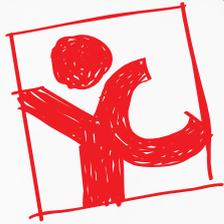




Das Aktionsheft für junge Menschen



young caritas



WIE GEMEINSAM BIST DU?

Herausgeber:

youngcaritas Deutschland
Deutscher Caritasverband e. V. (DCV)

Verantwortlich:

Irene L. Bär (youngcaritas Deutschland)

Redaktion:

Irene L. Bär, Mathias Gal
(youngcaritas Deutschland)

Text:

Mathias Gal, Irene L. Bär (youngcaritas Deutschland)
Hannah Beck (Solidaritätsinitiative, DCV)
Vera Schneider (Caritas international)

Fachliche Beratung:

Marie Blechschmidt (youngcaritas Speyer)
Kilian Linder (Caritas international)

Tobias Renner (Referent des Präsidenten, DCV)

Marianne Schmidle (Inklusion, DCV)

Linda Tenbohlen (Caritas international)

Rike Träger (youngcaritas Ulm)

Lilli Wenzel-Teuber (youngcaritas Lahr)

Ulrike Wössner (Sozialraum, DCV)

Mitarbeit:

Katarina Bobalova (youngcaritas Deutschland)

Anne Diessner (youngcaritas Deutschland)

Martin Herceg (Online Medien, DCV)

Malin Hoffmann (BOGY youngcaritas Deutschland)

Kristina Sobiech (youngcaritas Dortmund)

Christiane Stieff (Medien, DCV)

Weitere Quellen:

Der Comic auf Seite 24 wurde von Flix im Rahmen des Projekts "Communication for Integration" in Erlangen und Nürnberg entwickelt. www.nuernberg-ist-bunt.de

Illustrationen/Grafiken: Simon Gumpel / fotolia.com (veekicl, misterelements) / freepik.com **Fotos:** S. 1: fotolia.com (showcake, henryn0580, Kim Schneider, Ljupco Smokovski, deniskomarov, filipefrazao, Andrey Popov); S. 6: fotolia.com (jiduha); S. 8/9: youngcaritas Deutschland (Moritz Bross); S. 10: hubbe-cartoons.de (Phil Hubbe); S. 12: Aktion Mensch / Caritas-Förderzentren Paul Josef Nardini (Caritas Speyer); S. 14: Caritas Alten- und Pflegeheim St. Konrad (Martin Kneidl); S. 15: youngcaritas Märkischer Kreis (Sarah Dregger); S. 18: freepik.com (Bedneyimages, jigsawstocker); S. 19: Caritas Madre de Dios / Caritas international (Vera Schneider); S. 20: fotolia.com (Creativemarc); S. 21: Deutscher Caritasverband (Gordei) / youngcaritas Deutschland (Moritz Bross); S. 23: Flüchtlinge mitnehmen (youngcaritas im Ruhrbistum); S. 24/25: youngcaritas Deutschland (Irene Bär); S. 26: youngcaritas Berlin (Jan-Christoph Hartung)

Willkommen!

Herzlich willkommen!

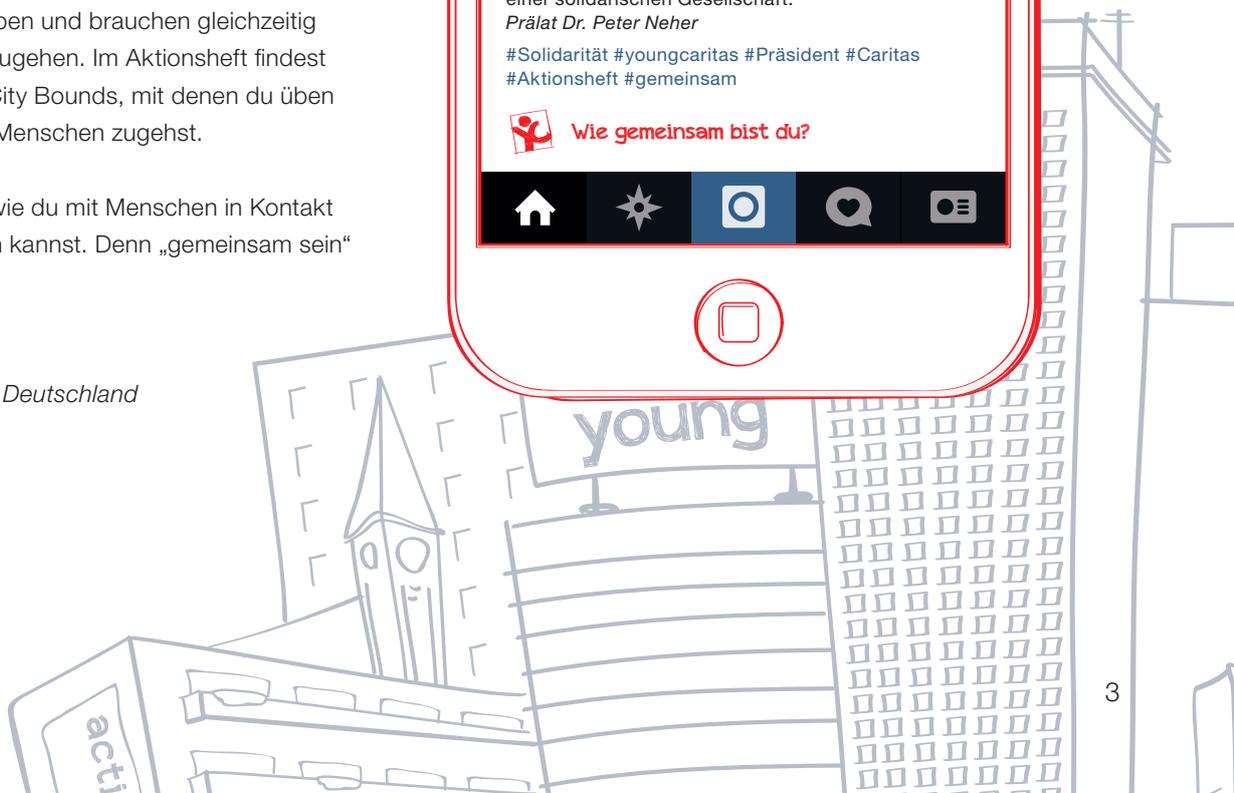
Wobei brauchst du Hilfe? Beim Schleppen schwerer Dinge? Oder bei den Hausaufgaben? Oder bei deinem Liebeskummer? Es gibt viele Gelegenheiten, bei denen man die Hilfe anderer Menschen braucht. Oder anderen helfen kann. Solidarisch sein mit anderen Menschen und füreinander da sein ist ein menschliches Grundbedürfnis. Ohne dieses solidarische Miteinander würde vieles nicht funktionieren in unserer Gesellschaft.

Aber es ist nicht immer einfach, andere um Hilfe zu bitten. Wir brauchen Mut, unsere Schwächen zugeben und Hilfe anzunehmen. Manchmal will man gerne helfen, weiß aber nicht, wie man seine Hilfe anbieten kann. Und man muss damit klarkommen, wenn Hilfe nicht angenommen wird.

Gerade wenn Menschen anders sind als wir, wenn sie zum Beispiel einer anderen Generation angehören, wenn sie in anderen Ländern leben oder andere körperliche oder geistige Voraussetzungen haben, merken wir, dass wir anderen Menschen etwas zu geben haben und brauchen gleichzeitig Mut, um auf sie zuzugehen. Im Aktionsheft findest du Vorschläge für City Bounds, mit denen du üben kannst, wie du auf Menschen zugehst.

Entdecke im Heft, wie du mit Menschen in Kontakt kommen und helfen kannst. Denn „gemeinsam sein“ ist einfach schöner.

Deine youngcaritas Deutschland



Inhalt



Augen auf und tätig werden

Helfen kann einfach (so schwierig) sein

6



Hey Alter!

Gemeinsam statt einsam



All inclusive?

Urlaub mit Hindernissen

10



Anderswo und trotzdem hier

Wie im Handy virtuelles Wasser von Peru nach Deutschland fließt

18

 = ab 13 Jahren

 = ab 15 Jahren

 = ab 17 Jahren

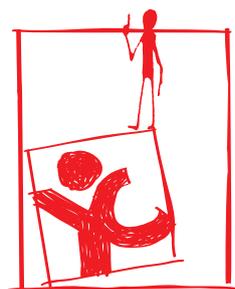
Das youngcaritas-Aktionsheft richtet sich an junge Menschen ab 13 Jahren. Die Legende kann helfen, für einzelne Altersgruppen passende Beiträge zu finden.



Schwarz-rot-gold
sind alle meine Kleider

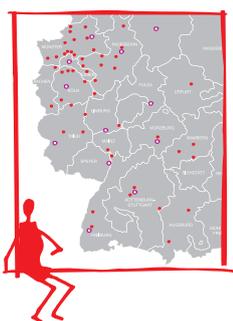
Gesellschaft
braucht Vielfalt

23



Impressum

28



youngcaritas

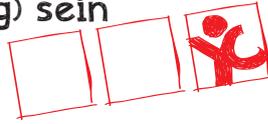
in deiner
Nähe

27

WIE
GEMEINSAM
BIST DU?

Augen auf und tätig werden

Helfen kann einfach (so schwierig) sein



Ich helfe gerne. Meinem Nachbarn zum Beispiel. Wenn er die neue Kommode nicht alleine in den zweiten Stock hochbekommt und er mich fragt, ob ich ihm dabei helfen kann, dann pack ich eben mit an. Aber kann ich auch Menschen helfen, die mich nicht darum gebeten haben? Brauchen sie meine Hilfe überhaupt? Und wollen sie sie überhaupt?

Wenn ich einen wohnungslosen Menschen in der Stadt sehe, dann denke ich manchmal:

Wie könnte ich diesem Menschen helfen, was könnte er brauchen?

Und dann ertappe ich mich ab und zu dabei, dass der Gedanke folgendermaßen weitergeht:

Es gibt so viele Hilfen für Wohnungslose, da soll er doch hin - die können ihm eh viel besser helfen als ich.

Während des Denkens bin ich auch schon längst an ihm vorbeigegangen und habe versucht, nicht mehr hinzusehen.

Wieso gehe ich einfach vorbei?

Damit ich ihm kein Geld geben muss?

Darf ich denn einen bettelnden Menschen lächelnd angucken und ihm dann kein Geld geben?

Und wenn ich ihm eine Münze in seinen Hut schmeiße, darf ich ihm dann einen schönen Tag wünschen?

Und ich merke, dass ich mir einen Knoten ins Hirn denke. Ich bin total verunsichert, würde ihn das gerne alles fragen, weiß aber nicht, wie ich ihn überhaupt ansprechen soll. Wie würde er darauf reagieren? Würde ich das an seiner Stelle gut oder schlecht finden? Kommt wahrscheinlich schwer darauf an, wie ich gerade drauf bin und wie mein Tag bisher so war. Ich nehme all meinen Mut zusammen und frage ihn ... morgen.

