Los-ä'mal Infos & News

Blaues Kreuz Kinder- und Jugendwerk
Ortsgruppen und Ferienlager
Blue Cocktail Bar
roundabout
Nr. 1/2015 – 14. Jahrgang, erscheint 4 x jährlich

Blaues Kreuz
Kinder - und Jugendwerk

Inhalt

3 Editorial

Geschäftsleitung

4 Was macht den Unterschied?

5 Spendenstand Ende Dezember

Ortsgruppen und Ferienlager

6 Schnupperkurs Ersatz/Snowday

7 Lager-/Kurs-Mitarbeitende gesucht

Preteens

8 Kreatives Plastik-Upcycling

blueworld LIVE

10 Flyer Upcycling-Tag im Jugi

roundabout

11 Ein Blick hinter Ausbildungskulissen

Blue Cocktail Bar

13 BCB-Heures-Mystique-Apéro

Schwarzes Brett

14 Termine Gebetsanliegen

15 Es hat so langs hat!

20 Spendenbarometer

Wissenswertes

16 Sucht Schweiz über Energy Drinks

Vor- und Nachdenkliches

17 Musik – der Schlüssel zu den Herzen

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Toll, dass Du Zeit findest, unser Los'ä-mol aufzuschlagen und darin zu blättern – herzlich willkommen.

Das letzte Editorial durfte ich vor einem Jahr schreiben. Damals waren wir gespannt, was unser himmlischer Vater auf die Jahrbuchseite 2014 unseres Jugis zeichnet und schreibt – inzwischen wissen wir es und sehen Seine Segensspur über dem vergangenen Jugi-Jahr leuchten.

Dankbar blicken wir auf die tollen Lager und Kurse zurück und freuen uns, dass die zahlreichen Teilnehmer beschwingt und ideenreich zurückkehrten. In Sissach konnten wir das Preteens-Projekt vielversprechend starten und sind beglückt über das erfrischende Echo. Dass wir auch finanziell göttlich getragen werden, durften wir, nebst Euch vielen Spendern, auch einmal mehr mit einem sensationellen Sponsorenlauf erleben. Wir sind glücklich über unser super MitarbeiterInnen-Team in der Jugi-Zentrale und unsere wertvollen freiwilligen Helfer an der Front, die mit Gottes Gelingen unsere vor einem Jahr noch weisse Seite mit viel Kreativität und Farbe gefüllt haben.

Und ... schon wieder stehen wir in der Startphase eines neuen Jahres, sind gespannt, was uns dieses bringt und freuen uns auf Gottes Wirken mit unserem Jugi. Erste Hinweise könnt Ihr bereits in diesem Los'ä-mol entdecken, in dem über tolle Kreationen der Preteens zum Thema Upcyceln oder vom Apéro der BCB nach dem „Heure Mystique"-Konzert berichtet wird. Von der Ortsgruppenarbeit bekommen wir Hinweise, was abgeht, wenn der Schnupperkurs ersetzt werden muss und was am Snowday-Ski- und Schlittelspass (den Berg hinunter) abging. Besonders freue ich mich auch über die Entwicklungen unseres roundabout-Angebotes, zu dem nun auch eine J+S-Weiterbildung gehört ... aber lest doch Genaueres weiter hinten. Last hier, but first im Los'ä-mol kommt wieder ein spannender Bericht der Geschäftsleitung, diesmal zum roten Faden der Eigenverantwortung im Jugi.

Ich wünsche Euch viel Spass beim Weiterlesen und eine gesegnete Fastenzeit.

Thomas Büchner, Mitglied der Regionalleitung
thomas.buechner@blueworld.ch

Blaues Kreuz
Kinder - und Jugendwerk

Geschäftsleitung

Liebe Leser/In

„Bete so, als würde jedes Arbeiten nichts nutzen und arbeite so, als würde jedes Gebet nichts nutzen." Martin Luther

Vieles hat sich verändert und doch hat die Aussage von Martin Luther auch heute noch seine Gültigkeit. Wenn ich so auf das letzte Jahr zurückschaue, sehe ich unseren Einsatz und unser Herzblut, aber auch den grossen Segen, denn Gott auf unsere Arbeit gelegt hat. Gebet können wir alle brauchen und es ist für unsere Aktivitäten eine wichtige Basis.

Unsere Spender haben uns im Dezember ein super Geschenk gemacht. Es sind rund 33'000 Franken eingegangen. Das Spendenziel konnte fast erreicht werden.

Ganz herzlichen Dank allen, die uns so treu und grosszügig unterstützen. Spenden haben ganz unterschiedlichen Charakter. Einige sind gross, andere punktuell wie z. B. Kollekten und wieder andere klein und bescheiden. Aber alle helfen uns weiter und für jeden Betrag sind wir dankbar. Herzlichen Dank an alle, die uns auch in diesem Jahr mittragen.

Im 2015 hat mich bisher ein Thema begleitet und das wird wohl zum Jahresthema werden: „Eigenverantwortung". Schon länger bewege ich die Fragen: Was bringen wir vom Blauen Kreuz Kinder- und Jugendwerk der Gesellschaft? Welchen Unterschied macht es, ob es uns gibt oder nicht?

Bei roundabout geht es nicht nur ums Tanzen, sondern auch um die Gemeinschaft, das Miteinander. Hier wird auch gegenseitiger Respekt thematisiert. Wie ich mit anderen umgehe oder sie mit mir, hat auch mit Verantwortung zu tun.

In den Ortsgruppen lernen die Kinder Entscheidungen zu treffen (oft in Spielen) und auch die Konsequenzen zu tragen. In den Ferienlagern ganz besonders, denn wer eine Woche lang seine Socken nicht wechselt, hat weniger Sitznachbarn ☺.

