehr glücklich. „Ist zwar anstrengend, aber macht irgendwie auch Spaß!“, lautete das Feedback der Kinder und Jugendlichen.

Einen kleinen Dämpfer gab es nach dem wochenlangen Training freilich: Vier der fünf anderen Jugendhilfe-Einrichtungen, gegen die wir ab August in regelmäßigen Spielen antreten sollten, zogen ihre Anmeldung zurück. Wir machten das Beste daraus und trafen uns für ein Freundschaftsspiel mit dem verbliebenen Team. Die Familien der Spielerinnen und Spieler waren als Zuschauer eingeladen und ergänzten unser Getränkeangebot zur Freude aller Beteiligten mit Kuchen und leckeren Snacks. Nach einer Aufwärmrunde ging es schon los mit dem Spiel und unsere Mannschaft gab auf dem Feld ihr Bestes. Die Zuschauer feuerten sie dabei ordentlich an und machten zusammen mit dem Cheerleading-Team und Trommeln lautstark Stimmung.

Das harte Training zahlte sich aus: Am Ende stand es tatsächlich Unentschieden, sodass beide Mannschaften mit einem Grinsen vom Feld gehen konnten. Und da die Teams gut harmonierten, wurde bereits beschlossen, dass es ein Rückspiel geben wird. Bis zum nächsten Mal – wenn es wieder heißt: „GO, LIZARDS, GO!“

Der Weltkindertag in Gummersbach

Wenzel Boers

Am 16.09.2023 um 11:30 Uhr war es endlich wieder soweit, der 18. Gummersbacher Weltkindertag wurde eröffnet und wir waren dabei. Unter dem Motto „Tierparade“ gab es für kleine und große Gäste viele spannende Bewegungs- und Kreativspiele zum Ausprobieren und Mitmachen.

Unser geschmückter Stand lud zum Bogenschießen, Kinderschminken und geselligen Beisammensein ein. Ein Programm, welches von zahlreichen Besuchern gerne angenommen wurde. Der Applaus und die staunenden Blicke der Zuschauer beflügelten die Pfeile der Schütz*innen. Auch Kleinkinder und Rollstuhlfahrer*innen kamen auf ihre Kosten, indem sie im Tandem mit ihren Begleitern den Bogen spannten und das Ziel ins Visier nahmen. Umherstreunende Tiger, Giraffen und Blumenelfen deuteten auf eine wilde Safari hin. Ein toller Tag, der uns in Erinnerung bleibt.

Wenn alles funktioniert, können Sie uns auch nächstes Jahr im Innenhof der Moltkestraße 17, 51643 Gummersbach finden. Wir freuen uns jetzt schon 😀

Nehbergs

Bauernhofcamp 2.0 - Die Ferienfreizeit

Laura Brandenburger

Im Juli campierten wir eine Woche im nahegelegenen Waldbröl-Dickhausen auf dem Biobauernhof Schoepe. Auf einer großen Wiese, oberhalb des Hofes, schlugen wir unsere Zelte und unser Lager auf. Unsere „Piraten-Bauernhof-Freizeit“ konnte starten.
Zu Beginn batikten wir unsere eigenen Piraten-Kopftücher, die uns auf der gesamten Freizeit begleiteten. Am Dienstag nach unserem Outdoor-Frühstück begann unser Tag auf dem Bauernhof, wo wir bei den täglich anfallenden Aufgaben helfen konnten. Beim Kühe treiben, Kälbchen streicheln und tränken, melken und Trecker fahren hatten die Kinder unglaublich viel Spaß. Abends ließen wir den Tag am Lagerfeuer mit einer spannenden Piratengeschichte ausklingen.

Auch am dritten Tag verfolgten wir das Motto der Freizeit „Piraten“ und stachen in See, um dort einen geheimen Schatz auf einer Insel zu finden. Mit unseren selbstgebauten Piratenflaggen segelten wir los, bis zur besagten Insel und eroberten unseren Schatz, voller Leckereien.

Donnerstags ging es für uns nach Derschlag, um dort einen Tag im Gelände zu verbringen. Wir packten Pfeil und Bogen aus und schossen auf verschiedene Ziele. Zurück in unserem Camp bereiteten einige Kinder, mit Hilfe eines Pädagogen, das Abendessen für die Gruppe zu. Danach versammelten wir uns, wie jeden Abend, am Lagerfeuer, grillten Marshmellows und hörten gespannt der Piratengeschichte zu. Als es zu dämmern begann, rüsteten wir uns mit Taschenlampen und machten uns auf in den Wald. Dort wanderten wir in völliger Dunkelheit und lauschten den geheimnisvollen Geräuschen im Dickicht. In unserem Lager angekommen, ging es flott in die Schlafanzüge und Zelte.

Am Freitag, unserem letzten Tag, hieß es „Lagerabbau“. Gemeinsam bauten wir die Zelte und das Lager ab und bildeten am Ende eine Menschenkette, die über die Wiese ging und den übrig gebliebenen Müll einsammelte. Zufrieden und glücklich ging es zurück nach Derschlag, wo die Kinder von ihren Eltern in Empfang genommen wurden.

Eine schöne, aufregende und eine durch Schlafmangel geprägte Ferienfreizeit ging zu Ende. Dank des guten Wetters konnten wir viele Aktivitäten und Ausflüge unternehmen und das Gelände rund um den Hof auskosten. Das gute Miteinander trug dazu bei, dass viel gelacht wurde und die Stimmung meist ausgelassen war.

Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr und die vielen Abenteuer, die wir dort erleben!

Sommertage duften immer ein bisschen nach Glück!