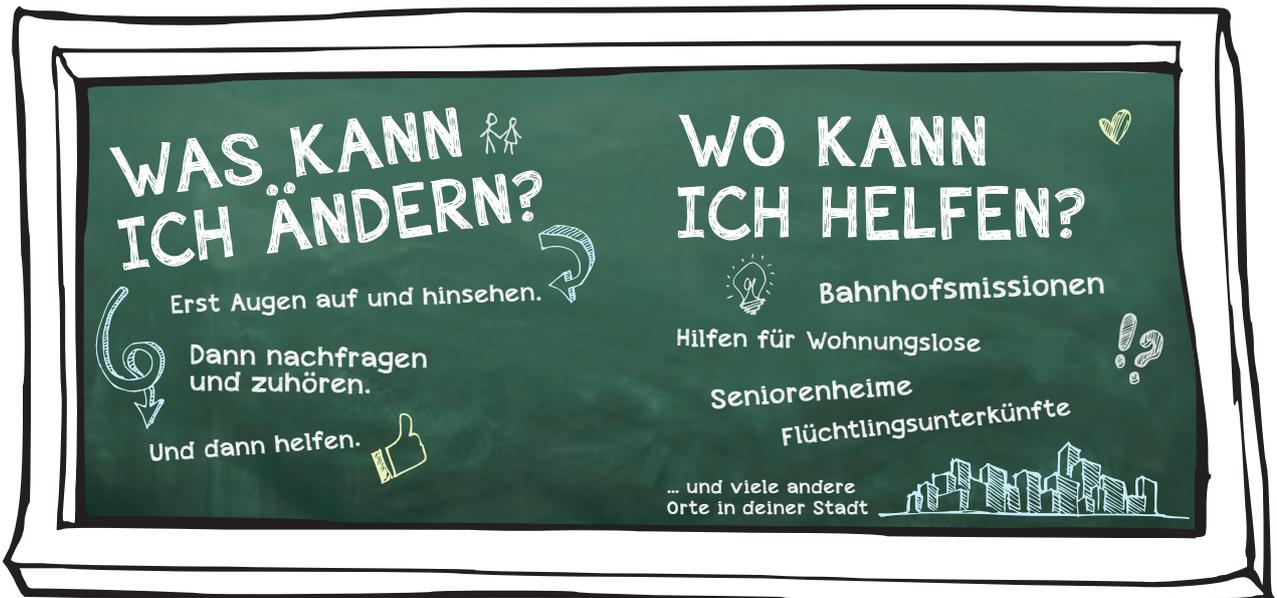
Nachfragen und zuhören

Es ist nicht einfach, einen fremden Menschen anzusprechen. Dazu gehört viel Mut. Auch wohnungslose Menschen kostet es sehr viel Überwindung, fremde Menschen um Geld zu bitten. Umso mehr, weil sie sich dadurch allen Vorurteilen über Wohnungslosigkeit aussetzen. Der Stress, den solche Begegnungen bei beiden Menschen auslösen können, ist also vollkommen normal. Sich das einzugestehen ist wichtig und Grundlage dafür, dass sich Menschen aus unterschiedlichen Lebenswelten wirklich auf Augenhöhe begegnen können. Es ist vollkommen in Ordnung, wenn man diesen Stress vermeiden möchte. Das geht allen Menschen so. Wenn aber der Moment kommt, in dem man bereit für eine neue Erfahrung ist, dann sollte man sich nicht von seinen Hemmungen und Was-wäre-wenn-Gedanken abhalten lassen und mutig nachfragen. Und wenn man die Frage ernst meint, dann erzählt einem der andere vielleicht auch, was ihn wirklich beschäftigt und wie sich sein Leben anfühlt. Und womöglich ist es dann das Wertvollste für beide Menschen, dass es sich normal anfühlt, mit jemandem ein Gespräch zu führen, das man nicht erwartet hat.

Natürlich kann das nicht die Arbeit der Menschen in sozialen Berufen, wie in der Altenpflege, der Behindertenhilfe oder beim Streetwork, ersetzen. Und das soll es auch nicht. Sozialberatung und Hilfsangebote

sind unersetzbar. Hilfsbedürftige Menschen haben ein Recht auf solche Angebote. Wer einmal professionelle Hilfe bei Fragen zu Schulden, Schwangerschaft oder Behinderung bekommen hat, der weiß, wie wichtig es ist und wie gut es sich anfühlt, wenn man bei seinen Problemen Verständnis und Unterstützung erfährt. Ebenso wichtig und schön ist es aber, wenn man mit einem fremden Menschen – einfach so – ein Gespräch über das Wetter oder die verspätete Straßenbahn hat und man ein gegenseitiges Interesse spürt.

Einer alten Dame in der vollen Straßenbahn den Sitzplatz anzubieten, mag auf den ersten Blick nichts Besonderes sein – ist es aber. Es ist bereits Ausdruck von Mitmenschlichkeit und Nächstenliebe. Wir erkennen, was unser Gegenüber braucht oder gebrauchen könnte und tun es. Doch woher wissen wir eigentlich, dass er oder sie das wirklich braucht? Vielleicht mag die alte Dame in der Bahn sich ja gar nicht hinsetzen, weil sie nur kurz fährt und das Aufstehen vom viel zu niedrigen Sitz zu anstrengend für sie ist. Oder sie ist trotz ihrer 87 Jahre noch topfit. Nur weil sie alt ist, muss sie ja nicht unbedingt sitzen wollen. Aber ihr einen Sitzplatz anzubieten, ist nie falsch. Sie kann ja dankend ablehnen. Und vielleicht kommt man so noch ins Gespräch miteinander und hat eine unterhaltsame Fahrt zusammen.



Auf www.caritas.de/hilfeundberatung kannst du unter Stichworten wie „Wohnungslosigkeit“, „Alter“, „Pflege“ oder „Behinderung“ Einrichtungen und Ansprechpartner(innen) für die verschiedenen Bereiche in deiner Nähe finden.

DAS BIN ICH:

Deutscher Caritasverband

Mein Spitzname: DCV So alt bin ich: 120 Jahre

Vater: Lorenz Werthmann Mutter: Die Nächstenliebe

Geschwister: Caritas-Organisationen in über 160 Ländern auf der ganzen Welt

SO SEHE ICH AUS



Meine Lieblingsfarbe:

- | | | |
|---|--|-------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> rot | <input type="checkbox"/> gelb | <input type="checkbox"/> grün |
| <input type="checkbox"/> blau | <input type="checkbox"/> rosa | <input type="checkbox"/> lila |
| <input type="checkbox"/> schwarz | <input checked="" type="checkbox"/> weiß | <input type="checkbox"/> grau |

Daran erkennt man mich:

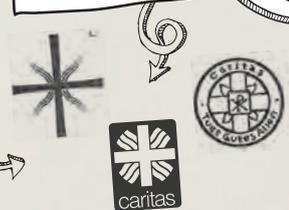
Flammenkreuz

Starke Sprüche:
„Not sehen und handeln“
„Tuet Gutes Allen“

Doofes durchst

~~Fremdenfeindlichkeit~~
~~Hass~~ Mitmenschliche
Inklusion ~~Vorurteile~~

DAS HABE ICH NOCH ZU SAGEN



City Bound



Was:

City Bound kann man am besten übersetzen mit „raus in die Stadt“. Bei einem City Bound könnt ihr eure Stadt und besonders die Menschen, die dort leben, ganz neu entdecken – und dabei auch völlig neue Seiten an euch selbst erleben. Ihr macht etwas Ungewöhnliches oder Herausforderndes, zum Beispiel indem ihr in die Rolle eines anderen schlüpft. Ihr lernt fremde Menschen kennen und überzeugt sie, bei eurer Aktion mitzumachen. Ihr probiert etwas aus, das ihr schon immer einmal machen wolltet, euch aber bisher noch nicht getraut habt. Und ihr habt natürlich eine Menge Spaß, wenn ihr eure Aktionen in der Gruppe plant und umsetzt. Es gibt kurze City Bounds, die ihr in einer halben Stunde machen könnt, tagesfüllenden Aufgaben und sogar City-Bound-Klassenfahrten. Aber eines bieten alle City Bounds: Action, Abenteuer und neue Erfahrungen.

Wie:

Damit es ein schönes Erlebnis für alle werden kann, muss jeder selber bestimmen können, was er oder sie tut oder auch nicht tut. Darum ist die wichtigste Regel beim City Bound: Alles ist freiwillig. Wenn ihr etwas nicht machen wollt oder nicht so, wie eure Gruppe,

dann lasst es aus oder macht es anders und zwar genau so, wie es für euch passt. Die zweite Regel ist: Bei manchen Aufgaben solltet ihr vorher besprechen, ob eure Mitmenschen wissen dürfen, dass ihr einen City Bound macht. Macht es mehr Spaß, wenn es „echt“ wirkt und die Mitmenschen „echt“ reagieren oder spielt das keine Rolle? Was wäre anders, wenn sie wüssten, dass ihr einen City Bound macht? Bei vielen City Bounds macht es auch viel mehr Spaß, wenn ihr euer Handy nicht zum Lösen der Aufgaben benutzen dürft. Klärt im Vorfeld, ob und in welchem Umfang ihr euer Handy einsetzen dürft. Alle anderen Regeln stellt ihr selber auf. Wie ihr die Aufgaben löst und was ihr genau macht, das ist euch überlassen. Achtet aber stets darauf, dass ihr dabei die Gesetze einhaltet und respektvoll mit anderen Menschen umgeht.

Action, Abenteuer und neue Erfahrungen:

City Bounds haben einiges zu bieten. Sie können aber auch ganz schön knifflig sein – für die Teilnehmenden, aber auch für diejenigen, die den City Bound anleiten. Am besten geht das mit der Hilfe von Erlebnispädagogen, die Erfahrung mit der Durchführung und Anleitung von City Bounds haben. Wie ihr City-Bound-Experten findet? Schaut mal in der Linkliste und bei den Buchtipps nach!



Darin bin ich Experte:

Hilfe leisten für Menschen in schwierigen Lebenslagen ... in Deutschland und weltweit

reichen

Hilfe Nächstenliebe ~~Wut~~

Vielfalt ~~Gier~~ Andersartigkeit Gleichheit

chkeit ~~Not~~ Helfen Teilhabe Generationen

Hilfsbereitschaft Solidarität ~~Neid~~ Toleranz

Caritas bedeutet Nächstenliebe. Caritativ sein heißt, Menschen in Notlagen zu helfen. Um die vielen caritativen Initiativen zu vernetzen und den Menschen so noch besser helfen zu können, gründete Lorenz Werthmann 1897 den Deutschen Caritasverband in Freiburg. Danach wurden auf der ganzen Welt Caritasverbände gegründet, so dass die Caritas heute in über 160 Ländern vertreten ist.



Eiszeit

Ladet eine fremde Person zu einem Eis ein (es kann auch ein Kaffee oder ein Stück Kuchen sein). Lasst euch davon überraschen, über was ihr mit dieser Person ins Gespräch kommt.

Dinner for one



In eurer Mittagspause geht ihr alleine in ein Restaurant und fragt an einem schon besetzten

Tisch nach, ob ihr euch dazusetzen dürft. Versucht mit der/den Person(en) ins Gespräch zu kommen.

Tipp:

Da es manchmal nicht leicht ist, einfach so mit jemand Fremden ins Gespräch zu kommen, könnt ihr euch im Vorfeld auch Fragen überlegen. Anstatt bei einem Mittagessen in einem Restaurant, könnt ihr das Ganze auch bei Kaffee und Kuchen in einem Café

machen.