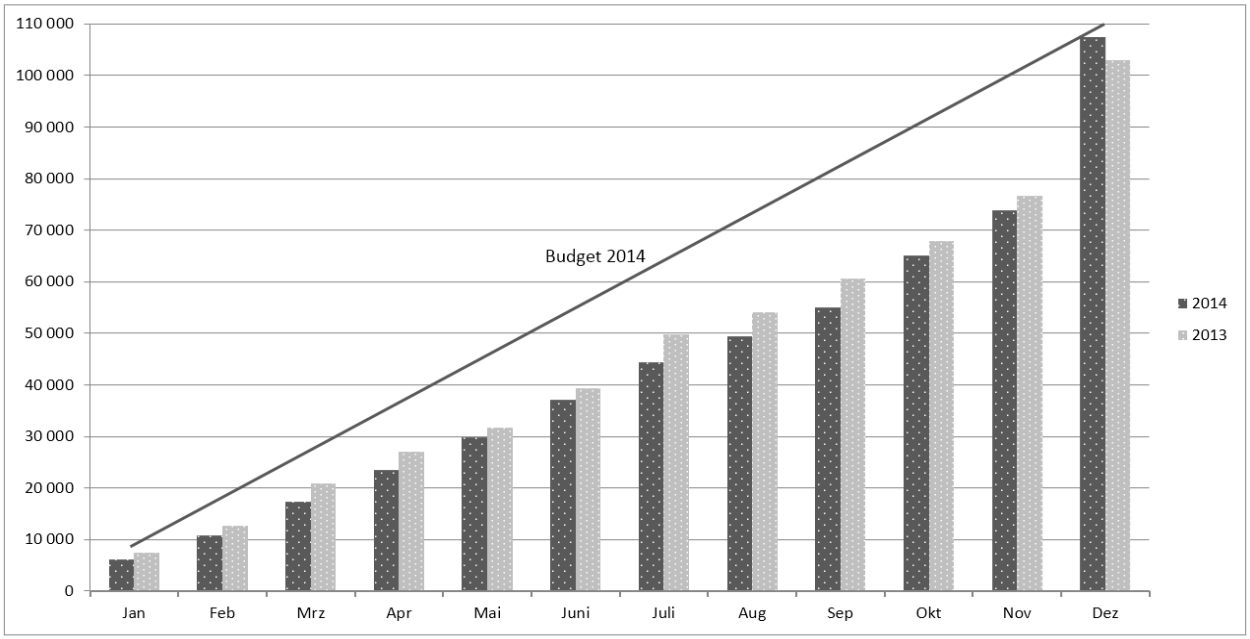
Die Blue Cocktail Bar wiederum motiviert die Jugendlichen, sich mit den Themen Sucht und Alkohol auseinander zu setzen. Versuche es mal ohne, es kann sich lohnen!

Auch das time:out (Flyer in der Beilage) spornt uns alle an, unsere Gewohnheiten zu überdenken und eine Zeitlang auf etwas zu verzichten. Eigenverantwortung spielt auch im Alltag eine grosse Rolle.

Im Frühling 2014, an Auffahrt, kamen verschiedene Leute auf den Mont Dedos, um das Lagerhaus auf Vordermann zu bringen. Viele waren schon als Kurs- oder Lagerteilnehmende hier und investieren auch heute noch gerne ein paar Tage ihrer Freizeit dafür, dass Kinder ein tolles Lager erleben können. Von diesen Helfern haben aussergewöhnlich viele in der Wirtschaft eine Führungsposition inne.

Im 2015 werden wir unserem Outcome, unserem Wert für die Gesellschaft, etwas mehr auf den Grund gehen. Einiges ist offensichtlich, anderes wird sich zeigen. Aber bereits jetzt ist klar: Was wir tun ist wichtig und so bleiben wir dran, damit aus den Kindern von heute wertvolle und eigenverantwortliche Erwachsene von Morgen werden.

Ich wünsche uns allen von Herzen, dass wir in unserem Alltag einen Unterschied machen. Möge Jesus Christus uns Hoffnung, Freude und Frieden dazu schenken.



Bildlegende: Dank vielen Spenden und Kollekten konnte das Spendenziel 2014 fast erreicht werden

Sonja Niederhauser, Geschäftsleiterin
sonja.niederhauser@blueworld.ch

Blaues Kreuz
Kinder - und Jugendwerk

Schnupperkurs-Ersatz

Wie bereits den Pionierkurs im August 2014 mussten wir nun leider auch den Schnupperkurs 2015 aufgrund von zu wenig Anmeldungen absagen. Dies war für mich ein kleiner Dämpfer, da ich mich sehr auf dieses Wochenende mit den motivierten Jungleitern, dem Team und den Kollegen aus dem Aargau gefreut habe. Einige der Jungs, die sich angemeldet haben, möchten aber gerne im Piku dabei sein und können dies aufgrund ihres Alters auch. Deshalb bin ich sehr gespannt auf die Anmeldungseingänge für den Piku 2015! ☺

Mit den angemeldeten Jungs haben wir als Ersatz für den Schnupperkurs am Samstag 17. Januar 2015 ein kurzes Nachmittagsprogramm durchgeführt. Wir, ein Leiter, eine Leiterin und ich, verbrachten den Nachmittag also im Wald von Reigoldswil. Dort gab es von unserer Seite Inputs zu den Themen: Erste Hilfe, Knoten und Kartenkunde. Es waren wirklich nur sehr kurze Anleitungen, aber die Teilnehmer bekamen so trotzdem einen Eindruck von dem, was sie im Schnupperkurs gemacht hätten. Das Highlight des Nachmittags war, zumindest von meiner Seite her, das Zvieri: Über dem Feuer wurden Hörnli mit Speck und Käse gekocht, was vorzüglich schmeckte. Zu siebt haben wir fast zwei Kilo Hörnli gegessen! Draussen schmeckt's halt einfach besser ☺!