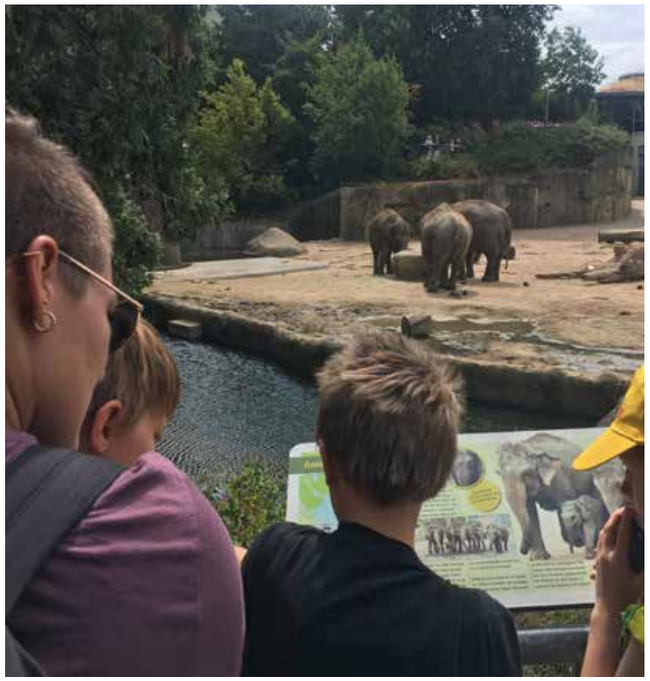
Martha Dragon

Geschafft! Wieder einmal hat die Outdoorgruppe Nehberg die kälteren Monate mit Lagerfeuer, dicken Jacken, viel Kakao und einer ordentlichen Portion Willensstärke überstanden. Im Frühjahr wurde das Fahrradprojekt mit dem Grande Finale, dem Benefiz Spring Cycling, abgeschlossen. Höchste Zeit also für das nächste Projekt: Schwimmen! Einmal die Woche ging es ins nahegelegene „Gumbala“ oder ins Hallenbad Olpe. Hach, da war es schön warm und beheizt … und die vielen Rutschen! Aber wir waren natürlich nicht nur zum Spaß da. Unter Anleitung der Gruppenpädagoginnen wurden Ausdauer, Schwimmtechnik und Tauchen geübt. Das Ergebnis kann sich sehen lassen: Alle machten tolle Fortschritte und einige Kinder konnten sogar erfolgreich die Prüfung für das Schwimmabzeichen „Bronze“ beim Bademeister ablegen. Gut gemacht, Nehbergs!

Ab Mitte des Jahres wurden die Temperaturen endlich wieder angenehmer und dann hieß es auch schon: „SCHOOL’S OUT! SOMMERFERIEEEEN!“ Diese wohlverdienten Ferien und die sonnigen Tage wurden ausgiebig genutzt: Mit dem Schwimmabzeichen am Rucksack besuchten wir viele Freibäder, Seen und Schwimmbäder in der Umgebung. Außerdem vertrieben wir uns die Zeit mit Tagesprojekten, die sich die Kinder selber aussuchen durften. Und was kamen da für tolle Ideen! Wir bastelten unter anderem mit Marmeladengläsern, Öl und Lebensmittelfarbe „Lavalampen“ - 90er-Jahre-Nostalgie für die Großen und ein toller Bastelspaß für die Kleinen. Auch fanden die Kinder heraus, wie man „Schleim“ ganz einfach selber herstellen kann. Ein anderes Mal brachte eine Kollegin eine große Ernte Weintrauben von ihrer Terrasse mit, die die Kinder mithilfe eines Dampfentsafters zu frischem Traubensaft verarbeiteten.

Neben diesen Tagesprojekten startete auch ein neues dauerhaftes Projekt: Das Wanderabzeichen. Bei Wind und Wetter entdecken die Nehbergs die Wanderwege der Umgebung und legen dabei von Wanderung zu Wanderung längere Strecken zurück. Auf den wöchentlichen Wanderungen fand bisher jedes Kind etwas, was ihm besonders gefallen hat: Manch einer vermerkte eifrig in seinem Notizbuch, welche Pflanzen und Tiere gesichtet wurden. Einige sammelten fleißig Müll auf und Andere nutzten die Zeit einfach, um Energie loszuwerden. Ganz nebenbei wurde bereits die ein oder andere spannende Höhle und Klettermöglichkeit entdeckt.

Natürlich standen auch verschiedene Tagesausflüge auf dem Programm, zum Beispiel ein Besuch im Panorama-Park im Sauerland. Dort hatten Groß und Klein viel Spaß auf der Sommerrodelbahn, den Teppich-Rutschen, dem Riesen-Trampolin und den Spiel- und Hüpfburgen. Bei einer Fahrt durch den Park mit der Bimmelbahn konnte man entspannen und die dort lebenden Tiere beobachten. Besonders interessant waren die Wölfe und die



frei herumlaufenden Rehe, die man aus der Hand füttern durfte. Tierlieb wie die Nehbergs sind, freuten sie sich auch über Besuche von Gruppenhund Loui und über den Ausflug nach Jedinghagen zu unseren Pferden. Liebevoll wurden die Pferde gebürstet, frisiert und am Ende abwechselnd geritten. Den ein oder anderen Tag verbrachten wir mit den Jugendlichen und PädagogInnen aus der Tagesgruppe ReSet Go. Zusammen fuhren wir ins Fort Fun ins Sauerland und probierten dort den ganzen Tag lang sämtliche Fahrgeschäfte und Achterbahnen aus – je wilder, desto besser! Deutlich gemütlicher ging es bei unserem gemeinsamen Ausflug im Kölner Zoo zu: Alle hatten viel Freude, Seehund, Elefant und Co. zu beobachten und nebenbei etwas über die exotischen Tiere zu lernen.