Weitere City Bounds im Aktionsheft

- Bei der **Wheelmap-Challenge** erfahrt ihr, wie es sich anfühlt, in eurer Stadt mit dem Rollstuhl unterwegs zu sein (S. 13).
- Ihr entwerft einen **alternativen Stadtführer** und lernt dabei eure Stadt neu kennen und erfahrt zum Beispiel ob eure Lieblingslocations altersgerecht sind (S. 16).
- Bei der Aktion **Alte Schule** schätzt ihr das Alter von Menschen ein (S. 17).
- **Wasser marsch** heißt es, wenn ihr loszieht und eine Flasche Wasser gegen etwas anderes eintauscht und so lange weitertauscht, bis ihr etwas behalten wollt (S. 22).
- **Geld regiert die Welt**, sagt man. Sammelt Fremdwährung bei Menschen aus anderen Teilen der Welt und ermittelt den Wert eures Geldes (S. 25).
- Beim **internationalen Gruppenbild** kommt ihr mit Menschen aus unterschiedlichsten Ländern in Kontakt und macht mit ihnen ein gemeinsames Foto (S. 25).

Buchtipps

Ihr wollt mehr erfahren und braucht weitere Ideen für City Bounds? Dann helfen euch folgende Bücher weiter:

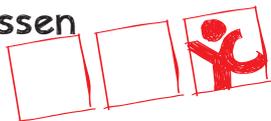
- Christina Crowther: **City Bound. Erlebnispädagogische Aktivitäten in der Stadt**. Ernst Reinhardt Verlag 2005.
- Tanja Klein/Christian Wustrau: **Abenteuer City Bound. Spielideen für soziales Lernen in der Stadt**. Friedrich Verlag 2014 (mit großer Methodensammlung zur Reflexion und Checkliste für das Durchführen und Anleiten eines City Bounds).

Links

- Beim Bundesverband für Erlebnispädagogik findet ihr City-Bound-Anbieter für euer Bundesland, die mit euch City Bounds machen oder euch an Anbieter in eurer Stadt weitervermitteln können:
bundesverband-erlebnispaedagogik.de
- Was braucht es für einen City Bound? Und was kann man alles dabei erleben? Weitere Infos zur Methode City Bound findet ihr auf:
taten-wirken.de/citybound

All inclusive?

Urlaub mit Hindernissen



Ach wie schön: Die Sonne scheint, der Urlaub rückt näher und die Vorfreude ist kaum noch zu bändigen. Auf einer Reise kann man herrlich in den Tag hineinleben. Ohne die Sorgen, die einen im Alltag so plagen. Für Menschen mit Behinderung kann Urlaub aber auch mit ziemlich viel Stress verbunden sein. Den Alltag zu verlassen, bedeutet für sie gleichzeitig auch immer, die bekannte Umgebung zu verlassen und damit kommen Fragen auf: Was kann ich dort selbständig schaffen und wobei brauche ich Hilfe? Wer kann mir dabei helfen? Ist in meinem Urlaubsparadies denn wirklich alles so barrierefrei, wie im Prospekt angekündigt? Und wie ist die Situation außerhalb des Hotels, wenn ich die Umgebung erkunde?



Ganz schön früh wach heute. Es ist schon so warm im Zimmer. Deswegen wahrscheinlich. Erst mal auf die Toilette. Oder lieber wegdrücken und unten im Restaurant vorm Frühstück auf die Behindertentoilette. Auf meiner Toilette komme ich immer so schlecht wieder hoch. Die ist einfach zu niedrig und ohne Griffe geht das eigentlich nur mit Gewalt.



Endlich erleichtert. Und hungrig. Aber echt nervig, dass es überhaupt keine Auflistung von Allergenen beim Büffet gibt. Die Hälfte der Sachen hab ich schon von meinem persönlichen Speiseplan gestrichen. Man kann ja nie wissen. Und die halbherzigen Aussagen vom Kellner gestern haben es auch nicht vertrauenswürdiger werden lassen. Na ja, schmecken tut es dafür aber richtig gut.



Satt zum Pool. Herrlich. Und jetzt in der Sonne grillen. Und die schönen hohen Liegen schon wieder alle belegt :(– die älteren Hotelgäste schätzen die halt auch. Soll ich mal nachfragen, ob ich die eine dort haben kann? Sieht aus, als ob die die nicht wirklich brauchen ... Ist schon peinlich, wo hier doch noch so viele Liegen frei sind. Ach, ich wollte doch heute eh mal an den Strand. Abenteuer Sand.



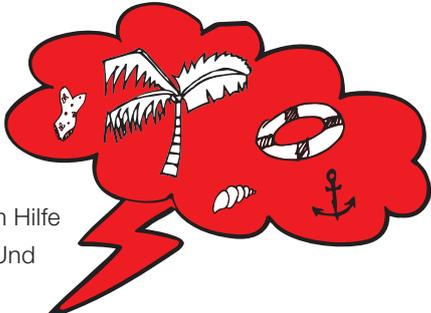
Der Comiczeichner Phil Hubbe ist selbst an Multipler Sklerose erkrankt, einer Krankheit, bei der viele Menschen auf einen Rollstuhl angewiesen sind. Die große Frage für ihn ist: „Darf man über Behinderung Witze machen?“ Die Antwort, die er in seinen Cartoons gibt, ist eindeutig: „Wenn man es mit Inklusion ernst meint, dann muss man sogar Witze über Behinderung machen!“ Denn alles andere würde bedeuten, dass man aus Behinderung ein gesellschaftliches Tabu macht. Und gerade wenn einem bei Phil Hubbes schwarzem Humor manchmal das Lachen im Halse stecken bleibt, dann zeigt das nur umso deutlicher, wie viel es noch für ein barrierearmes Miteinander umzudenken und zu tun gibt.

10:03

War das ätzend. Hab schon gar keine Lust mehr. Eigentlich ist es hier am Strand doch herrlich, aber meine Laune ist jetzt erst mal im Keller. Wie lang der mich hat warten lassen, das ist echt eine Unverschämtheit. Und alles wegen diesem blöden Tor. Immer diese Spezialwürste. Wieso müssen denn überall so viele Treppen sein? Ist doch auch für Familien mit Kindern total dämlich. Ich muss jetzt sofort ins Wasser mich abkühlen.

16:46

Jetzt war es doch noch ein herrlicher Tag am und im Meer. Einmal fast umgekippt und wie ein Wal gestrandet, aber das fast Fallen ist ja eh Standard bei mir. Kein großes Ding. Und wenn mir noch die nette Rettungsschwimmerin wieder hochgeholfen hätte, dann wäre ich sogar noch ganz gerne hingefallen ... Ach was, was sag ich denn da. So hilflos angeguckt zu werden, da stirbt schon immer wieder ein kleiner Teil von mir. Und dann dieses um Hilfe Winseln. Ich bekomme dann vor lauter unterdrücktem Heulen ja kaum ein Wort raus. Und wenn selbst die netten Menschen, die kommen und nachfragen, wie sie mir helfen können, total hilflos wirken und nicht wissen wie – na ja, bin ja noch mal mit dem Schrecken davongekommen.



21:06

Eigentlich wollte ich heute Abend doch feiern gehen. Hab ich mir gestern geschworen. Aber ich bin sooooo müde. Und wenn ich unkonzentriert bin, dann wird's gefährlich. Eine Schwelle nicht bemerkt und zack ... Außerdem weiß ich ja gar nicht wohin – wenn ich nur wüsste, wie es in dieser Bar ist, von der mir alle erzählen. Die soll ja sehr cool sein ... aber vielleicht auch extrem eng und schmal und so viele Leute dort und dann ist es nur eine Frage der Zeit, bis mich einer aus Versehen anrempelt und umschmeißt. Ach komm, ich geh einfach ins Bett und les noch mein spannendes Buch – morgen ist ja auch noch ein Tag.

Recht auf Teilhabe und Inklusion

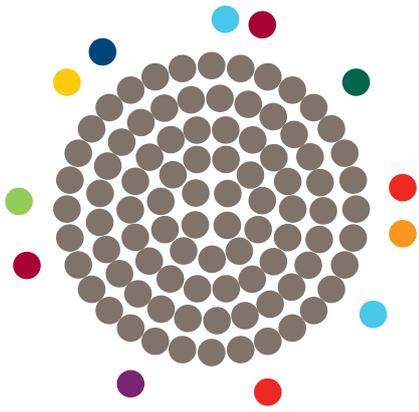
2006 wurde von den Vereinten Nationen die UN-Behindertenrechtskonvention verfasst. Darin ist festgehalten worden, dass Menschen mit Behinderung ein Recht auf Teilhabe am gesellschaftlichen Leben haben.

Um dies zu erreichen, müssen Barrieren in Städten, Gebäuden, Transportmitteln und im Internet abgebaut werden, behinderte Menschen müssen selbstbestimmt leben können mit Hilfe von Unterstützung und Assistenz und sie müssen gleichberechtigten Zugang zu Bildung und Arbeit haben, um sich ihren Lebensunterhalt eigenständig verdienen zu können. Um diese Dinge in Deutschland konkret umzusetzen, wurde 2016 das Bundesteilhabegesetz beschlossen. Dadurch haben sich einige Verbesserungen für Menschen mit Behinderung ergeben. Zum Beispiel konnten Menschen, die auf Assistenz angewiesen sind, bisher kaum

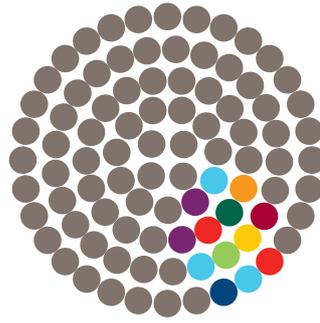
sparen. Sie durften lediglich 2600 Euro besitzen und mussten damit, selbst wenn sie einen Job haben, eigentlich in Armut leben. Diese Grenze wurde nun auf 27.600 Euro angehoben und soll 2020 auf 50.000 Euro steigen. Das ist zwar schon viel besser, aber auf große Anschaffungen sparen, wie eine eigene Wohnung, können behinderte Menschen damit noch immer nicht.

Außerdem gibt es einige Punkte im Bundesteilhabegesetz, die Menschen mit Behinderung ihrer Selbstbestimmung berauben können. Zum Beispiel kann es sein, dass ein Mensch nicht weiter zu Hause leben darf, weil das Sozialamt ihm sagt, dass es billiger sei, ins Heim zu gehen als eine persönliche Assistenz für zu Hause zu finanzieren.

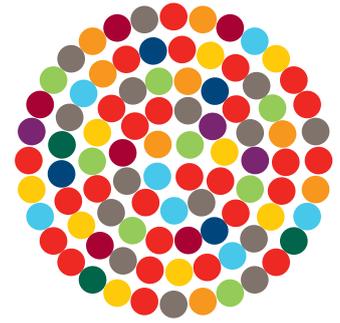




Exklusion



Integration



Inklusion

Was soll sich ändern?

- Menschen mit Behinderung sollen sich ihren Lebensunterhalt selbst verdienen können und dürfen nicht dazu gezwungen werden, in Armut leben zu müssen. Maßstab für Hilfen dürfen nicht die Kosten der Unterstützung sein, sondern in welchem Maße die Unterstützung ein zu dem Menschen passendes selbstbestimmtes Leben ermöglichen kann.
- Menschen mit Behinderung sollen nicht als nur bedürftige Menschen behandelt werden, sondern als Menschen, die selber helfen, gestalten und etwas ändern wollen – als

Expert(inn)en in eigener Sache, um ihre Umwelt barriereärmer zu gestalten, aber ebenso selbstverständlich sollten sie sich nach ihren persönlichen Interessen engagieren können, zum Beispiel in der Flüchtlings- oder Altenhilfe.