Snowday

Zusammen mit den Bereichen BCB und roundabout sind wir OLA-Leiter für unseren traditionellen Snowday am 25. Januar 2015 an den Hasliberg gefahren. Mit einer 16-er-Gruppe waren wir eine doch ziemlich stolze Anzahl und verbrachten einen schönen Tag im Schnee. Der befand sich nicht nur in herrlicher pulvriger Form auf der Piste, sondern er flog auch munter durch die Luft: Es schneite bis gegen drei Uhr, erst dann zeigte sich die Sonne etwas.
Wir teilten uns in verschiedene Gruppen auf, damit die Schnelleren und die Langsameren ihr gewähltes Tempo fahren konnten. Eine Ein-Frau-Truppe machte sich mutig auf, den Schlittelweg zu erkunden. Mutig allein deshalb, weil sie in ihrem Leben noch nie geschlittelt hatte. Nur, der Schnee war so schwer, dass der Schlitten ständig stecken blieb ;). Um einiges schneller aber mit genauso wenig Weitsicht, ging es für die anderen auf einem oder zwei Brettern die Piste runter. Für mich war es ein motivierender Tag, verbunden mit Gleichgesinnten in den Bergen, guten Gesprächen und nebligen Gondelfahrten.

Der Snowday ist einer unserer blueworld LIVE-Anlässe, die über das ganze Jahr verteilt sind. Ziel ist es, dass Leitende aus verschiedenen Gruppen sich kennenlernen, ein Austausch stattfinden kann und die Leiterinnen und Leiter eine Beziehung zum Jugi aufbauen können. Deshalb haben wir uns sehr gefreut, dass sich so viele für den Snowday angemeldet haben!

Der nächste Anlass im blueworld LIVE-Programm: 7. März 2015 steht unter dem Motto „Upcycling" – ein Tag an dem aus Wegwerfgegenständen, wie zum Beispiel PET-Flaschen, neue Dinge entstehen. Wir freuen uns auf euch!

Kilian Nyfeler, Fachmitarbeiter Ortsgruppen Ferienlager
kilian.nyfeler@blueworld.ch

LAGERKÖCHINNEN/-KÖCHE + KURSMITARBEITER/-INNEN GESUCHT!!

Hast Du wieder mal Lust in einem Lager/Kurs dabei zu sein?

Wir suchen noch Köche, Köchinnen und Kursmitarbeitende für den

Grundkurs/J+S-Kurs (18.-25.07.2015) und den **Pionierkurs** (29.07.-08.08.2015)

Wenn Du Lust und Zeit hast, melde Dich doch bitte unverzüglich

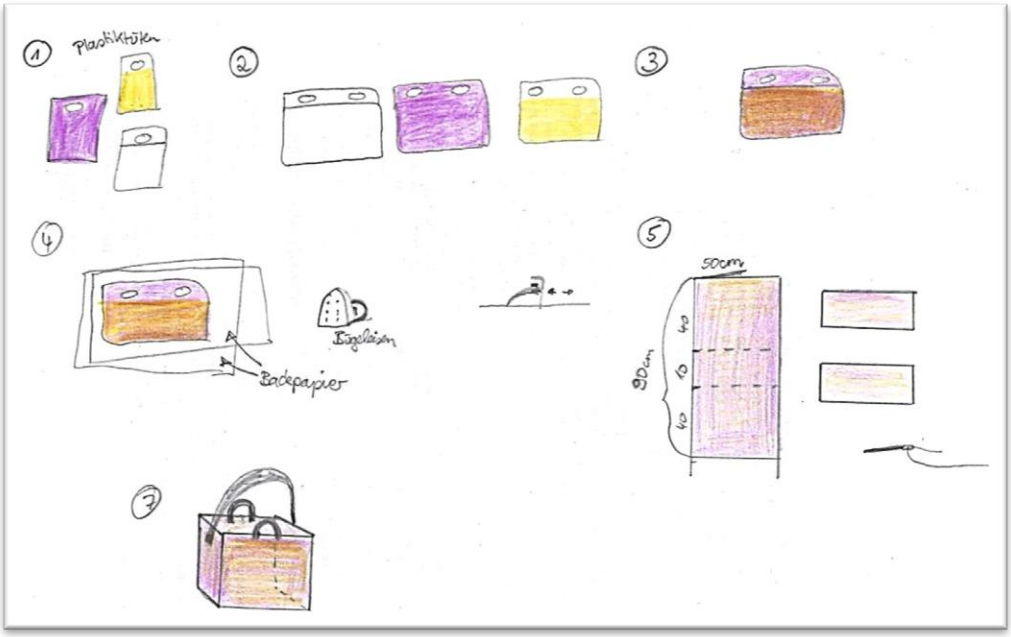
bei Kilian im Jugi:

061 922 03 43 / kilian.nyfeler@blueworld.ch

„ Plastik, Plastik, Plastik…

Schon bald ist Preteens in Sissach wieder vorbei und wir können freudig und stolz auf ein tolles Projekt zurückblicken. Anstatt in dieser Los'ä-mol Ausgabe ein Resümée zu ziehen, möchte ich euch unser Recyclingthema kurz und knackig darlegen.

Bestimmt kennt ihr das auch. Ihr geht spontan einkaufen, habt keinen Beutel dabei und bekommt eine Plastiktüte. Anstatt diesen Sack in der Handtasche zu deponieren, geht es euch immer wieder so. In manchen Geschäften wird einem ein Plastiksack schon fast aufgedrängt. Sie dienen natürlich als Werbeträger, aber sie sind schädlich für unsere Umwelt. Die meisten Plastiktüten bestehen aus Rohöl und deren massenhafte Produktion lässt die Ressourcen schrumpfen. Die Tüten landen öfters in der Natur und verschmutzen die Umwelt. Eine Tasche braucht 1000 Jahre, um sich komplett zu zersetzen! Eine stolze Zahl, wenn man bedenkt, dass ein Plastiksack im Durchschnitt nur 25 Minuten gebraucht wird. In unseren Ozeanen gibt es ganze Inseln aus Plastik. Dieses zersetzt sich in einzelne Teilchen und verseucht so das Wasser. Auch die Lebewesen im Wasser nehmen das Plastik auf, viele sterben qualvoll daran. Ich möchte hier kein Moralapostel sein, sondern möchte euch nur die Facts weitergeben, die wir den Preteens auch präsentiert haben. In der Schweiz wird im Gegensatz zu Deutschland der Plastikmüll nicht getrennt vom Haushaltsmüll. Jede und jeder kann ihren Beitrag dazu leisten, dass der Plastikabfall besser recycelt wird: PET in den dafür vorgesehenen Container entsorgen, Plastiktüten mehrfach verwenden oder gar eine Baumwolltasche zum Einkaufen mitnehmen.