Bastelprojekte, Wanderabzeichen, Ausflüge – da wird einem ja ganz schwindelig! Keine Sorge: Es blieb auch genug Zeit für gemütliches Faulenzen auf der Wiese, Wasserbombenschlachten oder um einfach mal die Füße in unseren Bach zu halten. Nach diesem unbeschwerten Sommer gehen wir entspannt auf die kältere Jahreszeit zu und freuen uns wieder auf „Verstecken im Dunkeln“, Spielenachmittage, Schneeballschlachten und Lagerfeuer 😊

Tagesgruppe

Ederseecamp 2.0 - Die Ferienfreizeit

Selina Dörner

Weil's so schön war... Auch dieses Jahr ging es für uns nach Hessen an den Edersee, in den Nationalpark Kellerwald. Dieser bot uns bereits im vergangenen Jahr mit seiner einzigartigen Natur unbegrenzte Möglichkeiten, um Abenteuer zu erleben. Um die Vielzahl an Angeboten nutzen zu können, die uns diese wunderschöne Region Hessens eröffnet, campierten wir diesen Sommer sogar einen Tag länger als im Vorjahr. Sechs Tage lang durften wir den Jugendzeltplatz mit direktem Zugang zum Edersee unser Quartier nennen.

Bereits beim Ankommen wussten wir - unser Timing ist dieses Jahr perfekt. Anders als im letzten Jahr begrüßte uns kein Fluss mit sumpfgebietartigem Zugang, sondern vielmehr ein breiter See mit kleinem Privatkieselstrand. Bereits am ersten Abend, wurde der See von den Jugendlichen, nach einem anstrengenden Camp-Aufbau, zum Planschen genutzt. Trotz des guten Wasserstandes wurden uns auch dieses Jahr die Witterungsverhältnisse zum Verhängnis. Aufgrund überwiegender Trockenheit und starkem Wind, wurde für die gesamte Dauer unseres Aufenthalts, die Nutzung der Feuerstellen untersagt – zu groß war die Waldbrandgefahr. So fehlte das Knistern des wärmenden Feuers dieses Jahr allen sehr. Was uns jedoch nicht davon abhielt am Abend unser traditionelles „Werwölfe vom Düsterwald Spiel" - etwas dicker eingepackt und ohne die mystische Stimmung des lodernden Lagerfeuers - zu spielen.

Tagsüber erwartete die Jugendlichen ein abwechslungsreiches Programm. So konnten sie bei der anstehenden Kanu-Tour ihre Ausdauer und Anstrengungsbereitschaft beweisen oder in den verwirrenden Gängen eines großen Maislabyrinths ihre Orientierungsfähigkeit testen. Zudem begaben sich die Jugendlichen auf die Spuren des Goldes, von dem im Eisenberg der Stadt Korbach unglaubliche 1,2 bis 1,7 Tonnen vermutet werden. Nach einer spannenden Führung durch die dunkle Goldmine machten sich die Jugendlichen beim Goldwaschen selbst auf die Suche nach kleinen Schätzen. Mit großen Schalen, Lupen, Pinzetten und ganz viel Geduld gelang es ihnen kleinste Goldpartikel und wunderschön bunte Steinchen aus dem Wasser zu fischen. Sie durften als Andenken an den Edersee oder wie es einige Jugendliche planten, als Geldanlage, mit nach Hause genommen werden.

Am vorletzten Tag konnten sich die Jugendlichen aus verschiedenen Workshops wie Bogenschießen, Klettern im Kellerwald, Batiken, Tischtennis spielen und Armbänder knüpfen, ihre Zeit interessenbezogen gestalten. Eine gelungene, sonnige und abwechslungsreiche Ferienfreizeit neigte sich dem Ende zu. Am nächsten Tag bauten wir unser gemütliches Camp ab und verließen es, trotz der schönen Zeit, mit Vorfreude auf zu Hause.

Ambulante Hilfen

Das Hobbithaus - ein Projekt der Sozialen Gruppen

Wenzel Boers

Es ist endlich geschafft, das Hobbithaus steht und sieht unglaublich schön aus. Doch der Weg bis hierher war extrem steinig und hart. Absolut naiv und reichlich blauäugig setzten wir am 07.07.2022 den ersten Spatenstich. Vor Augen hatten wir das Auenland mit seinen Hobbits. Am Ende sollte ein typisches Hobbithaus unter der Erde mit runder Eingangstür entstehen. Um dieses Ziel zu erreichen, vereinten die Dienstags- und Mittwochsgruppen ihre Kräfte.

In den folgenden Monaten wurde mit der Schaufel, der Spitzhacke und dem Presslufthammer der Berg auf Seite geräumt. Langsam entstand ein großes Loch im Fels - doch auch immer mehr Blasen und Schwielen an den Händen. Es war staubig, heiß, kalt, nass und super anstrengend. Oft wurden wir von Umherstehenden ungläubig angestarrt. Doch wir machten weiter.

Im Spätsommer war es so weit, das Richtfest konnte gefeiert werden. Die Jugendlichen zeigten Ihren Eltern mittels einer Bilder-Präsentation, was sie bisher geleistet hatten. Auch wurde zünftig ein Glas zerschlagen, ein Richtspruch gehalten und eine geschmückte Birke am Dach befestigt. Dann brach der Winter ein und die Arbeit musste pausieren. Über den Winter beschäftigten sich die Jugendlichen mit Kooperationsspielen aus der Erlebnispädagogik.

Sobald der erste Vogel den Winter für beendet erklärte, standen wir wieder parat und gingen mit vollem Tatendrang unserer Arbeit nach. Es entstanden nun die Seitenwände, die runde Eingangstür und ein schönes Fenster. Es wurde geschraubt, gehämmert und genagelt.
Danach verwandelten wir uns im Hobbitgarten vor dem Haus zu Kleingärtner. Wir errichteten einen kleinen Zaun und legten einen Teich an, zudem pflanzten wir Blumen und hingen Lichter auf. Ende Juli war es dann endlich so weit, die Gruppen konnten gemeinsam mit ihren Eltern das Einweihungsfest feiern. Es wurde gegrillt, geschmaust und die tolle Arbeit der Jugendlichen bewundert.