- Menschen sollen wegen gemeinsamer Interessen Zeit miteinander verbringen können und nicht, weil sie eine (ähnliche) Behinderung haben. Es muss selbstverständlich werden, dass behinderte und nichtbehinderte Kinder zusammen die Kitas, Kindergärten, Schulen ihres Stadtteils oder ihrer Wahl besuchen können und niemand ausschließlich auf spezielle Einrichtungen angewiesen ist.



Was:

Wie fühlt es sich an, im Rollstuhl zu sitzen und durch die Stadt zu fahren? Wie reagieren die Mitmenschen auf mich? Wo werden kleine Schwellen zu unüberwindbaren Barrieren? Der Alltag im Rollstuhl ist manchmal kein leichter. Unter wheelmap.org finden Menschen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind, eine Online-Karte mit den wichtigsten Informationen über die Barrierefreiheit von vielen Locations ihrer Stadt wie Cafés, Geschäften und Museen. Die Karte kann von jedem registrierten Nutzer ergänzt werden, wodurch laufend weitere Infos zu Orten hinzukommen. Ist der Eingang stufenlos, ist drinnen alles barrierefrei erreichbar, zum Beispiel über einen Aufzug, und ist die Toilette rollstuhlgerecht?

Wie:

In Zweiertteams erkundet ihr eure Umgebung. Dabei habt ihr als Team je einen Rollstuhl. Eine(r) von euch sitzt also im Rollstuhl und eine(r) ist die Begleitperson. Nach der Hälfte der Zeit wechselt ihr die Rollen an einem Ort, an dem ihr möglichst allein seid und euch niemand sieht (zum Beispiel im Aufzug). Denn die Challenge beinhaltet ja, dass es sich für euch „echt“ anfühlt, im Rollstuhl zu sitzen und die Mitmenschen würden anders auf euch reagieren, wenn sie wüssten, dass ihr nur „probehälter“ im Rollstuhl sitzt. Eure Aufgaben bestimmt ihr selber. Am besten, ihr macht das, was ihr sonst auch macht, wenn ihr in der Stadt seid.

Besucht einfach eure Lieblingslocations und geht:

- einen Einkaufsbummel machen
- in den Park
- ins Restaurant oder Café
- ins Museum

Was war anders als sonst? Wie wurde ich beachtet, wenn ich im Rollstuhl gesessen habe oder als Begleitperson? Welche Schwierigkeiten gab es? Was waren schöne Ereignisse? Mit euren Erfahrungen könnt ihr danach die Wheelmap ergänzen, eure Lieblingslocations mit aufnehmen und dabei Menschen im Rollstuhl mit wichtigen Informationen weiterhelfen.

Da ihr einige Rollstühle für die Aktion braucht, könnt ihr bei Einrichtungen der Behinderten- und Altenhilfe oder auch bei Orthopädiefachgeschäften nachfragen, ob sie vielleicht gegen Pfand oder Leihgebühren Rollstühle an euch verleihen.

Links

- Du willst mitreden, mitdenken, mitmachen beim Thema Inklusion? Du wolltest schon immer mal wissen, wie man Songs in Gebärdensprache ausdrückt? Dann schau nach bei JAM!
jam.aktion-mensch.de
- Wie sind meine Hemmungen im Umgang mit behinderten Menschen? Nehme ich Menschen mit Behinderung wirklich als selbstbewusste Persönlichkeiten wahr? Das Video „The eyes of a child“ zeigt ein spannendes Experiment:
youngcaritas.de/inklusion
- Du suchst in deiner Nähe Einrichtungen, die zum Beispiel inklusive Sport- oder Freizeitangebote anbieten? Dafür brauchst du nur deine Postleitzahl und ein passendes Stichwort:
familienratgeber.de/beratungsstellen-adressen.php



Für die Schule

Barrieren überwinden

Im Spiel „Ich sehe was, was du nicht hörst“ können die Schüler(innen) erste Erfahrungen sammeln, wie schwierig der Alltag mit Behinderung sein kann. Das Modul „Was bedeutet Behinderung?“ stellt die unterschiedlichen Formen von Behinderung vor. Außerdem lernen die Schüler(innen) die Wheelmap kennen und können ausprobieren, wie sich ein Rollstuhl fährt und wie es ist, über Bordsteine zu fahren. Die Unterrichtsmodule dienen somit auch zur Vorbereitung auf die Wheelmap-Challenge:

Download unter youngcaritas.de/schule

Hey Alter!

Gemeinsam statt einsam



Alle Menschen wollen alt werden, aber niemand will alt sein. In den Medien und der Werbung geht es beim Thema Alter meist um Krankheit, Pflege, eingeschränkte Mobilität und Wahrnehmung. Aber stimmt das denn? Gibt es denn nicht auch schöne Seiten des Lebens im Alter? Und was können junge und alte Menschen einander geben?

Als Kind habe ich die gemeinsame Zeit mit Oma und Opa sehr genossen: Sie hatten so viel Geduld und Zeit, haben jeden Quatsch mitgemacht, mir keine Süßigkeiten verboten und die schönsten Geschichten erzählt. Aber ansonsten finde ich alte Menschen eher anstrengend: Sie sind langsam, stehen immer im Weg rum, meckern viel, riechen komisch und erzählen seltsame Sachen. Aber woher kommen meine Vorurteile?

Natürlich bringt das Alter auch mit sich, dass Menschen weniger fit und auf mehr Hilfe angewiesen sind, was für sie und ihr Umfeld anstrengend sein kann. Wieso aber denke ich zuerst daran und nicht an alte Menschen, die ein interessantes Leben hatten und die noch immer mit ihren ganzen Erfahrungen am kulturellen und sozialen Leben teilhaben. Und die sich mit viel Energie und Zeitaufwand ehrenamtlich engagieren und sich, obwohl sie vielleicht nicht mehr topfit sind, mit großer Begeisterung um andere Menschen kümmern?

Wahrscheinlich, weil ich dafür mit zu wenigen alten Menschen in direktem Kontakt bin. Würde ich den alten Herren, der oft den Fahrradstellplatz zuparkt, besser kennen, wahrscheinlich wäre mir sein Parkstil nicht mehr so wichtig. Was er wohl macht? Vielleicht war er mal Schiffskapitän und hat spannende Geschichten von seinen Reisen auf den Weltmeeren zu erzählen. Oder er war Buchhalter, hat den trockensten Humor und kennt die besten Witze. Und was die alte Dame wohl so macht, deren Hund mich immer heftig anbellt?



Oma und Opa sehe ich kaum noch, sie leben sehr weit weg. Ich hätte trotzdem gerne Menschen in meiner Nähe, die mir tolle Geschichten von früher erzählen, mich mit Kuchen vollstopfen und mir sagen, dass ich alles schaffen kann, wenn ich nur will. Und die sich freuen, wenn ich bei Kleinigkeiten im Alltag helfe: Einkäufe hochtrage, das neue Handy einrichte und zeige, wie man Bilder und Videos anschauen kann oder das Kleingedruckte auf der Telefonrechnung vorlese. Das alles vermisse ich.

Vor ein paar Monaten habe ich die alte Dame mit ihrem Hund gesehen, wie sie sich mit ihren Einkäufen abgemüht hat. Da habe ich direkt gefragt, ob ich helfen kann und ihr die Sachen in ihre Wohnung im zweiten Stock hochgebracht. Kurze Zeit später stand sie auf einmal

mit Keksen vor meiner Tür und wollte sich bedanken. Nun stricken wir einmal die Woche zusammen. Und bei unseren Gesprächen haben wir festgestellt, dass es ihr genauso geht wie mir: Sie sieht ihre Enkel, ebenso wie ich meine Großeltern, recht selten und wir beide finden es sehr schade, dass wir kaum Orte in unserem Stadtviertel kennen, an denen sich Jung und Alt begegnen und etwas gemeinsam machen. Wir beide wünschen uns nämlich, dass sich die Menschen in unserer Nachbarschaft besser kennen würden und mehr

Gelegenheiten hätten, zusammen zu spielen, zu lachen, zu tanzen, aber auch über Dinge im Viertel zu sprechen, die sie ärgern und die sie gerne verbessern würden. Aber was für Angebote gibt es in unserem Stadtviertel bereits? Wir haben dann im Internet nach Nachbarschaftshilfen und dem Quartierstreff in unserer Nähe gesucht und direkt ein Angebot gefunden, das wir uns nächste Woche gemeinsam anschauen werden: Im Kleiderladen trifft sich einmal die Woche eine Gruppe aus jungen und alten Menschen, die gemeinsam näht und strickt.

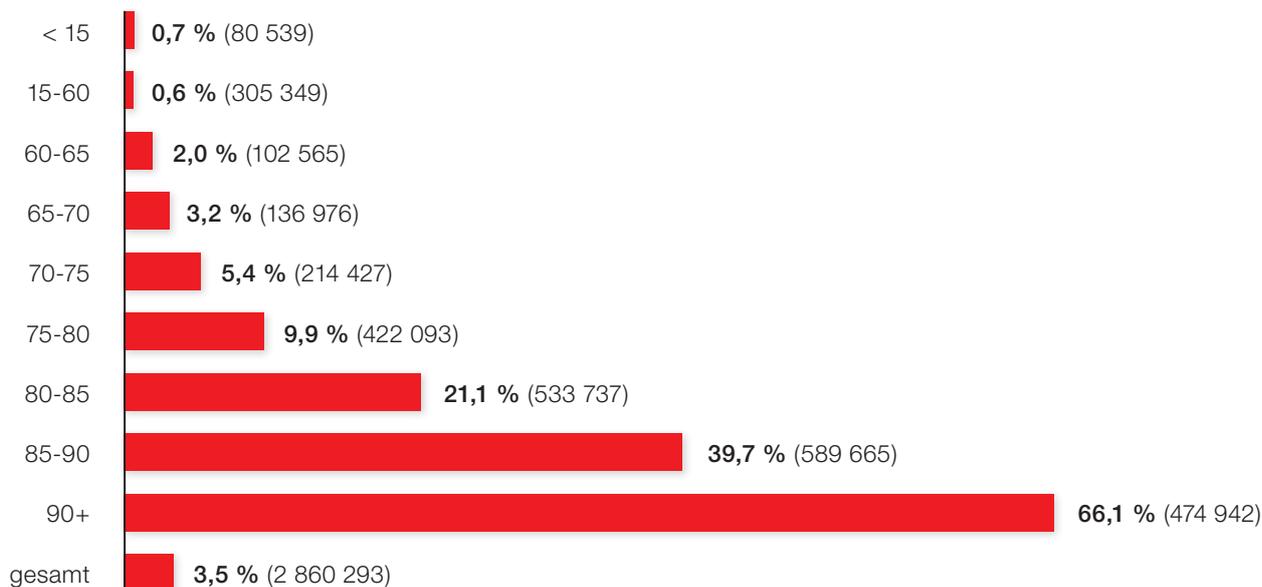
Was soll sich ändern?