Aus 7 PET-Flaschen kann ein T-Shirt hergestellt werden, Mammut produziert aus 40 Flaschen einen Schlafsack. Dies sind nur zwei Ideen, wie Plastik weiterverwendet werden kann. Auch aus mehreren Tüten können tolle Kreationen entstehen. So haben wir ganz konkret mit unseren Preteens aus bunten Plastiktüten einen Recyclingbeutel gemacht, mit dem man z. B. PET-Flaschen sammeln kann. Sie sehen allerdings so cool aus, dass sie durchaus auch als Freizeittaschen benutzt werden können.

Für die Kreativen unter euch hier die Anleitung (vgl. auch Bild oben):

1. Suche dir Plastiktüten, die dir gefallen. (Frage bei Nachbarn, Verwandten oder mach einen Aushang in der Kirchgemeinde)
2. Schneide die ausgesuchten Tüten unten und an der Seite auf. Zieh sie möglichst glatt.
3. Lege mehrere Schichten aufeinander (mindestens 3).
4. Lege die Plastiktüten zwischen Backpapier und bügle darüber. Achtung, ohne Backpapier klebt das Plastik an deinem Bügeleisen. Stelle das Bügeleisen auf mittlere Temperatur. Die einzelnen Schichten verbinden sich zu einem dicken Material. Evtl. musst du die Temperatur nach oben oder unten verstellen.
5. Schneide ein grosses Stück und zwei kleinere Teile heraus. Z. B: 50 cm x 90 cm (grosses Stück) und 10 cm x 50 cm (2 mal als Seitenteile)
6. Das grosse Stück faltest du bei 40 cm und 50 cm. So erhältst du einen 10 cm breiten Boden. Nun passen die Seitenteile hinein. Diese kannst du mit einer dicken Nadel und Wollfaden einnähen.
7. Träger auf die gewünschte Länge zuschneiden und annähen, sodass du die Tasche bequem tragen kannst. Schon ist deine farbige, coole Tasche aus alten Plastiktüten fertig. Sehen sie nicht toll aus?

Natürlich sind eurer Kreativität keine Grenzen gesetzt. Auch aus PET-Flaschen kann man so einiges machen. Dieses Verfahren heisst übrigens Upcycling (hat nichts mit Fahrrad fahren zu tun). Man macht aus fast ungebrauchten Dingen etwas Neues, Schönes, das man verwenden kann. Trotz bereits praktiziertem Upcycling ist es sinnvoll, dass wir so viel wie möglich recyceln. In den meisten Supermärkten stehen tolle Recyclingstationen zur Verfügung. Unsere Preteens haben den Verbrauch von Pet/Alu und Batterien Ihrer Familie über zwei Wochen beobachtet und waren begeistert, als sie ausgerechnet haben, was mit ihren Ressourcen alles entstehen kann. Durch den praktischen Bezug zu den trockenen Facts sind sie jetzt motiviert, ihren Müll zu trennen und aus Ungebrauchtem Brauchbares zu machen.

Solltest du jetzt auch Lust bekommen haben etwas upzucyceln, dann komm doch zum Upcycling-Tag am 7.März ins Jugi. Weitere Infos vgl. Flyer nächste Seite oder auf unserer Homepage.

Sandra Karth, Fachmitarbeiterin roundabout und Preteens
sandra.karth@blueworld.ch

Upcycling Day
Tolles aus PET &
Plastiksäcken
Samstag, 07. März
14 - 17 Uhr
Jugi, Gasstrasse 25, Liestal
Wer mag kann Plastiksäcke, PET,
Bügeleisen und Nähzeug mitbringen.
bitte anmelden bei
sandra.karth@blueworld.ch
Blaues Kreuz
Kinder- und Jugendwerk
blueworld
LIVE

Einblick in eine Weiterbildung zum Thema Kindersport

Das erste Los'ä-mol im Jahr ist eine Herausforderung. Was soll ich schreiben? Jahresrückblick gibt's im Jahresbericht, kommende Events findet ihr in der Agenda und von den Gruppen gibt es noch nicht viel zu berichten. Doch dann die rettende Idee: Ich berichte euch von meiner Weiterbildung von Jugend und Sport (J+S) im Bereich Kindersport.

Am zweiten Januarwochenende versammelten sich 45 erwachsene Frauen und Männer, um sich einen Leiter-Ausweis für J+S Kindersport zu erarbeiten. Das Programm und die Materialen sahen sehr vielversprechend aus. Ganz gespannt beschnupperten wir uns gegenseitig. Nach dem „obligatorischen" Planetenspiel mit Variationen zum Kennenlernen, wurden wir ganz praktisch mit den Bewegungsgrundformen bekannt gemacht. Bewegungsgrundformen sind z. B. rhythmisieren – tanzen; laufen – springen; werfen – fangen. Nachdem wir in einzelnen Kleingruppen besprochen haben, welche Bewegungsgruppen in unserer Sportart hauptsächlich vorkommen, gings ans Ausprobieren beim Postenlauf. Verschiedene Übungen und Materialien warteten bereits auf uns. So balancierten wir auf speziellen Balancebällen oder kämpften im Vierfüsslerstand. Ganz beliebt war das Ballspiel „Schweinchen in der Mitte", für das wir Variationen kennenlernten. Nach einer kurzen Besprechung, wie wir die Übungen in unserer herkömmlichen Sportart umsetzen könnten (spannend war zu hören, was man für Hornussen alles braucht), wechselten wir das Thema zu „Vielseitigkeit mit Alltagsmaterialien".