Heute wissen wir, was wirkliches Durchhaltevermögen bedeutet. Die gesamte Abenteuerwerkstatt zieht den Hut vor euch, Jungs!

Das Glück der Erde, liegt auf dem Rücken der Pferde!

Theresa Scheltenbach

In diesem Artikel möchten wir gerne unsere Arbeit in der tiergestützten Sozialen Gruppenarbeit vorstellen. An fünf Tagen in der Woche bieten wir auf dem Berg - wie wir es gerne nennen – tiergestützte Soziale Gruppenarbeit mit dem Schwerpunkt Pferd an.

Eine Reitgruppe besteht in der Regel aus 4-5 Kindern, die zusammen mit dem hauptverantwortlichen Pädagogen und einer Ergänzungskraft, für drei Stunden Zeit auf dem Pferdehof verbringen. In dieser Gruppenzeit werden die verschiedensten Aufgaben wie z.B. Stall ausmisten, Geländepflege und natürlich alles rund ums Pferde erledigt. Außerdem arbeiten wir mit den Sozialen Gruppen projektorientiert – das heißt jede Gruppe entwickelt gemeinsam eine Projektidee, auf diese sich einstimmig geeinigt werden muss. Anschließend wird das Projekt gemeinschaftlich geplant, durchdacht und verwirklicht.

Doch es ist so viel mehr als das. Das kleine Fleckchen Erde in Jedinghagen, gepaart mit unserem vierhufigen Team bietet eine so große Fülle an Möglichkeiten, dass es mir jedes Mal warm ums Herz wird. Die Arbeit mit den großen sanften Pferden, bietet den Kindern und Jugendlichen die Gelegenheit, in einer besonderen Atmosphäre mit dem Gefühl von Wärme und Schutz, individuelle Erfahrungen zu sammeln.

Pferde reagieren sehr sensibel auf Körpersprache, Anspannung und Entspannung, können Gefühlsschwingungen wahrnehmen und behutsam auf das Gegenüber reagieren. Ihre natürliche Spiegelfunktion ermöglicht es uns Pädagogen, ohne viele Worte den Prozess der individuellen Entwicklung jedes Kindes zu fördern und zu fordern. Unser Teamkollege Pferd gibt ein direktes Feedback, welches wir mit den Kindern und Jugendlichen reflektieren können.

Es werden umfassende Lernfelder wie zum Beispiel Kommunikation, soziale Kompetenzen, Persönlichkeitsentwicklung und der Umgang mit Frustration, aber auch das Gefühl von Stolz und Selbstwirksamkeit abgedeckt. Hinzu kommt, dass der Druck und die alltäglichen

Belastungen, welchen die Kinder und Jugendliche ausgesetzt sind, für einen Moment beiseitegelegt werden können.

Ein Erleben und Angenommen werden, im Hier und Jetzt, an einem besonderen Ort; auf dem Rücken der Pferde – liegt das Glück der Erde.

Fortbildung

Erste Hilfe Kurs Teil 2

Eike Pick

Nachdem im Frühjahr die erste Hälfte des Teams bereits den Auffrischungskurs Erste Hilfe absolviert hat, war im September die zweite Runde dran!

Über Supprimo wurden wir mit den wichtigsten Infos versorgt: Wie lege ich einen Druckverband an, wie verarzte ich eine verletzte Fingerkuppe, wie verhalte ich mich im Falle eines Unfalls, wie reanimiere ich richtig, muss ich Beatmen oder nicht etc …

Als Quintessenz haben wir auf jeden Fall mitgenommen, dass man im Grunde nichts falsch machen kann, außer, man hilft nicht! Und auch, wenn man „nur“ den Notruf tätigt, kann das manchmal schon Hilfe genug sein. Also, für alle, die schon länger keinen Kurs mehr besucht haben: Meldet euch an, es ist nicht schwer und gibt einem doch nochmal etwas Sicherheit, sich in brenzligen Situationen nicht völlig überfordert zu fühlen!

Und neben allem Gelernten und Vertieften, gab’s natürlich auch noch was für den kleinen Hunger zwischendurch 😉

Interne Fortbildung am reitpädagogischen Standort

Julia Reifenrath

Im Herbst diesen Jahres fand eine Fortbildung für unsere Mitarbeiter in Jedinghagen statt. Da all unsere Gruppen und Mitarbeiter von unseren vierbeinigen Teammitgliedern profitieren möchten und sollen, wurden die grundlegenden Verhaltensregeln, die Materialkunde, sowie die Besonderheiten unserer Pferde an alle Interessierten vermittelt. Pia Mündelein, unsere Pferdetrainerin, hat in Zusammenarbeit mit dem restlichen Team einen lehrreichen und beeindruckenden Vormittag ins Leben gerufen.

Zunächst wurden theoretische Inhalte übermittelt, um einen sicheren Umgang mit den Tieren garantieren zu können. Diese wurden schnell in einen praktischen Bezug gesetzt und die Kolleg*innen aus Derschlag durften bei aktiven Putz- und Führübungen in die Welt der Pferde eintauchen. Unsere Ponys zeigten durchaus, dass sie einen eigenen Kopf haben und sich gerne erstmal zur Mitarbeit überzeugen lassen, bzw. das Verhalten ihres Gegenübers spiegeln und sensibel auf Körpersprache reagieren. Alle Teilnehmenden gingen einfühlsam auf die Tiere zu, setzten ihre Körpersprache gezielter ein und meisterten die Aufgaben letztendlich mit Bravour. Wir freuen uns sehr in Zukunft vermehrt die Kolleg*innen aus Derschlag mit ihren Gruppen bei uns auf dem Berg in Jedinghagen, begrüßen zu dürfen 😊.

