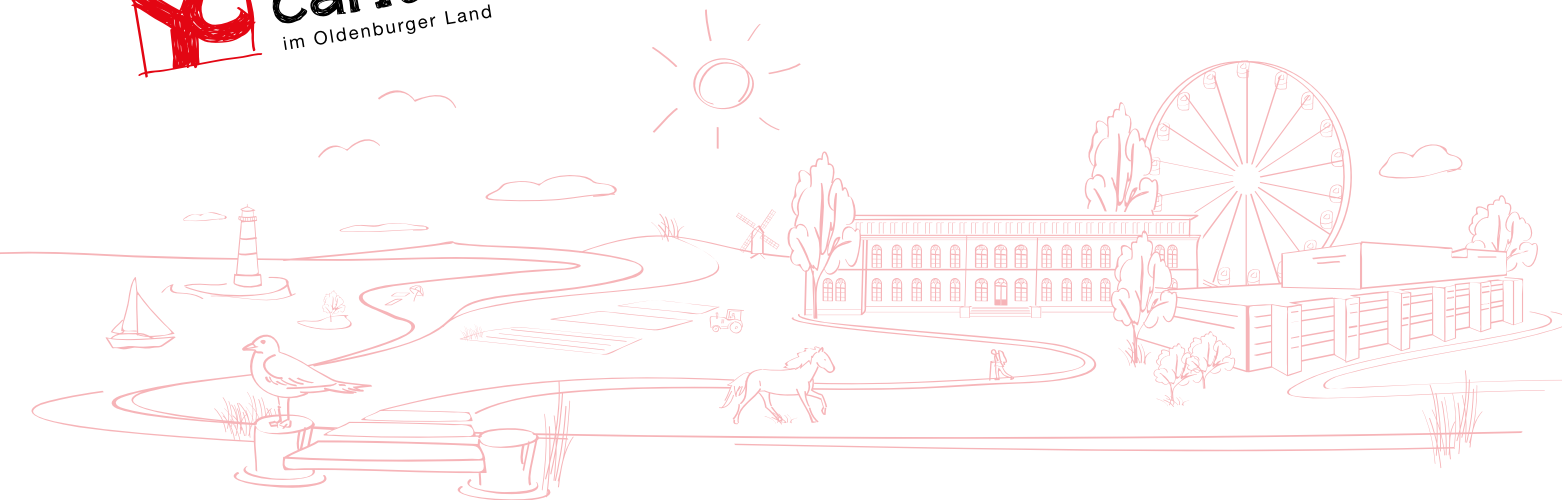


Projektkatalog





Inhalt

Über youngcaritas	9
An wen richtet sich youngcaritas?	10
Das youngcaritas-Team	11
Podcast youngcaritas	12
Workshops	14
Kooperation vom Schutzensengelprojekt und youngcaritas	15
Thema Caritas als Organisation	
Cariwas? Caritas!	17
youngcaritas – jung und engagiert!	18
Hausführungen – Willkommen bei der Caritas	19
youngcaritas in Europa – Bildung für nachhaltige Entwicklung	20
Karriere im sozialen Bereich? ... geht das überhaupt?	21
Thema Sucht	
„BASS“ – Bausteinprogramm zur schulischen Suchtprävention	22
KlarSicht MitmachParcours	23
Lernarrangements für Suchtprävention: Alkohol – Nikotin – Cannabis – Medien	24
Net-Piloten	25
Let's talk about Medien	26
„Der grüne Koffer“	27
Tom und Lisa	28
Cannabis – quo vadis	29
Abgezockt! Parcours zur Glücksspielprävention	30
CONNECT – Fachstelle Medienberatung und -prävention	31
Suchtprävention, die ankommt!	32
Der ultimative Kick	34

Thema Empowerment und Demokratieverständnis

Wir gestalten Zukunft – das youngcaritas Action Lab	35
Ich bin ich und du bist du: Warum es so wichtig und doch so schwer ist, Grenzen zu ziehen.....	36
Vielfalt, Identität und Glaube	37
#Perspektivwechsel.....	38
Personale Kommunikation – Das Dilemma-Spiel.....	39
Fair	40
No Risk – No Fun? Wie weit kannst du wirklich gehen?	41
Cool im Konflikt	42
Gegenwind	43
Vielfalt vereint: Rollenbilder und Diskriminierung	44
„Reden hilft!“ – Wertorientierte Gesprächsführung.....	45

Thema Abschied, Tod und Trauer

Ambulanter Hospizdienst	46
„Bist Du noch ganz bei Trost?“ Mit Abschied, Tod und Trauer umgehen, statt sie zu umgehen	47
Ethik am Lebensende: Hilfe beim Sterben – Ärztlich assistierter Suizid – Grundlegendes und Einzelfallarbeit.....	48
Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung – (k)ein Thema für junge Menschen?	49

Thema Leben mit Beeinträchtigungen

Leben mit Behinderung und das Bundesteilhabegesetz	50
Was ist Leichte Sprache? Wie arbeitet ein Büro für Leichte Sprache?	51
Das Andreaswerk – Gemeinsam Leben gestalten	52
„Verstehen und verstanden werden“ – Was ist eigentlich „Gelingende Kommunikation?“	53

Thema Nachhaltigkeit

Nachhaltigkeit und soziales Engagement erleben	54
Global Memory – Unser Einfluss auf die Welt.....	55
#nähtzuhaus.....	56

Thema Generationendialog

Was macht ein Mehrgenerationenhaus?.....	57
Hands-on Dementia. Der interaktive Weg Demenz zu begreifen.....	58
Häusliche Alten- und Krankenpflege	59
Arbeitsort Altenheim	60
Stationäre Altenpflege	61
Alt werden? Betrifft dich früher als du denkst.....	62