Habt ihr schon einmal mit PET-Flaschendeckeln oder IKEA-Bechern gespielt? Okay mit den Bechern, kann man den „Cup" Song von Pitch Perfect nachspielen, aber sonst? Genau das dachte ich auch, als ich das Material sah. Unser erster Arbeitsauftrag bestand darin einen farbigen Becher, egal welcher Farbe zu schnappen und in einem markierten Bereich der Halle hinzustellen. Dann sollten wir uns ans andere Ende der Halle stellen, uns eine Farbreihenfolge merken, die uns gezeigt wurde und die Becher nach dieser Reihenfolge nacheinander berühren. Klingt einfach, ist es aber gar nicht. Dadurch, dass man die Perspektive wechselt, ist man sich plötzlich nicht mehr sicher, ob man lila oder pink antippen soll. In der 2. Runde hörten wir nur noch die Farben, was das Ganze für manche noch schwieriger machte. In der letzten Runde durften wir die Farbreihenfolge sowohl hören, als auch sehen. Dieses Experiment sollte uns bewusst machen, dass Menschen Dinge auf unterschiedliche Arten wahrnehmen. Manchmal denken wir, dass uns Kinder nicht zuhören, dabei hilft es ihnen, wenn wir ihnen Dinge konkret vorzeigen. Für die Arbeit mit Kindern, ist es also wichtig, dass wir verschiedene Sinne ansprechen.

Nach einem Theorieteil zu den sportlichen Entwicklungsstufen eines Kindes trugen wir uns in Workshops ein. Denn Ziel dieses Weekends war es, dass man nicht nur im Rahmen der eigenen Sportart blieb, sondern auch immer wieder einen Blick „über den Tellerrand" wagte. In einer Zirkusstunde können die Kinder z. B. vieles lernen, was später fürs Tanzen oder Fussballspielen wichtig ist. Warum also nicht mal ein „Special" machen?

Der zweite Morgen startete mit Theorie zum Thema „Durchführung von Kindersportangeboten“ und was es bei J+S zu beachten gibt. Danach durften wir endlich wieder in die Praxis eintauchen. Wir, 45 „Kinder“, konnten es kaum erwarten ☺. In zwei Gruppen aufgeteilt wurden wir nach Sotschi, den Olympiaort von 2014, gebracht, um dort die Anlagen zu testen. Aus 2 Bänken und der Sprossenwand wurde eine Skisprungschanze, an den Ringen wurde eine Bank befestigt, die als Seilbahn diente. Ja, sogar ein Gletschergraben wurde uns präsentiert, bestehend aus dicken Matten. Besonders toll fand ich die Rahmengeschichte. Wir konnten uns richtig in die Thematik hineinfühlen. Wenn wir das schon toll finden, wie begeistert sind dann wohl erst die Kinder?

Danach widmeten wir uns weder dem Turnen, dem Fussball noch dem Basketball, obwohl die Teilnehmenden dieser Sportarten am meisten vertreten waren. Nein, wir erlebten eine Tanzsession! Auf dem Programm standen: diverse Tänze im Kreis, ein **Taschenlampentanz** (vgl Foto), der Tanz zu einer Fussballhymne und zu Mani Matters Parkingmeter.

Das waren alles ganz tolle Inputs für roundabout. Auch bei diesem Programmpunkt waren alle Erwachsenen begeistert bei der Sache. Nach dem Mittagessen folgte die Kompetenzüberprüfung. In Zweiergruppen haben wir den Testbogen ausgefüllt und – haben alle bestanden. Zum Ausklang des Kurses lernten wir verschiedene Spiele und ihre Variationen kennen und erhielten Tipps, wie man auf kreative Art Gruppen bilden kann.

Als der Kurs fertig war, spürte ich zwar körperlich, dass ich mich das ganze Wochenende bewegt hatte und war entsprechend müde. Ich war aber auch total erfüllt von neuen Ideen, Methoden und Tipps. Wieder einmal durfte ich ganz begeistert von einem J+S-Kurs profitieren und bin nun auch anerkannte J+S-Leiterin Gymnastik und Tanz Kindersport.

Beim roundabout only-Anlass am Sonntagabend, konnte ich meinen Leiterinnen bereits Gelerntes weitergeben und freue mich darauf, bald eine Infomappe zu diesem Thema zu erstellen.

Fröhliche Grüsse

Sandra Karth, Fachmitarbeiterin roundabout
sandra.karth@blueworld.ch

Heure Mystique

Musikalische Neuigkeiten aus der reformierten Kirchgemeinde Liestal: Sporadisch finden in der Stadtkirche Abendkonzerte statt unter dem Titel „Heure Mystique“. Der Flyer beschreibt:

„…Die Heures Mystiques geben Gelegenheit, die romantische Orgel der Liestaler Stadtkirche als vielseitiges Instrument im Spannungsfeld von Interpretation und Improvisation, solistisch und im Dialog mit anderen Instrumenten zu erleben.“

Erstmals durfte die Blue Cocktail Bar am 23. Januar den an das Kirchenkonzert anschliessenden Apéro im Café Martinstreff betreuen.

Nach dem letztjährigen, wenig besuchten Zusammenarbeitungs-Projekt mit dem Martinstreff jeweils am Donnerstagmittag, war unsere Zusage für die Heure Mystique doch ein gewisses Wagnis. Doch das Café der Kirchgemeinde verwandelte sich in eine ganz gemütliche Lokalität voller Lebendigkeit und fröhlicher Wochenend-Stimmung. Die 30–40 Besucher des Abendkonzertes wurden in der Kirche vom Organisten Ilja Völlmy Kudrjavtsev über den Apéro zum Ausklang des Konzertes und zur Einstimmung auf das Wochenende informiert. So betrat eine bunte Gesellschaft das Café und freute sich über ein ebenso buntes Sortiment der Blue Cocktail Bar-Drinks.