Pädagogik

Schutzkonzept 2023

Daniel Hoffmann

Die Sicherheit und das Wohl der uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen sind für uns von elementarer Bedeutung. In der Jugendhilfe tragen wir eine immense Verantwortung, junge Menschen und ihre Familien auf ihrem Weg zu unterstützen und zu begleiten. Doch sind wir uns auch bewusst, dass Gewalt in den verschiedensten Formen in unserer Gesellschaft, und damit auch in der Jugendhilfe Realität ist. Um diesem Phänomen zu begegnen, überarbeiten wir zur Zeit unser Schutzkonzept und bringen es auf den aktuellsten Stand. Unser Ziel ist es, eine sichere und positive Umgebung zu schaffen, in der junge Menschen ihr volles Potenzial entfalten können. Dies erfordert nicht nur ein tiefes Verständnis für die individuellen Bedürfnisse und Hintergründe unserer Kinder, Jugendlichen und deren Familien, sondern auch klare Richtlinien und Maßnahmen zur Gewaltprävention.

Unser überarbeitetes Schutzkonzept ist das Ergebnis eines intensiven Dialogs, in dem Fachkräfte, Kinder, Jugendliche und die Eltern selbst ihre Erfahrungen und Perspektiven eingebracht haben. Wir haben gemeinsam nach Lösungen gesucht, um Gewalt jeglicher Form und Ausprägung in der Jugendhilfe zu minimieren und gleichzeitig eine Atmosphäre des Vertrauens und der Unterstützung zu fördern. Am Ende dieses Überarbeitungsprozesses steht noch ein Konzeptionstag, an welchem das gesamte Team der Abenteuerwerkstatt sich noch einmal mit dem Konzept beschäftigen und es dann finalisieren wird.

Konzept zum Schutz gegen Gewalt an Kindern und Jugendlichen

„Gemeinsam stark!“

Institutionelles Schutzkonzept zur Prävention und Intervention im Rahmen des Kinderschutzes innerhalb der Abenteuerwerkstatt gGmbH

abenteuerwerkstatt
Jugendhilfe & Soziale Arbeit gGmbH

Großbaustelle Pubertät - „Wenn Eltern schwierig werden“

Alexandra Hoinkis

Eben waren sie noch klein und süß! Und heute: groß, stark, laut und manchmal übel gelaunt. Wenn damals, nach einem Wutausbruch, noch ein „Komm mal auf meinen Schoß und ich drück dich“ ausreichte und man heute manchmal das Gefühl hat sein eigenes Kind zum Mond schießen zu wollen. Dabei funktioniert das „komm ich drück dich mal“ auch noch im hohen Alter. Und ist gerade in der Phase der Pubertät so oft von Nöten.

Im kommenden Text möchte ich Ihnen, liebe Leser*innen, einen kleinen Einblick geben, was die Pubertät mit dem Körper macht, was es für Auswirkungen hat und wie man diese Phase gemeinsam halbwegs gut überstehen kann.

Was passiert im Körper während der Pubertät?

Während der Pubertät passiert so viel im gesamten Körper. Das Gehirn leistet enorme Arbeit und gleicht einer Großbaustelle. Während des Säuglings- und Kindesalters entwickelt sich das Gehirn rasant, hier bilden sich die Verbindungen zwischen den Hirnhälften und den Nervenzellen. Ab einem Alter von ca. 11 Jahren beginnt der Optimierungsprozess. Gehirnverbindungen reifen und werden zum Teil aufgelöst, Nervenfasern werden ausgebaut. Es kappt ungenutzte Verbindungen von Nervenzellen und stabilisiert jene Verbindungen, die häufig genutzt werden. Das Gehirn „reift“ nicht in einem, sondern einzelne Hirnregionen entwickeln sich nach und nach.

Das Frontalhirn, welches für Ordnung und Struktur sorgt, leidet am längsten unter dieser Großbaustelle. Während dieser Zeit ist es sozusagen nicht in Betrieb. Daher kann dieses Hirnareal in der Zeit der Pubertät das Sozialverhalten nicht ausreichend kontrollieren. Da haben wir nun den Salat und es kommt zu wechselnden Launen - von bester Laune bis zu Tode betrübt und maximaler Genervtheit. Dazu gesellt sich mangelnde Impulskontrolle und manchmal auch ein Wutanfall. Während die Kontrollinstanz aussetzt, steigert sich das Verlangen nach Glückshormonen (Dopamin), hier möchte gerne das Belohnungssystem des Gehirns in den Vordergrund treten. Besonders wichtig ist dabei die Anerkennung durch Gleichaltrige. Zudem steigt die Risikobereitschaft, insbesondere bei den Jungs. Die eingebaute „Sperre“ im Kopf, die uns vor gefährlichen Situationen warnt, ist noch nicht ausgereift. So erklären sich Mutproben und Situationen, die als unvernünftig bewertet werden. Neben der Neusortierung im Gehirn, verändert sich zudem der Rest vom Körper. Häufig beschreiben Jugendliche, dass sie vieles anstrengt und sie eine stetige Müdigkeit empfinden. Wenn man bedenkt, was der Körper in dieser Zeit leisten muss, ist dies auch irgendwie verständlich.

- Wachstumsschübe: Mädchen sind meist mit dem 16. Lebensjahr ausgewachsen, bei den Jungs kann dies bis zu 19 Jahren dauern, hier ist es ganz normal, dass Jugendliche in einem Jahr 5-8 cm wachsen
- bei den Jungs verändert sich die Stimme, der sogenannte Stimmbruch, Schuld ist hier das Hormon Testosteron, welches den Kehlkopf vergrößert und die dazugehörigen Stimmlippen verlängert
- die Gesichtszüge werden herber und wirken Erwachsener
- die Behaarung nimmt zu
- bei den Mädels werden die Merkmale einer Frau immer deutlicher
- Reifung der Geschlechtsorgane
- fettige Haare und unreine Haut gesellen sich zu dem Gesamtpaket

All diese Veränderung bedeuten höchste Anstrengung für den Körper. Neben der körperlichen Entwicklung ist die emotionale und geistige Entwicklung nicht außer acht zu lassen. Zunehmend geht es um Identifikation „Wer bin ich und wie will ich sein?!“ Hinzu kommt die Ablösephase in der Eltern- und Kindbeziehung. Während dieser Prozess für manche Eltern viel zu schnell geht, wollen die Jugendlichen so schnell wie möglich eigenverantwortlich auftreten und handeln. Dabei paaren sich eine gewisse Unsicherheit und die Suche nach Orientierung. Freunde nehmen an Bedeutung zu und ersetzen manche Dinge, die vielleicht vorher mit Mama und Papa geregelt wurden. Manch ein Elternteil empfindet dies eventuell als Kontrollverlust.