- Wohnquartiere sollen so gestaltet sein, dass für alle etwas dabei ist und öffentliche Räume ohne Barrieren zugänglich sind. Davon profitieren neben alten Menschen auch behinderte Menschen und Familien. Quartiersarbeit muss einen größeren Stellenwert in der Stadtplanung bekommen und jeder Stadtteil mindestens einen zentralen Quartiersladen haben als Anlaufstelle für alle Stadtteilbewohner(innen), die sich miteinander treffen und austauschen wollen.
- Menschen eines Stadtteils sollen mehr Möglichkeiten bekommen, ihre Lebensräume mitzugestalten. Bereits in der Planung von Bauvorhaben sollen Gestaltungsbeiräte Einfluss darauf haben. Quartiere müssen Plätze, Grün- und Wasserflächen bieten, die zum Verweilen aller Bewohner einladen. Nur wenn öffentliche Räume auf unterschiedliche Bedürfnisse eingehen, können sie zu Orten der Begegnung aller Generationen werden.
- Wohnraum muss für alle bezahlbar sein. Stadtteile sollen möglichst vielfältig sein und bleiben, indem Menschen mit unterschiedlichem Einkommen nebeneinander und miteinander wohnen können.



Pflegequote nach Altersgruppen in Deutschland 2015

Anteil der Pflegebedürftigen an der jeweiligen Bevölkerungsgruppe in % und Anzahl der Personen



Quelle: Statistisches Bundesamt, Pflegestatistik 2015



Alternativer Stadtführer

Was:

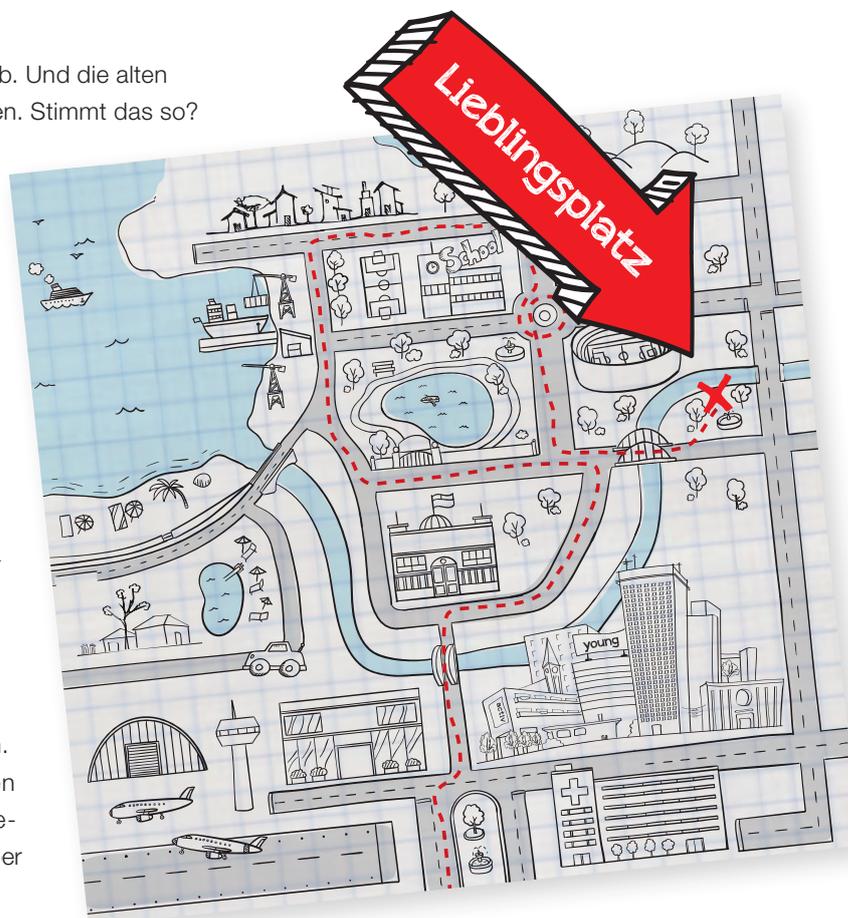
Am Skatepark hängen die jungen Leute ab. Und die alten Menschen sitzen im Park und füttern Enten. Stimmt das so? Entwerft einen alternativen Stadtführer und stellt die schönsten Orte eures Stadtteils aus der Sicht von alten Menschen vor.

Wie:

Fragt ältere Menschen, an welchen Orten sie sich gerne aufhalten und warum. Ihr könnt auch eure Lieblingsorte abchecken und Menschen unterschiedlichen Alters fragen, was sie an den Orten mögen und was nicht. Gibt es Unterschiede und Ähnlichkeiten zwischen Jung und Alt?

Tipp:

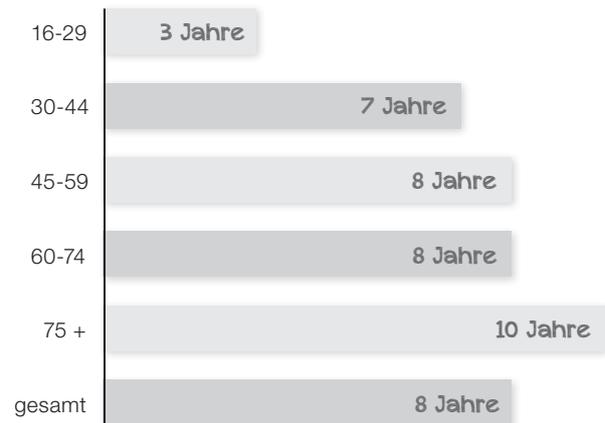
Der alternative Stadtführer kann zu ganz unterschiedlichen Themen erstellt werden. Ihr könnt auch einen Stadtführer entwerfen zu den unbekanntesten Plätzen, den unbeliebtesten Gebäuden oder den Läden in der Innenstadt, die keiner Kette angehören.



Alte Schule

Wie alt ein Mensch ist, das ist manchmal schwer zu sagen. Einerseits gibt es bei jedem Menschen eine Zahl, die er knallhart benennen kann. Und auf der anderen Seite gibt es ein gefühltes Alter, das sich nur schwer in Zahlen ausdrücken lässt. Bei diesem City Bound müsst ihr das Alter von Menschen auf der Straße schätzen und sie dann fragen, ob ihr richtig gelegen habt. Fragt sie außerdem, wie alt sie sich fühlen oder was sie denken, ab wann ein Mensch alt ist. Bedenkt aber, dass einige Menschen nicht sehr gerne nach ihrem Alter gefragt werden und vielleicht harsch auf eure Fragen reagieren.

Die meisten fühlen sich jünger als sie sind



Quelle: Allensbacher Archiv, Institut für Demoskopie, IfD-Umfrage 10088

Für die Schule

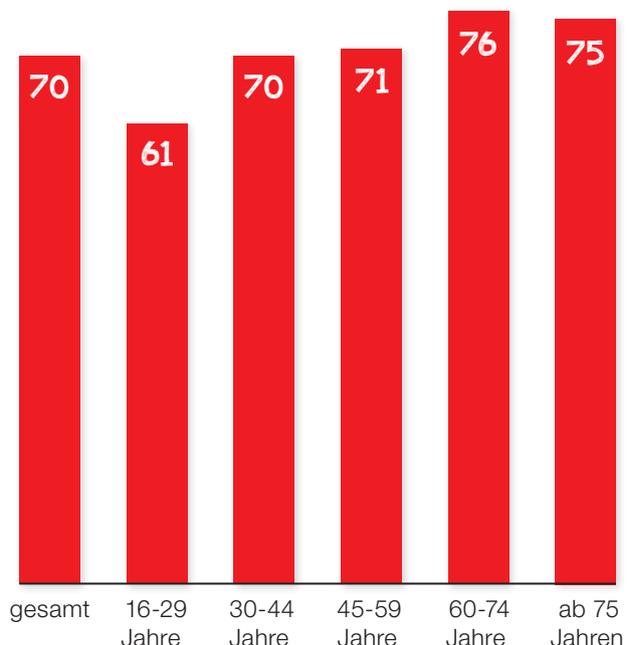
Leben im Alter

Die Schüler(innen) entwerfen Zukunftsvisionen ihres eigenen Lebens: Wie lebe ich mit 20 Jahren? Habe ich Kinder mit 30? Was arbeite ich mit 40 Jahren? Wie geht es mir, wenn ich 60 Jahre alt bin? Im Schnellflug durch die Zeit wird dabei sichtbar, wie sich das eigene Leben mit dem Alter verändert.

Download unter youngcaritas.de/schule

Wann ist jemand alt?

Ab wie vielen Jahren in etwa würden Sie einen Menschen als alt bezeichnen?



Altersangaben im Durchschnitt (in Jahren)

Quelle: Allensbacher Archiv,

Institut für Demoskopie, IfD-Umfrage 10088

Links

- Du findest es wichtig, dass junge und alte Menschen etwas gemeinsam unternehmen und weißt aber nicht, wie und wo du mitmachen kannst. Die Initiative „Tante Inge“ führt alte und junge Menschen in Tandems zusammen und organisiert verschiedene Aktionen wie „Tante Inge strickt“ oder „Tante Inge trinkt Cocktails“: tante-inge.org
- Beim „Wohnen für Hilfe“ zieht ein junger Mensch in die Wohnung eines älteren Menschen ein, hilft diesem Menschen im Alltag, beispielsweise bei der Gartenarbeit oder im Haushalt, und muss dadurch weniger Miete bezahlen. In welchen Städten es „Wohnen für Hilfe“ bereits gibt und wer die Ansprechpartner(innen) sind, findest du hier: hf.uni-koeln.de/30204