Von den Drinks „Bitter Orange“, „Ipanema“, das BCB-eigene „Cüpli“ und dem „Caribbean“ war der Letztere am beliebtesten. Machte sich bei den Konzertgästen vielleicht schon die Lust auf den Sommer bemerkbar? Wir freuen uns, dies bei den nächsten Heure Mystique-Apéros auszutesten!

Weitere Apéro-Daten, welche die BCB im Martinstreff-Café anbieten wird:
(jeweils 19h-21h):

Fr 13. Feb
Fr 27. Mär
Fr 03. Apr
Fr 17. Apr
Fr 01. Mai
Fr 22. Mai
Fr 05. Jun
Fr 19. Jun

Ebenfalls „sommerglustige“ Grüsse mitten im Winter

Ils Van Looveren, Fachmitarbeiterin Blue Cocktail Bar
ils.vanlooveren@blueworld.ch

Termine (Genaueres auf www.blueworld.ch)

- **08.05.2015** **Mitgliederversammlung mit Nachtessen**

Kurse

- 25.04.2015 OLA Bausteinkurs
- 18.–25.07.2015 OLA Grundkurs
- 18.–25.07.2015 J+S-LeiterInnen Lagersport/Trekking
- 29.07–08.08.2015 Pionierkurs

Ferienlager/Ortsgruppen

- 14.03.2015 Unihockey-Turnier
- 14.–16.05. 2015 OLA Auffahrtslager Jungschi Reigoldswil
- 04.–11.07.2015 Zeltlager der MG und BG Hölstein
- 26.07.–01.08.2015 Familycamp auf dem Mont Dedos

blueworld LIVE Angebote

- 07.03.2015 Upcycling-Day Jugi
- 25.04.2015 Kleidertausch im Jugi
- 14.–15.05.2015 Mont Dedos Arbeitseinsatz
- 23.–25.05.2015 Leiter-Pfila Mont Dedos
- 09.03./23.03./20.04. 04.05./18.05. 01.06./15.06.2015 Hauskreis montags 14-täglich bei Niederhausers 19:00 Uhr Nachtessen 20:00 Uhr Start Tiergartenstr. 7, Liestal

roundabout

- 14.03.2015 time:out Auftritte, Barfüsserplatz Basel
- 14.06.2015 roundabout Tanzshow im Burgschulhaus Liestal

Blue Cocktail Bar

- 14.03.2015 time:out Anlass, Barfüsserplatz Basel

Redaktionsschluss **30. April 2015, Los-ä'mol Ausgabe: 2/2015**

Gebetsanliegen

Danke von Herzen

- für die grosszügige finanzielle Unterstützung im letzten Jahr
- für alle Energie und Kreativität, die wir für unsere Arbeit erhalten

Bitte um

- gesegnete Vorbereitungszeit für die Lager/Kurse und die rab Tanzshow
- stimmige Mitarbeiter-Ergänzung in die Leiter-Teams (vgl. Flyer S. 7)

Es hat so langs hat

Noch immer sind Sie bei uns erhältlich, die feinen Schoggikäfer. Die Aktion dauert noch bis **Ende März**.

...für SchülerInnen & Schüler ab 9 Jahren

Was?	Schoggikäfer verkaufen für Fr. 5.-/Stück
Wann?	Aktionsdauer vom Dezember–März 2015
Verdienst?	Fr. 18.- pro verkaufte Schachtel à 45 Stück
Wo?	Weitere Infos erhältst Du beim:

Blauen Kreuz Kinder- und Jugendwerk
Schoggikäferaktion 2015
Monika Back
Gasstrasse 25
4410 Liestal

Tel 061 922 03 43 Di–Fr 08:00–11:45 Uhr
kaefer@blueworld.ch

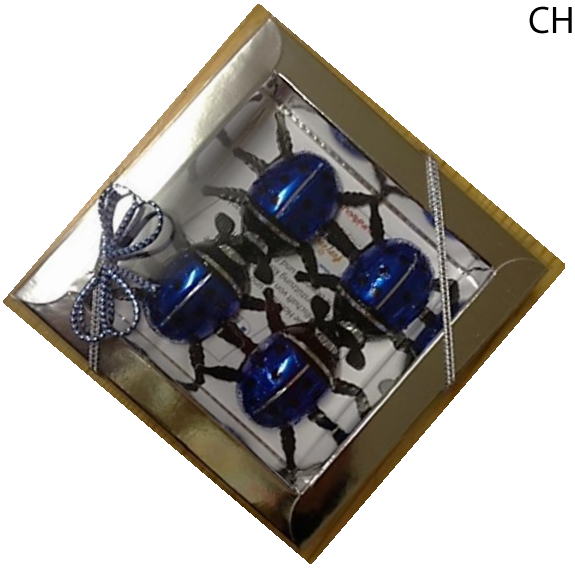
Wir freuen uns auf Dich!

Unser attraktives Geschenkset mit 4 Käfern

Als Mitbringsel an Geburtstage oder Besuche etc. können bei uns immer noch die attraktiven Geschenksets mit 4 Schoggikäfer in einer schönen silbrig, blauen Verpackung bezogen werden. Einfach anrufen, mailen.

Lieferung per Post oder abholen

Kosten CHF 20.– ohne Porto



Monika Back, Backoffice
monika.back@blueworld.ch

Blaues Kreuz
Kinder - und Jugendwerk

Energy Drinks – Neues Factsheet klärt auf

Die Nachfrage nach Energy Drinks ist enorm: Alleine der Marktführer verkaufte in der Schweiz im 2013 120 Millionen Dosen. Hauptkundschaft sind Jugendliche und junge Erwachsene. Die Getränke sind aber nicht unproblematisch. Deshalb hat Sucht Schweiz ein neues Factsheet "Energy Drinks" herausgegeben, das die aktuellsten Entwicklungen und Forschungsergebnisse berücksichtigt.