Jugendliche hingegen fühlen sich von einem, in ihrer Wahrnehmung, zu engem Rahmen als wenig selbstbestimmend. Hier den richtigen Grad zu finden, welcher oft auch an jedem Tag anders ist, bedarf Fingerspitzengefühl. Was heute noch ok war, kann morgen wieder ganz anders aussehen. Dies erklärt sich dadurch, dass die Verarbeitung der Emotionen in unterschiedlichen Hirnarealen stattfindet.

Dennoch ist gerade in der Zeit der Pubertät ein klarer Rahmen wichtig, ich vergleiche es immer gerne mit den Leitplanken auf einer Landstraße. Innerhalb der Fahrbahn darf und kann man sich ausprobieren, doch die Leitplanke sollte nicht berührt oder überschritten werden. Sinnbildlich sind die Eltern die Leitplanken, die die Regeln vorgeben. Diese „wilde“ Zeit ist durch viel Unsicherheit und Zweifel geprägt, sowohl bei den Kids als auch bei den Eltern. Die Kids wollen sich nicht mehr als Kind definieren, aber empfinden die Erwachsenenwelt als durchaus mysteriös und zu komplex. Da die Eltern einigen Aktionen wenig Gegenliebe entgegenbringen können und möchten, empfinden die Jugendlichen ihre Eltern als anstrengender als sonst. Woher wohl der Spruch „Pubertät, oder aber auch wenn Eltern schwierig werden“ kommt?!

Was können Eltern tun?

Neben der bereits benannten Wichtigkeit an vorgegebenen Regeln, die zur Orientierung dienen, zählt vor allem viel Verständnis für Ihr Kind. Wenn man versteht, was im Körper des eigenen oder angenommenen Kindes los ist, kann einem das eventuell leichter fallen. Auch im fortschreitenden Alter profitiert jedes Kind oder Jugendlicher von Zuneigung. In den Arm nehmen und Verständnis haben, bringt manchmal mehr als man denkt. Dabei sollte man seinem Kind immer vermitteln, dass die eigene Tür für Gespräche/Hilfe offensteht und man stets hinter seinen Kindern steht. Bedenken Sie immer, dass auch das Selbstbewusstsein Ihres Kindes einer Achterbahnfahrt gleicht. In dieser wirren Zeit ist eine imaginäre Flexileine (ja wie bei einem Hund, kann diese lang gelassen werden und zur Not schnell kürzer genommen werden) von Nöten. Unterstützen Sie Ihr Kind im Erwachsen werden! Und denken Sie immer daran, wir sind auch schon alle durch diese Zeit gegangen 😉. Zu all dem, gehören auch die Gefühle der Eltern, die eventuell an sich zweifeln oder ihr Kind auch mal zum Durchdrehen und nervenaufreibend empfinden. Ich kann Sie beruhigen, das ist völlig normal und auch wir als Eltern dürfen Seelenhygiene betreiben. Dabei ist es auch vollkommen ok sich Hilfe zu suchen, wenn man unsicher ist oder Gefahren erkennt.

Ideen für zu Hause

Die „exotische“ Kürbissuppe

Zutaten für 6 Portionen:

800 g Hokkaidokürbis, geputzt
600g Möhren
1 Stück Ingwer (ca. 5 cm lang)
1 Zwiebel
2 EL Butter
1 Liter Gemüsebrühe
500 ml Kokosmilch
Salz & Pfeffer
Sojasauce
1 Zitrone (Saft)
wahlweise Koraindergrün oder Garnelen zum Garnieren

Und so geht es:

1. Kürbis, Möhren, Ingwer und Zwiebel schälen und würfeln, in der Butter andünsten.
2. Mit der Brühe aufgießen und in etwa 15 - 20 Minuten weich kochen.
3. Dann sehr fein pürieren, eventuell durch ein Sieb streichen. Die Kokosmilch unterrühren, mit Salz, Pfeffer, Sojasauce und Zitronensaft abschmecken und noch mal erwärmen.
4. Mit Korianderblättchen oder Garnelengarniert servieren.

Das „falsche“ Apfel-Tiramisu

Zutaten für 6 Portionen:

500g Quark
100g Zucker
3 Pck. Vanillezucker
250g Sahne
Etwas Zitronenabrieb
36 Butterkekse
750g (selbstgemachte Apfelmus)
etwas Zimt

Und so geht es:

1. Apfelmus kochen und abkühlen lassen.
2. Sahne steifschlagen.
3. Quark, Vanillezucker, Zucker und Zitronenabrieb vermengen, bis sich der Zucker auflöst.
4. Schlagsahne vorsichtig unter die Quarkmasse heben.
5. 16 Kekse als Bodenschicht in eine Form legen. Die Hälfte des Apfelmuses auf die Kekse geben, anschließend eine Schicht Quarkcreme auftragen. Etwas Zimt darüber streuen.
6. Schritt 5 wiederholen.
7. Nun am besten den Nachtisch für einige Stunden kaltstellen, damit das ganze durchziehen kann.