Anderswo und trotzdem hier

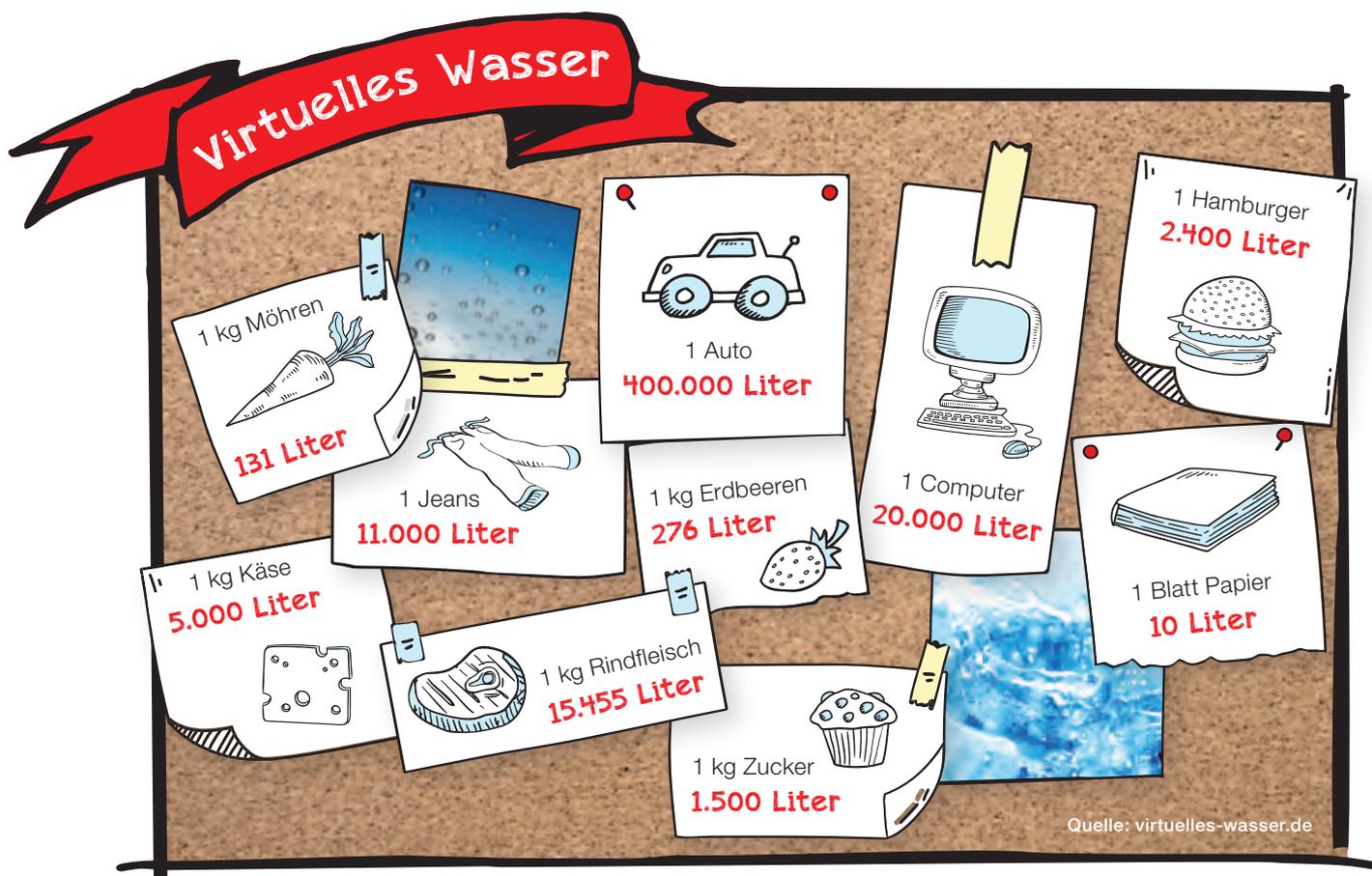
Wie im Handy virtuelles Wasser von Peru nach Deutschland fließt



Jeder Mensch in Deutschland verbraucht täglich rund 120 Liter Wasser zum Trinken, Waschen und Kochen. Diese 120 Liter sind jedoch nur ein sehr kleiner Teil unseres tatsächlichen Wasserverbrauchs – indirekt verbrauchen wir nämlich wesentlich mehr: circa 3900 Liter täglich. Kaum zu glauben. Fast alle unsere Produkte – Handys, T-Shirts oder Autos – verbrauchen bereits bei ihrer Herstellung sehr viel Wasser. Wir sehen es zwar nicht, aber ohne dieses „virtuelle Wasser“ könnten wir keine Nachrichten von unserem Smartphone schicken oder mit dem Auto fahren.

Ob für die Rohstoffgewinnung für Handys in Peru, beim Anbau von Äpfeln am Bodensee oder dem Färben von Jeans in der Türkei: Überall auf der Welt wird Wasser

bei der Herstellung von Produkten verbraucht, die zu unserem täglichen Leben gehören. Da dieses Wasser in den Produkten nur noch teilweise oder gar nicht mehr enthalten oder sichtbar ist, wird es auch „virtuelles Wasser“ genannt. Dazu zählt nicht nur, wenn Pflanzen gewässert werden oder Kühe trinken, sondern auch das Wasser, das bei den unterschiedlichen Produktionsschritten verschmutzt wird. Jedes Produkt erhält so seinen eigenen Wasserfußabdruck. Bei einer Jeans zum Beispiel wird zwar das meiste Wasser, 85 %, bei der Herstellung der Baumwolle verbraucht, aber zusätzlich wird beim Färben der Stoffe Wasser verschmutzt, das danach nicht mehr als Trinkwasser genutzt werden kann. Die Jeans, die wir dann im Laden kaufen, hat bereits, bevor wir sie das erste Mal waschen, ungefähr 11.000 Liter Wasser benötigt.



Die Nachfrage nach neuen Rohstoffen und Produkten und damit auch der Verbrauch von Wasser sind ungebrochen hoch. So etwa zerstören in Peru illegale Goldsucher weite Teile des Amazonasgebiets und berauben damit Menschen und Tiere dort ihrer Lebensgrundlage. Um an das Gold im Boden zu gelangen, holzen oder brennen sie den Regenwald ab, überfluten das Land und benutzen giftiges Quecksilber, um aus dem Schlamm das Gold herauszulösen. Dabei verschmutzen sie das Trinkwasser stark und vergiften die Fische. Ohne Fische haben die dort lebenden Menschen aber oft keine Nahrungsgrundlage mehr. Und sehen dann vielleicht den einzigen Ausweg darin, selber illegalen Goldabbau zu betreiben.

Aber was habe ich damit zu tun, wenn illegale Goldsucher die Umwelt zerstören? In jedem Handy stecken sehr viele Kleinteile. Viele sind aus Metallen wie Kupfer und Gold. Also trägt jedes Handy, das nicht gekauft

wird, oder jedes alte Handy, das weiterverkauft oder recycelt wird, ein bisschen dazu bei, dass weniger Gold gebraucht wird und dass es weniger illegale Goldsucher gibt. Die meisten Goldsucher betreiben den illegalen Goldabbau nur, weil sie Geld brauchen und weil sie keine Alternative sehen, um für sich und ihre Familien zu sorgen.



Die Caritas in Peru fördert landwirtschaftliche Einkommensmöglichkeiten für Bauernfamilien. Gerodete Regenwaldflächen werden wieder aufgeforstet und nutzbar gemacht. In Madre de Dios zum Beispiel, einer Amazonasregion im Südosten Perus, bauen viele Menschen nun auf ihren Feldern Fruchtbäume, Sträucher, Palmen, aber auch Mais, Kakao und Ananas an. Von der Caritas erhalten sie dafür Werkzeug, organischen

Dünger und Baumsetzlinge. Zur Weiterverarbeitung und zum Verkauf ihrer Produkte schließen sich die Bauern in Erzeugergemeinschaften zusammen.

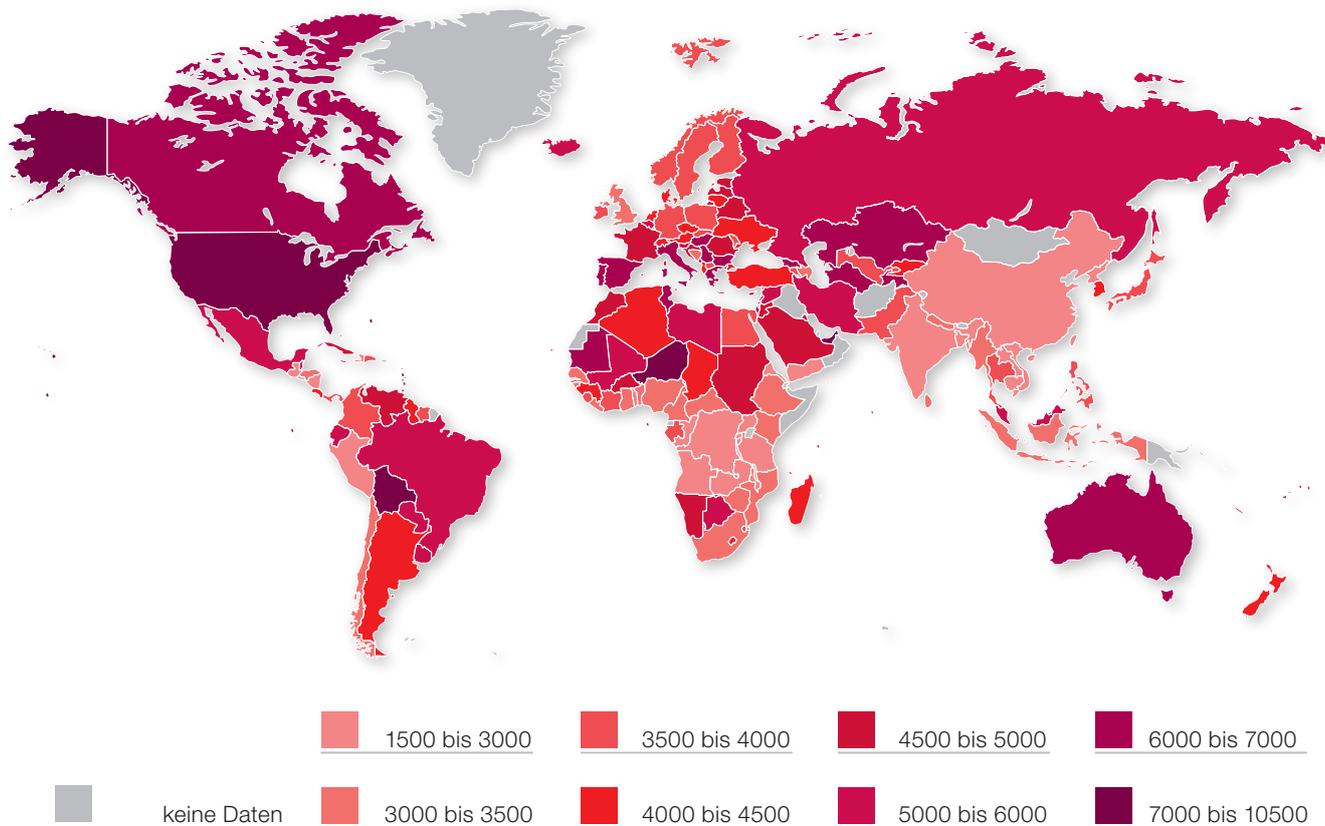
Dadurch können sie zum Beispiel aus ihren Kakaobohnen Trinkschokolade machen und höhere Einnahmen erzielen, als wenn sie nur den Rohkakao verkaufen würden. So setzen die Menschen in Madre de Dios dem umweltzerstörerischen illegalen Goldabbau mit ihrer starken Gemeinschaft eine Alternative entgegen und tragen gleichzeitig dazu bei, ihre Heimat durch nachhaltige und klimaschonende Landwirtschaft zu erhalten.

caritas-international.de/wasser

Weltweites Caritas-Netzwerk
Die Caritas ist eine weltweite Bewegung. In mehr als 160 Ländern engagieren sich Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für Solidarität und soziale Gerechtigkeit.

Der Wasserfußabdruck weltweit

Täglicher Wasserverbrauch pro Einwohner(in) in Liter



Mekonnen, M.M. and Hoekstra, A.Y. (2011) National water footprint accounts: The green, blue and grey water footprint of production and consumption, Value of Water Research Report Series No. 50, UNESCO-IHE, Delft, the Netherlands. waterfootprint.org/Reports/Report50-NationalWaterFootprints-Vol1.pdf

Jeder Mensch hat einen Wasserfußabdruck

In Deutschland verbraucht jeder Menschen im Durchschnitt circa 3900 Liter Wasser täglich. **Im weltweiten Durchschnitt verbrauchen die Menschen 3800 Liter Wasser am Tag.** Besonders in Ländern wie China und Indien oder in Zentral- und Südafrika verbrauchen die Menschen vergleichsweise wenig Wasser, in Nordamerika, Nordafrika und Südeuropa allerdings haben die Menschen einen recht hohen Wasserverbrauch.