Energy Drinks versprechen Fun und Leistungsfähigkeit. Sie putschen auf, dank dem Koffein und dem Zucker. Die Auswahl ist heutzutage beachtlich. Energy Drinks sind überall und jederzeit zu kaufen. Doch was ist in diesen Getränken drin, was bewirken sie? Das neue Factsheet von Sucht Schweiz klärt darüber auf. Hauptbestandteile einer 250ml-Dose sind Koffein (rund 80 mg, was ungefähr zwei Tassen Espresso entspricht), 25-30 Gramm Zucker (entspricht 6-9 Würfeln), Taurin (das unter anderem für die schnellere Aufnahme des Zuckers sorgt) und Vitamin B.

Kritisch ist der übermässige Konsum, so die Faustregel. Zu viel Koffein (mehr als 400mg pro Tag) kann zu Schlafstörungen, Angstzuständen und Herzrasen führen. Insbesondere Jugendliche sollten am Tag nicht mehr als 100mg Koffein zu sich nehmen. Eine einzige Dose „Monster“ (500ml) enthält aber bereits 160mg. "Das Risiko besteht, dass sie als Aufputschmittel einen festen Platz im Alltag bekommen, so dass in Leistungssituationen „automatisch“ zu Energy Drinks gegriffen wird, weil es ohne vermeintlich nicht mehr geht", erklärt Präventionsexpertin Louisa Sayad von Sucht Schweiz. "Sie können jedoch weder ein Frühstück ersetzen noch ein Schlafmanko beheben."

Zucker sorgt für Pfunde und schlechte Zähne

Auffallend ist der hohe Zuckergehalt der Energy Drinks. Das Bundesamt für Gesundheit empfiehlt erwachsenen Personen, nicht mehr als 50 Gramm Zucker pro Tag zu sich zu nehmen. Alleine mit dem Konsum von zwei Dosen Energy Drinks wird diese Limite überschritten. Eine zu hohe Zuckerzufuhr kann zu Diabetes und Übergewicht führen. Wie bei allen Süssgetränken kann der Zucker schliesslich bei den Zähnen Spuren hinterlassen. Die Drinks enthalten auch viel Säure, die wiederum den Zahnschmelz angreift.

Nicht mit Alkohol mischen

Besonders heikel ist die Mischung von Energy Drinks mit Alkohol: Der Zucker kaschiert die Wirkung des Alkohols, was rasch zu einem übermässigen Alkoholkonsum führen kann. Gleichzeitig putscht das Koffein der Energy Drinks auf und täuscht ebenfalls über den Alkohol hinweg. Konzentration und Reaktion bleiben auf der Strecke; die Risikobereitschaft steigt. Aus Präventionssicht geht der Entscheid des Bundes, seit Januar 2014 Mischgetränke von Alkohol und Energy Drinks zum Verkauf zuzulassen, in die falsche Richtung.

Das Factsheet kann gratis unter http://shop.addictionsuisse.ch/de/150-factsheets heruntergeladen werden.

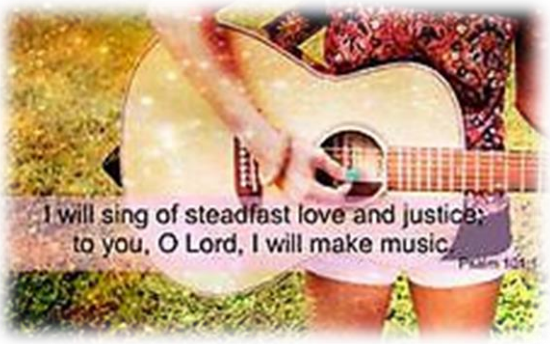
Quelle:

http://www.suchtschweiz.ch

Blaues Kreuz
Kinder - und Jugendwerk

Musik – der Schlüssel zu den Herzen

Wenn man mit Jugendlichen zusammenarbeitet, hat man auch mit deren Lebenswelt zu tun. Dies bedeutet konkret, dass ich mich immer wieder mit aktueller Musik, Charts, Castingshows und aufkommenden Sternchen auseinandersetzen darf. Schattenseiten werden meist erst entdeckt, wenn man den Liedtext genauer untersucht. Vielen Jugendlichen ist nicht bewusst, was dort gesungen wird. Sie finden den Beat toll, loben die Stimme oder hören den Song einfach, weil er von ihrer Lieblingsband ist. Einzelne Songs beschreiben ihre Lebenssituation unterstreichen ihre Gefühle. Jugendliche identifizieren sich mit ihrer Musik. Als Erwachsene dürfen wir Jugendliche bei der Reflexion unterstützen und sollten ihnen trotzdem die freie Wahl lassen, was sie selbst hören wollen.
Als Theologin höre ich privat sehr viel christliche Musik. Beim Kochen, beim Putzen, beim Autofahren, manchmal sogar beim Aufwachen begleiten mich Loblieder für unseren Gott. Bei den Worship-Songs finde ich genau das toll, was Jugendlichen bei den Charthits gefällt. Ich finde die Rhythmen toll, liebe den Tempowechsel, bewundere die ausserordentliche Stimme oder geniesse die Wiederholungen eines Taizéliedes. Auch in diesem Genre finde ich ab und zu Texte, denen ich nicht 100%-ig zustimmen würde, aber meistens bauen mich die Lieder auf und geben mir Kraft.



Es passiert aber oft noch etwas viel Grösseres. Ich höre nicht nur die Lieder, sondern ich kann Gott spüren. Durch die Liedtexte ist Gottes frohe Botschaft in meinem Ohr. Sie erfüllt mich, auf eine andere Art, als wenn ich sie lese. Meine Musiksessions im Alltag lassen mich in Gottes Nähe sein, seine Liebe und Geborgenheit spüren, sodass ich dies weitergeben kann. Es tut einfach gut Gottes Gegenwart auch in der Musik zu spüren. In der Bibel gibt es über 40 Stellen, in denen von „singen" gesprochen wird. Die meisten finden wir in den Psalmen, die ja eigentlich Lieder sind. Zwei dieser Verse möchte ich mit euch teilen.