Zimtsterne

Zutaten:

Für den Teig:
500g Mandeln
300g Puderzucker
2 TL Zimt
2 Eiweiß
2 EL Mandelaroma
n.B. Puderzucker für die Arbeitsfläche

Für die Glasur:
1 Eiweiß
125g Puderzucker

Und so geht es:

1. Mandeln, Puderzucker und Zimt mischen. Eiweiß und Mandelaroma zugeben. Alles mit den Knethaken des Handrührgerätes verrühren.
2. Dann mit den Händen zu einem glatten Teig kneten.
3. Den Teig portionsweise auf einer mit Puderzucker bestäubten Arbeitsfläche ca. 1 cm dick ausrollen. Sterne ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Ausstecher zwischendurch immer wieder in Puderzucker tauchen.
4. Für die Glasur das Eiweiß sehr steif schlagen. Den Puderzucker nach und nach zugeben, dabei weiterschlagen.
5. Die Sterne damit bepinseln und im vorgeheizten Backofen auf der untersten Schiene bei 150 °C Ober-/Unterhitze 10 - 15 Minuten backen.

Lebkuchen

Zutaten für 1 Blech:

180 g Butter
300g Zucker
1 Pck. Backpulver
1 Pck. Lebkuchengewürz
2 EL Honig
1/2 TL Zimt
1 TL Nelkenpulver
350g Mehl
n.B. Mehl
n.B. Schokoglasur &Deko

Und so geht es:

1. Die Butter schmelzen und den Zucker unterrühren. Die anderen Zutaten miteinander mischen und unterheben. Bei Bedarf noch Milch zugeben, der Teig muss flüssig sein.
2. Den Teig auf einem Blech verteilen und im auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Ofen 20 - 30 Minuten backen.
3. Nach Belieben mit geschmolzener Schokolade oder Schokoglasur bestreichen. In Stücke beliebiger Größe schneiden.

Ausstechplätzchen

Zutaten:

500g Mehl
250g Butter
150g Zucker
1/2 TL Backpulver
1 Msp. Salz
1 Pck. Vanillezucker
2 Eier
2 Tropfen Vanillearoma (nach Belieben)

Und so geht es:

1. Alle Zutaten zu einem Teig verkneten und den Teig in Folie gewickelt 1 Stunde kalt stellen.
2. Danach den Teig ausrollen und beliebige Formen ausstechen. Die Plätzchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im vorgeheizten Backofen bei 170 Grad (Ober-/Unterhitze) 15-20 Minuten backen.
3. Nach dem Backen die Plätzchen etwas auskühlen lassen und beliebig verzieren.

Vanillekipferl

Zutaten:

250g Mehl
210g Butter
100g Mandeln, gemahlen
80g Zucker
2 Pck. Vanillezucker
1 Pck. Puderzucker zum Wenden
2 Pck. Vanillezucker zum Wenden

Und so geht es:

1. Die Zutaten für den Teig gut miteinander verkneten. Anschließend in Folie gewickelt 30 Minuten in den Kühlschrank legen.
2. In der Zwischenzeit den Puderzucker in eine große, verschließbare Schüssel sieben und mit zwei Päckchen Vanillezucker vermengen.
3. Den Kipferlteig zu Rollen mit einem ungefähren Durchmesser von 4 cm formen. Danach in ca. 1 - 2 cm dicke Scheiben schneiden. Aus diesen Scheiben die Kipferl formen und nicht zu eng aneinander auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Im Umluftherd bei 175 °C ca. 10-15 Minuten backen.
4. Die Kipferl nun etwa 3 Minuten kühlen lassen. Dann in die vorbereitete Puderzuckermischung legen und von allen Seiten darin wenden.

Tipp: Die Bleche am besten einzeln backen, da sie sonst zu stark abkühlen und man mit dem Wenden nicht nachkommt.

Fotografie - kurz erklärt

Benjamin Lütz

Fotografie ist eines meiner liebsten Hobbies – in diesem Artikel möchte ich Ihnen/Euch und den Kindern und Jugendlichen die Fotografie näherbringen. Hierbei handelt es sich um eine Technik, mit der man Bilder aufnehmen und speichern kann. Sie ermöglicht es uns, Momente, Landschaften und Personen festzuhalten und sie immer wieder anzuschauen.

Digitale Fotografie

Heutzutage verwenden die meisten Kameras digitale Technologien. Das bedeutet, dass das Bild nicht auf Film, sondern auf einem elektronischen Sensor aufgenommen wird. Der Sensor wandelt das Licht in elektronische Signale um, die dann in digitale Daten umgewandelt und auf einer Speicherkarte gespeichert werden.

Vorteile der digitalen Fotografie sind unter anderem die Möglichkeit, Bilder sofort anzuschauen und zu bearbeiten, sowie die Fähigkeit, mehrere Bilder auf einer Speicherkarte aufzunehmen, ohne den Film wechseln zu müssen. Im Zeitalter des Smartphones sind die digitalen Aufnahmen gar nicht mehr wegzudenken und beeinflussen unseren Lifestyle, vor allem auf den Social Media-Plattformen, stark.

Tipps für gute Fotos

- Denk darüber nach, was du fotografieren möchtest, und wähle den richtigen Standort und Blickwinkel aus.
- Stelle sicher, dass du genug Licht hast, um das Bild klar und deutlich aufzunehmen.
- Achte darauf, dass das Objekt, das du fotografieren möchtest, im Fokus steht und scharf ist.
- Vermeide verwackelte Bilder, indem du die Kamera stabilisierst oder ein Stativ benutzt.
- Experimentiere mit verschiedenen Einstellungen, um verschiedene Effekte zu erzielen.

Fazit

Die Fotografie ist eine großartige Technik, die es uns ermöglicht, Erinnerungen und Momente festzuhalten. Durch die Verwendung einer Kamera und das Verständnis der Grundlagen der Fotografie können Kinder und Jugendliche ihre Kreativität und ihr künstlerisches Talent ausdrücken. Ich hoffe, dass dieser Artikel dazu beigetragen hat, das Verständnis der Fotografie zu vertiefen und ein Interesse an dieser faszinierenden Kunstform zu wecken.