Das alles sind natürlich nur Durchschnittswerte. Denn jeder Mensch hat auch einen individuellen Wasserfußabdruck, abhängig von seinem persönlichen Konsumverhalten und wie er sich ernährt. Was denkst du: Wie viel Wasser verbrauchst du am Tag beim Duschen und Kochen? Und wie viel Wasser verbrauchst du indirekt mit deinem Handy, deinem Essen und anderen Dingen? Mach den Test und ermittle deinen persönlichen Wasserfußabdruck:

waterfootprint.org

(Wähle unter *Resources* den Menüpunkt *Personal water footprint calculator* aus)



Was kann ich tun, um Wasser einzusparen?

- 1. Kaufe nachhaltig**, zum Beispiel regionale und saisonale Lebensmittel! Braucht man im Winter wirklich Erdbeeren aus Marokko? In weit gereistem Obst und Gemüse steckt viel Wasser, das dann besonders in wasserarmen Regionen als Trinkwasser fehlt.
- 2. Lege ab und zu einen Veggieday ein**, denn die Produktion von Fleisch braucht besonders viel Wasser.
- 3. Plastik vermüllt unsere Flüsse, Seen und Weltmeere und enthält gesundheitsschädliche Weichmacher. Zusätzlich wird bei der Herstellung und der Entsorgung von Plastik reichlich virtuelles Wasser verbraucht. Deshalb: Meide Verpackungen**, wann immer es geht! Es ist zum Beispiel unnötig, dass Bananen und Gurken in einer Plastikhülle verpackt sind.
- 4. Trinke Leitungswasser statt Wasser aus Flaschen!** Das Wasser, das in Deutschland aus der Leitung kommt, hat fast überall hervorragende Qualität – so spart man Geld, muss keine Wasserkisten schleppen und schont die Umwelt durch weniger Transport, Verpackungsmüll und Plastikflaschen.
- 5. Nachrüsten oder reparieren statt neu kaufen.** Die meisten Elektrogeräte sind nicht darauf ausgelegt, repariert zu werden. Die Reparatur ist oft teurer als ein Neukauf. Deswegen achte am besten schon beim Kauf darauf, dass ein Gerät möglichst recyclingfähig, nachrüstbar und zu reparieren ist. Dadurch sparst du viel virtuelles Wasser ein.
- 6. Recycle und mach Upcycling**, denn aus alten Klamotten oder anderen Abfallprodukten kann man neue und kreative Sachen entwerfen: Mach mit, nähe und bastle, was das Zeug hält, verwerte alles, was du hast und vermeintlich nicht mehr brauchst. Auf upcycling-diy.de findest du unseren Upcycling-Blog mit ganz vielen Ideen.

Old mobile for youngcaritas

Aktion

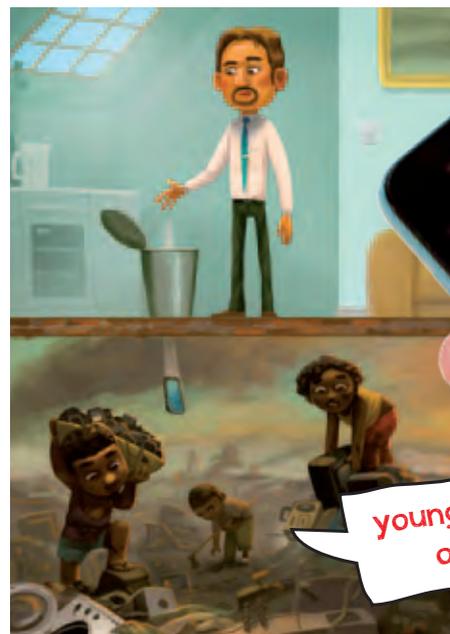
Was:

In jedem Handy stecken viele Kleinteile, viele davon aus wertvollen Metallen wie Kupfer und Gold. Beim Abbau der Rohstoffe, die zu großen Teilen gerade in armen Ländern Afrikas oder Südamerikas vorkommen, wird viel sauberes Trinkwasser verbraucht und verschmutzt. Zudem landen entsorgte Handys häufig auf den Müllhalden in ärmeren Regionen der Welt, wo sie, oft sogar von Kindern, unter höchst gesundheitsschädlichen Bedingungen ausgeschlachtet werden. Gesammelte alte Handys werden bei der Aktion entweder weiterverwendet, zum Beispiel durch Wohnungslose, oder fachgerecht verwertet. Damit hilfst du, Wasser zu sparen und die Lebensbedingungen für andere Menschen zu verbessern. Das Geld, das beim Verkauf der alten Handys durch youngcaritas zusammenkommt, geht an Hilfsprojekte von Caritas international in Westafrika.

Wie:

Du willst alte Handys sammeln? Vielleicht kannst du in deiner Schule ja eine Sammelbox aufstellen? Frage deine Lehrer(innen), ob und wie das gehen kann. Oder du fragst deine Freunde und Mitschüler(innen), ob sie alte Handys zu Hause in der Schublade haben und sie gerne einem guten Zweck zukommen lassen würden. Unterstützung beim Sammeln bekommst du von der youngcaritas in deiner Nähe oder unter:

missio-hilft.de/handysammeln

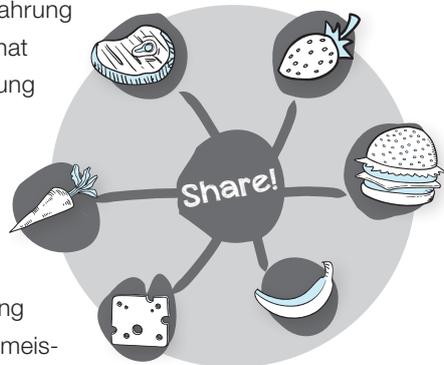


Fair-Teiler



Was:

70 % des Wassers, das weltweit verbraucht wird, wird in der Landwirtschaft genutzt. Mit unserem Essen verbrauchen wir also auch sehr viel Wasser. Und weil wir Menschen in den westlichen Ländern zu viel unserer Nahrung wegschmeißen, hat sich eine Bewegung gegründet, die Nahrungsmittel vor dem Müll bewahrt und unter die Leute bringt. Foodsharing heißt das. In den meisten Städten in Deutschland gibt es bereits Foodsharer. Indem du der Nahrungsmittelverschwendung etwas entgegengesetzt, sparst du auch viel virtuelles Wasser ein.



Wie:

Schau nach unter foodsharing.de, wie und wo man Nahrung teilen kann. Auf der Karte findest du auch die Fair-Teiler deiner Stadt. Hier können Lebensmittel hingebacht und von allen mitgenommen werden. Viele Foodsharing-Gruppen organisieren sich über Facebook. Manchmal findest du hier auch Bilder, wenn die Fair-Teiler aufgefüllt wurden. Als Foodsaver kannst du sogar Lebensmittel bei kooperierenden Betrieben abholen und zu den Fair-Teilern bringen. Dafür musst du ein paar Regeln lernen und einhalten. Als Foodsaver setzt du dich also nicht nur für die Umwelt ein, sondern du bist auch noch solidarisch mit anderen Menschen. Denn Menschen in deiner Stadt, die weniger Geld zum Leben haben, kommen umsonst an Lebensmittel und tun dabei noch etwas Gutes für die Umwelt.



Wassermarsch

Ihr zieht los und tauscht eine Flasche Wasser gegen etwas anderes ein. Ihr tauscht so lange weiter, bis ihr etwas bekommt, das ihr behalten wollt. Ihr könnt auch vorher ein Ziel bestimmen, bis zu dem ihr euch „hochtauschen“ wollt, zum Beispiel etwas zum Essen oder einen Alltagsgegenstand.

Für die Schule



Wasser ist ...

Wasser spielt im Leben aller Menschen eine wichtige Rolle. Wir brauchen es zum Trinken und Waschen, aber auch, um unsere Pflanzen zu gießen und für unsere Tiere. Bei der Reise durch verschiedene Wasser-Lebenswelten setzen sich die Schülerinnen und Schüler damit auseinander, was Wasser für sie selbst und für andere bedeutet.

Virtuelles-Wasser-Quiz

Wie viel virtuelles Wasser steckt wohl in einem Hamburger? Oder in einem Glas Orangensaft? Welches Produkt braucht von der Produktion bis zu mir nach Hause 20.000 Liter Wasser? Um das Quiz zu meistern, muss man verschiedene Produkte mit ihrem jeweiligen virtuellen Wasserverbrauch zusammenbringen.

Download unter youngcaritas.de/schule



Links

Du willst wissen, wieso man von blauem, grünem und grauem Wasser spricht? Illustrationen und eine Produktgalerie findest du unter:

virtuelles-wasser.de

durstige-gueter.de

Die Karte zum Wasserfußabdruck und weitere Materialien zum Download:

youngcaritas.de/wasser

Schwarz-rot-gold sind alle meine Kleider

Gesellschaft braucht Vielfalt



Vor 150 Jahren waren Hessen in Bayern Ausländer. Fremde. Und trotz der gleichen Sprache gibt es auch heute noch kulturelle Unterschiede zwischen Bayern und Hessen. Was macht uns eigentlich zu Fremden? Wie viel Fremdheit halten wir gut aus, finden wir sogar toll, und wann wird es uns zu viel? Manche Menschen machen sich Sorgen, dass Zuwanderung von Menschen aus anderen Kulturen ihre eigene Identität gefährden könnte.

Auf einem internationalen Kongress in London treffen sich Mediziner aus der ganzen Welt: aus Europa, Afrika, Amerika und Asien. Alle sprechen mehr oder weniger gut Englisch. Und verstehen sich dabei hervorragend. Obwohl der Techniker, der bei der Veranstaltung für Licht und Ton zuständig ist, in London geboren ist und perfekt Englisch spricht, versteht er kaum ein Wort. Die medizinische Fachsprache ist für ihn eine fremde Welt. Umgekehrt würde es den Medizinern wahrscheinlich genauso gehen, wenn sie einen Kongress zu einem technischen Thema besuchen würden. Denn für ein gegenseitiges Verständnis ist nicht allein der kulturelle Hintergrund sich begegnender Menschen bedeutsam, sondern vor allem auch die Lebenswelten, von denen sie geprägt werden. Daher ist es überhaupt nicht ungewöhnlich, dass man mehr gemeinsam haben kann mit