„Hallelujah! Ja, es ist gut unserem Gott Loblieder zu singen! Ihn zu loben macht froh und ist wunderschön." Ps 147,1

„Ich will von deiner Gnade und Gerechtigkeit singen. Herr, mit Liedern will ich dich loben" Ps 101,1

In beiden Versen heisst es, dass wir Gott mit Liedern loben sollen. Nicht nur durch Worte oder Taten, nein ganz konkret durch Singen. Das Singen von Lobliedern ist wunderschön. Wenn wir von Gnade und Gerechtigkeit singen verbreitet sich die frohe Botschaft in die Welt. Singen ist ein wichtiges Instrument in der Bibel. Auch in der Kirche wird gesungen, auch wenn Zwingli das Singen zeitweise verbannt hatte. Gott sei Dank liess Calvin das Singen wieder zu. Luther war sogar Mitbegründer der evangelischen Kirchenmusik. Aber zurück ins 2015: Ich möchte euch ermutigen, euren eigenen Bedarf an Musik zu untersuchen und vielleicht einmal auszuprobieren, christliche Loblieder in euren Alltag zu integrieren.

Sandra Karth, im Theologiestudium
sandra.karth@blueworld.ch

Hier könnte auch Ihr Inserat stehen:

Grösse	Kosten für		
	Eine Ausgabe	Zuschlag je weitere Ausgabe	Ganzes Jahr
Halbe Seite	70.–	50 %	150.–
Ganze Seite	130.–	50 %	280.–

Selbstverständlich nehmen wir auch Bild-Logos, die Sie uns einfach per Mail zusenden können.

Unser Los-ä'mol erscheint 4 x pro Jahr anfangs: März/Juli/Oktober/Dezember und erreicht ca. 510 Haushalte.

Inseratenaufgabe jederzeit möglich via Mail oder per Telefon Di-Fr von 7:45–11:45 Uhr

monika.back@blueworld.ch
061 922 03 43

Monika Back, Backoffice
monika.back@blueworld.ch

Blaues Kreuz
Kinder - und Jugendwerk

Herausgeber

Blaues Kreuz Kinder- und Jugendwerk
Gasstrasse 25
4410 Liestal

061 922 03 43
monika.back@blueworld.ch, www.blueworld.ch

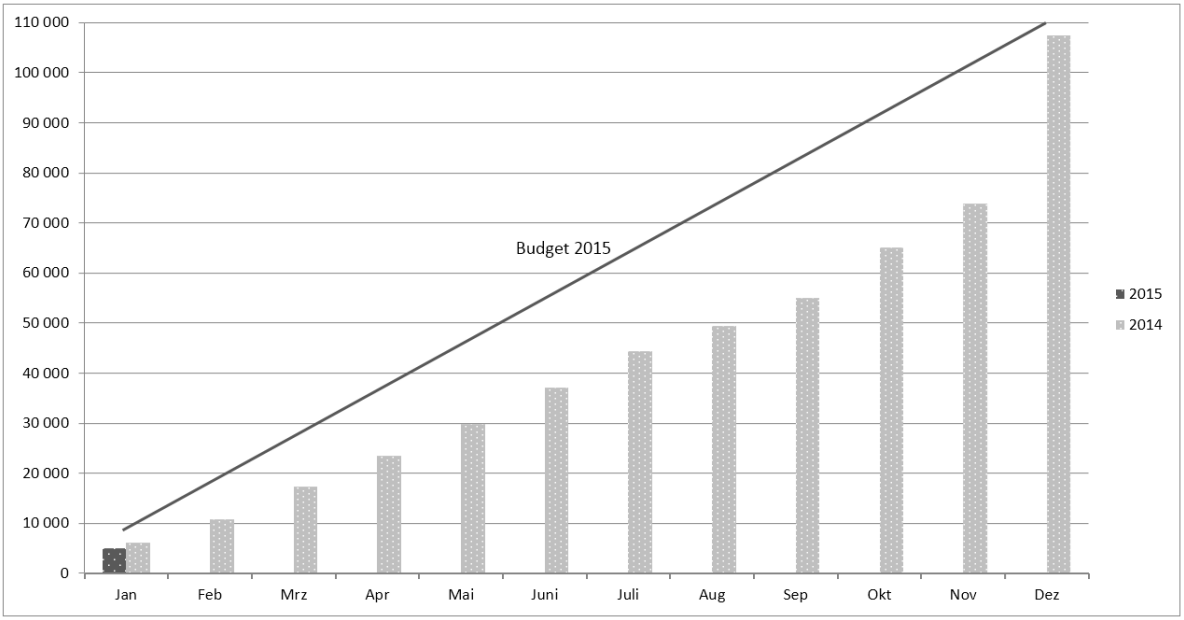
Auflage

510 Ex. an private Haushalte, Fachstellen und Donatoren

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Spenderinnen und Spendern für die bereits überwiesenen Spenden. Die Grafik zeigt die aktuell bestehende Differenz zwischen dem Budget und den eingegangenen Spenden auf. Die Spenden an das Blaue Kreuz Kinder- und Jugendwerk sind übrigens steuerabzugsberechtigt.

Unser Spendenkonto: 40-321257-9

Spendenbarometer (Vergleich Budget 2015 mit Spendenstand Ende Januar 2015)



Falls Sie sich über die Einsetzung eines Legates in Ihrem Testament zu Gunsten unserer Arbeit interessieren, können Sie bei uns die Legatbroschüre des Blauen Kreuzes beziehen.

Herzlichen Dank für Ihr treues, finanzielles Mittragen unserer wichtigen Arbeit im Bereich der Kinder- und Jugendarbeit, Prävention und Gesundheitsförderung.

Sonja Niederhauser, Geschäftsleiterin, sonja.niederhauser@blueworld.ch
Karl Bolli, Präsident, karl.bolli@blueworld.ch