Mitten aus dem Leben

Mental Load

Eike Pick

Am 10. Oktober war Tag der mentalen Gesundheit, ein Anlass, um sich mit dem Thema zu beschäftigen! Wenn wir körperliche Beschwerden haben, ist es häufig nicht schwer, diese zu benennen und auch für Außenstehende sichtbar zu machen. Was aber, wenn der Kopf „überläuft“ und man vor lauter To Do‘s (den eigenen und die, der anderen) Gefahr läuft, den Überblick zu verlieren.

Wahrscheinlich fühlen sich an der Stelle die meisten weiblichen Leser angesprochen, obwohl Mental Load auch ein Thema bei Männern ist, vermutlich in einem anderen Umfang.

Aber was genau ist Mental Load eigentlich?

Die Sommerferien sind zu Ende, die Schule geht los und damit das Gedankenkarussel: Haben die Kinder alle Mappen, sind die Stifte noch heile, passen die Sportschuhe eigentlich noch, haben wir alles im Haus fürs Pausenbrot!? Aber das ist nur ein kleiner Teil, meist geht es ja noch weiter: Habe ich alles, um am nächsten Tag gut in meinen Job zu starten, wer hat wann welches Hobby, wer übernimmt den Fahrdienst, welche Geburtstage stehen an, wer besorgt welches Geschenk, das Bad muss dringend geputzt werden, am Wochenende haben sich die Schwiegereltern angemeldet, was unternehmen wir, was essen wir, ist die Wäsche gewaschen, ist genug Arbeitskleidung im Schrank...

Jeder Punkt für sich – eine Kleinigkeit! Aber alle Punkte, auch für die anderen Familienmitglieder und darüber hinaus auch noch im Job im Blick zu halten, kann schon mal den Rahmen sprengen! Für viele ein ganz „normaler“ Zustand, bis es irgendwann nicht mehr geht, man ständig Dinge vergisst, gereizt ist, vielleicht auch das Gefühl hat, dass es keinen Ausweg aus dem Hamsterrad gibt.

Mental Load definiert dieses Gedankenkarussel im Kopf, die Ausführung der Aufgaben ist dabei zweitrangig. Aber was würde passieren, wenn man sich einfach mal nicht kümmert, den Partner auch mal machen lässt? Muss man wirklich alles alleine machen oder kann man Aufgaben auch einfach auslagern?

Manchmal hilft es, sich einfach mal aufzuschreiben, was man eigentlich „so alles im Kopf“ hat und welche Aufgaben zum Beispiel mit einer simplen Einladung zum Kindergeburtstag einher

gehen (Geschenk besorgen, Fahrdienst organisieren etc). Eine gemeinsame Planung der Woche kann auch helfen, dass alle in der Familie Verantwortlichkeiten bekommen.

Am Ende des Tages ist es aber wohl am wichtigsten, sich erst einmal wieder seiner eigenen Bedürfnisse bewusst zu werden, die Familie mit in die Planung und Durchführung des Alltages einzubeziehen, aber vor allem bei dem ganzen Stress, Frust und Ärger nie aus den Augen zu verlieren, dass man gemeinsam für den „Familienbetrieb“ verantwortlich ist und man ja irgendwann als Paar mal an einem Punkt gestartet ist, der vor allem aus Gemeinsamkeiten bestand!

Unsere Kollegin Eike war bei work & flow eingeladen, über das Thema Mental Load zu sprechen. Ihr könnt die Folge auf allen gängigen Podcast Plattformen hören oder auf www.workandflow.de unter der Rubrik „Podcast“ finden!

Neue Gesichter

Hi. Mein Name ist Lars Klein, ich bin 44 Jahre alt und seit Juli 2023 pädagogische Ergänzungskraft in der Nehberg-Gruppe. Obwohl ich gelernter Tischlermeister bin, hat mich die Arbeit im Sozialen Bereich schon lange interessiert. Im Jahr 2019 habe ich mich nicht nur ortsbezogen verändert, sondern auch beruflich. Ich bin vom Saarland nach Köln gezogen und habe zunächst ein mehrwöchiges Praktikum in einer Jugendwerkstatt der Jugendhilfe Köln e.V. absolviert. Da mir die Arbeit viel Freude bereitet hat, habe ich mich dort als Werkbereichsleiter Holz beworben und bis diesen Sommer mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter von 16 -22 Jahre gearbeitet.

2020 verschlug es mich in den Oberbergischen Kreis. Hier wohne ich nun zusammen mit meiner Ehefrau, drei Katzen und einer Schildkröte in einem kleinen Haus in der Großgemeinde Engelskirchen.

Während meiner Tätigkeit in der Jugendwerkstatt ist der Wunsch, Soziale Arbeit zu studieren entstanden und gewachsen. Gedacht, getan und so habe ich mich im Jahr 2022 für das Wintersemester an der TH Köln beworben und wurde angenommen. Im Rahmen eines Moduls führte ich dann in der AbenteuerWerkstatt ein Interview und war sofort begeistert von Konzept, Räumlichkeiten und der Nehberg-Gruppe. Nach einigen Überlegungen habe ich mich bei der AbenteuerWerkstatt beworben und wurde so Teil des Teams. Die Arbeit in der Nehberg-Gruppe bereitet mir große Freude, da ich Interessen und Hobbys meines Privatlebens mit dem Arbeitsalltag verbinden kann. In meiner Freizeit bin ich gerne in meiner Garagenwerkstatt und fertige verschiedene Holzprojekte, plane, gestalte und pflege unseren Garten, sowie Nutzgarten. Ich lese gern, gehe gerne ins Kino oder ins Theater und auf Konzerte. Auf die kommende Zeit freue ich mich sehr.

Jahresrückblick

Impressum:

Abenteuerwerkstatt gGmbH Am Brunnen 6 51789 Lindlar
Bildquellen: Abenteuerwerkstatt gGmbH.; pixabay.com
Gestaltung: Julia Reifenrath