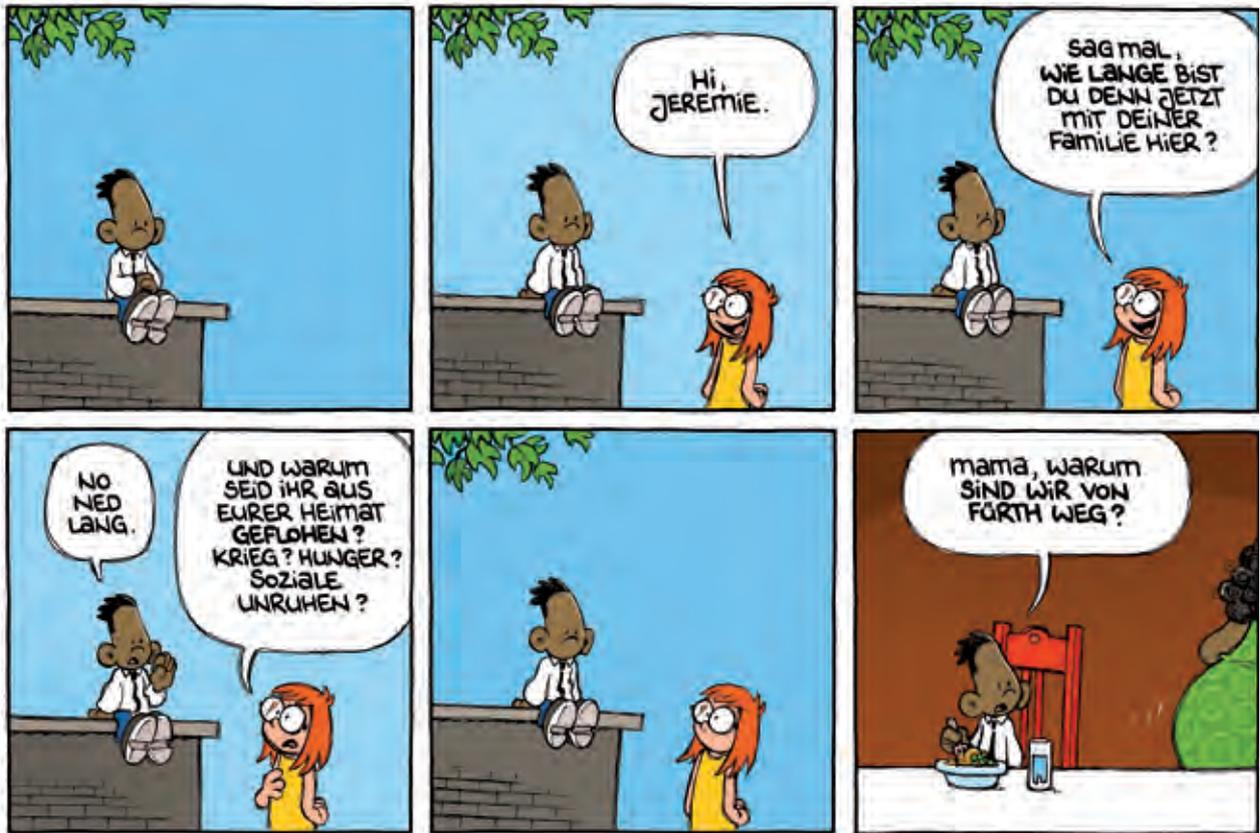
einem Menschen vom
anderen Ende
der Welt,

als mit seinem eigenen Nachbarn. Denn Kulturen sind unendlich vielfältig ebenso wie die Menschen, die aus ihnen stammen.

Unsere deutsche Gesellschaft ist eine bunte – auch schon ohne zugewanderte Menschen. Vielfältige Lebensformen und die Freiheit, sich nach den eigenen Wünschen und Bedürfnissen zu entfalten, führen dazu, dass sich auch Menschen mit deutschem Pass in manchen Dingen ähnlich und in anderen fremd sein können. Das Andersartige, das Ungewohnte und Neue besitzen eine hohe Anziehungskraft für uns. Ideen und Entwicklungen kennen keine Grenzen und Kulturen beeinflussen sich schon seit Jahrtausenden gegenseitig. Menschen wollen über ihren Horizont hinaussehen und unbekannte Welten erleben, ob in der Küche, im Kino, beim Lesen oder im Urlaub. Die Lust auf Neues, Fremdes, Andersartiges ist ein ursprüngliches menschliches Bedürfnis.

Ebenso ist aber auch die Angst vor dem Fremden eine ganz natürliche. Menschen wollen ihre nationale oder regionale Identität und Kultur bewahren und befürchten, andere Kulturen könnten die eigene Lebensweise verdrängen. Wir wollen wissen, wo unsere Heimat ist, und was diese Heimat von anderen Orten in der Welt unterscheidet. Die meisten von uns wollen zu einer Gruppe gehören und sich mit etwas identifizieren – zum Beispiel mit einer Fußballmannschaft, mit einem Beruf, mit einer Region! Wenn wir dieses Bedürfnis nach Identität mit unserer Neugier verbinden, passiert etwas sehr Spannendes. Wir lernen uns kennen! Migration und kultureller Austausch helfen uns dann sogar, uns selber besser zu verstehen. Denn wenn geflüchtete und einheimische Menschen miteinander ins Gespräch kommen und sich gegenseitig kennenlernen, wächst bei den Menschen nicht nur das Verständnis für andere Kulturen, sondern auch für die Vielfalt der eigenen.





Sprich.los Kneipentour



Was:

Mutig Klartext sprechen ist gar nicht so einfach, besonders wenn man mit platten Parolen und Vorurteilen konfrontiert wird. Sachliche Argumente und Fakten kommen da häufiger mal unter die Räder. Doch wer schweigt, erweckt den Eindruck von Zustimmung. Tauscht euch mit anderen aus, denen es ähnlich geht, und lernt bei eurer sprich.los-Kneipentour, wie ihr Klartext gegen Vorurteile sprechen könnt.

Wie:

Für die Aktion gibt es Flaschenöffner, Bierdeckel und Jokerkarten, die ihr bestellen könnt. Zieht mit ein paar Leuten los und verteilt dieses Material in Kneipen. Fragt aber auf jeden Fall vor dem Verteilen die Besitzerin oder den Besitzer der Kneipe um Erlaubnis. Vielleicht kommt ihr beim Verteilen sogar direkt mit ein paar Leuten in der Kneipe ins Gespräch. Oder ihr gründet euren eigenen Stammtisch. Dort könnt ihr euch über

eure Erfahrungen austauschen und Argumentationen kennenlernen, mit denen ihr Vorurteilen und platten Sprüchen begegnen könnt.

Schaut nach, welche Aktionen bereits gelaufen sind:
taten-wirken.de/sprich-los

Flaschenöffner, Bierdeckel und Jokerkarten könnt ihr bestellen unter carikauf.de/youngcaritas



Was soll sich ändern?

- Menschen haben ein Recht auf unterschiedliche Weltanschauungen und Lebensführungen. Diese Unterschiede dürfen nicht dazu führen, dass Menschen von gesellschaftlicher Teilhabe ausgeschlossen werden.
- Besonders in Kitas, Schulen und der Jugendarbeit, aber auch in Bereichen politischer Bildung und Teilhabe von Erwachsenen muss es Angebote geben, damit sich alle Menschen ihrer eigenen Einstellungen, Handlungen und Äußerungen bewusst werden können. Im Sinne einer offenen Gesellschaft brauchen wir genügend Räume und Möglichkeiten für Menschen, sich zu begegnen und das andere, Fremde, Ungewohnte kennenzulernen, um so wirksam Diskriminierung und Ausgrenzung entgegenzuwirken.
- Deutschland soll mehr legale Wege der Einwanderung ermöglichen. Dadurch würden weniger Menschen ihr Leben auf gefährlichen Überfahrten riskieren und zugewanderte Menschen könnten sich wesentlich schneller und nachhaltiger in ihrer neuen Heimat einleben.



Internationales Gruppenbild

Macht ein Foto, auf dem ihr zusammen mit Menschen fünf unterschiedlicher Nationalitäten abgebildet seid. Ihr könnt auch noch weitere Bedingungen für das Gruppenbild bestimmen: Eine Person muss unter 10 oder über 60 Jahre alt sein, es muss ein Hund mit aufs Bild oder eine Person muss eine Blume in der Hand halten.

Geld regiert die Welt



Sammelt Kleingeld bestehend aus fünf unterschiedlichen Währungen. Da man in Europa hauptsächlich mit Euro bezahlt, ist das gar nicht so einfach. Ihr müsst den Wert eures gesammelten Geldes in Eurocent angeben. Um den Gegenwert herauszufinden, dürft ihr nicht das Handy benutzen.



Für die Schule



Wer hat Angst vorm schwarzen Mann?

Niemand! Oder etwa doch? In drei Gruppenspielen können die Schülerinnen und Schüler miteinander ins Gespräch kommen und sich mit ihren eigenen Ängsten und Vorbehalten auseinandersetzen. Die Spiele sind auch gut geeignet für Integrationsklassen.

Wer bin ich?

Wenn wir denselben Menschen zweimal treffen würden, beim ersten Mal mit der Annahme, dass er ein Millionär sei und beim zweiten Mal ein obdachloser Mensch, würden wir uns ihm gegenüber anders verhalten? Welche Eigenschaften schreiben wir Menschen zu? Die Teilnehmenden bekommen eine ihnen unbekannte Rolle zugeschrieben und erfahren, wie Mechanismen der Vorurteilsbildung und Diskriminierung wirken.

Download unter youngcaritas.de/schule

Cleanup



Was:

Wenn ein Ort vermüllt und dreckig ist, dann ist er nicht mehr so gemütlich und weniger Menschen halten sich dort gerne auf. Mit einer Aufräumaktion könnt ihr nicht nur für euch etwas Gutes tun, sondern auch anderen Menschen und der Umwelt. Nach dem Cleanup werden alle den Ort wieder ein Stück mehr genießen können und dort gemeinsam ihre Zeit verbringen.

Wie:

Sucht euch einen Ort, der eurer Meinung nach eine Aufräumaktion gut gebrauchen könnte und wo ihr euch eigentlich gerne aufhaltet, zum Beispiel einen Platz oder Park. Möglicherweise werden euch manche Menschen fragen, wieso ihr aufräumt oder sie wollen sogar mithelfen. Vielleicht könnt ihr sie fragen, was sie an dem Ort schätzen und was man noch gemeinsam tun könnte, damit es dort noch schöner wird. Damit das Aufräumen noch mehr Spaß macht, könnt ihr einen Preis für das originellste Müllteil vergeben. Oder ihr macht einen Kunstwettbewerb, wer aus seinem gefundenen Müll das schönste Objekt upcycelt. Denkt an Müllsäcke und Handschuhe und achtet auf Scherben und andere Gegenstände, an denen ihr euch verletzen könntet.

Links

- Wie können sich Menschen verständigen, wenn sie nicht die gleiche Sprache sprechen? Beim Improtheater „Love in contact“ der Kulturbuddys in Berlin kommen sich fremde Menschen über Körperhaltung, Gesten und Gesichtsausdrücke näher und lernen dabei auch etwas über die Kulturen anderer Menschen:
youngcaritas.eu/love-in-contact
- Holt euch Trainer vom Verein „Gegen Vergessen für Demokratie“ in die Schule, setzt euch mit euren eigenen Vorurteilen auseinander und lernt, wie ihr rechten Parolen wirksam entgegentreten könnt:
gegen-vergessen.de
(Wähle unter *Unsere Angebote* den Menüpunkt *Widersprechen! Aber wie?* aus)



youngcaritas in deiner Nähe

Du willst solidarisch sein und dich für andere engagieren?
Dann schau doch mal bei youngcaritas vorbei!



Sollte es noch keine youngcaritas in deiner Nähe geben, frag doch mal beim Caritasverband nach.
Oder bei youngcaritas Deutschland. Wir finden was für dich! Schreib an mail@youngcaritas.de

Impressum



Herausgeber:

youngcaritas Deutschland
Deutscher Caritasverband e.V.
Karlstr. 40, 79104 Freiburg
Tel.: 0761 200-669
E-Mail: mail@youngcaritas.de
www.youngcaritas.de

Auflage: 10.000 Stück
Gestaltung: Simon Gumpel, Freiburg
Druck: Hofmann Druck, Emmendingen (08/2017)

Gedruckt auf Papier mit dem blauen Engel

WIE
GEMEINSAM
BIST DU?