Thema Migration

Work for a better life!?	63
--------------------------------	----

Thema Psychische Erkrankungen

Crazy ... of course!?	64
Psychisch erkrankt und jetzt? Wie die Teilhabe am Arbeitsleben gelingt.	65
„Es ist normal, verschieden zu sein“	66
Irren ist menschlich, trialogisch denken	67

Thema Engagement

Malteser Jugend.....	68
Ein Jahr für mich, ein Jahr für andere! FSJ! BFD!.....	69
Bleib Laut! Text- & Performanceworkshop	70
Soziales Kaufhaus – Backstage.....	71

Thema Menschen in besonderen Lebenslagen

ING & Caritas „Young Finance“: Über Geld spricht man nicht? Doch, am besten so früh wie möglich!	72
Verhütung, Schwangerschaft & Co. – eine Sprechstunde nur für DICH!	74

Update für dich selbst

Vom Chaos zum Plan – Zeitmanagement leicht gemacht.....	75
Check deine Kommunikation.....	76
Sozialpraktikum: Einmal echtes Leben bitte!.....	77

youngcaritas-Aktionen	78
#PlatzfürVielfalt.....	79
Smartphone-Sprechstunde.....	80
Einstieg ins Smartphone - eine Anleitung.....	81
Weihnachten im Zeichen des Teilens.....	83
Coffee to help.....	84
#fillthebottle.....	86
Sammelbox für alte Handys und Druckerpatronen für soziale Projekte.....	88
Briefe gegen Einsamkeit.....	90
Schulmaterialsammlung.....	91
Gute-Taten-Bingo.....	92
Kronkorken-Sammelaktion.....	93
Begegnung und Beteiligungsmöglichkeiten	94
youngcaritas-Partnerschaften	97
Impressum	98





Unsere Gesellschaft lebt davon, dass Menschen füreinander einstehten. Gerade in Zeiten großer Herausforderungen braucht es Solidarität, Zusammenhalt und den Mut, Verantwortung zu übernehmen. Genau hier setzt youngcaritas an.

Die vielfältigen Angebote in diesem Projektkatalog ermutigen junge Menschen, sich einzubringen, Gemeinschaft zu erleben und unsere Gesellschaft aktiv mitzugestalten. In Workshops und Aktionen lernen sie, Verantwortung zu übernehmen, neue Perspektiven kennenzulernen und sich für andere stark zu machen.

Wer sich engagiert, erlebt Mitbestimmung, Zusammenhalt und Selbstwirksamkeit. So entstehen wichtige Erfahrungen für ein respektvolles Miteinander und eine lebendige demokratische Gesellschaft.

Ich lade Sie herzlich ein, diesen Katalog zu entdecken und die vielfältigen Angebote zu nutzen. Lassen Sie uns gemeinsam junge Menschen ermutigen, mit Herz, Haltung und Tatkraft unsere Zukunft mitzugestalten.


Dr. Gerhard Tepe
Caritasdirektor



Mit großer Freude präsentieren wir Ihnen unseren aktuellen Projektkatalog. Die vielfältigen Angebote zeigen, wie breit die Themen und Aufgaben der Caritas sind – von Nachhaltigkeit und sozialer Gerechtigkeit über Demokratieverständnis und Vielfalt bis hin zu psychischer Gesund-

heit, Generationendialog oder Engagementförderung.

Unsere Workshops und Aktionen greifen Fragen auf, die junge Menschen bewegen und unsere Gesellschaft prägen. Die praxisnahen Angebote lassen sich dabei gut in den Schulalltag oder die Gruppenarbeit integrieren und bieten eine wertvolle Unterstützung, gesellschaftliche Themen lebensnah und interaktiv zu vermitteln.

Die Projekte schaffen Räume für Begegnung, neue Perspektiven und gemeinsames Lernen. Sie machen Mut, sich füreinander einzusetzen, Verantwortung zu übernehmen und Solidarität im Alltag sichtbar werden zu lassen.


Sigrid Möller
Referentin für youngcaritas

Über youngcaritas

youngcaritas ist die Plattform der Caritasverbände in Deutschland für das soziale Engagement junger Menschen. Sie begegnet sozialen Themen und Herausforderungen unserer Zeit und möchte die Hintergründe der Arbeit sozialer Hilfsorganisationen für Jugendliche erlebbar machen. **Diese Aufgabe versucht sie mit zwei Schwerpunkten zu erreichen:** Einerseits vermittelt youngcaritas Wissen zu sozialen Themen im Rahmen von Workshops an Schulen und in Jugendgruppen, um soziale Ungleichheiten aufzuzeigen und den Umgang mit Menschen in besonderen Lebenslagen zu überdenken. Andererseits ermutigt sie junge Menschen, selbst aktiv zu werden und bietet hierfür Aktionen an.

youngcaritas liefert weitere Impulse, die dazu anregen, Ungerechtigkeit mutig und engagiert zu begegnen und sich mit sozialpolitischen Themen lebensnah auseinanderzusetzen.



An wen richtet sich youngcaritas?

Vielen jungen Menschen ist es wichtig, solidarisch zu handeln - youngcaritas hilft mit, dass sie dies in die Tat umsetzen können.

Unsere Aktionen und Workshops richten sich an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die bereit sind, mit offenen Augen durchs Leben zu gehen. Wir möchten dazu anregen, sich mutig mit aktuellen sozialen Themen auseinanderzusetzen und Menschen ihre Hand zu reichen, die durch verschiedene Lebensumstände in eine Krise geraten sind.

Auch Jugendgruppenleiter:innen und Pädagog:innen werden von youngcaritas unterstützt, karitative Themen lebensnah zu behandeln.

ICH MACH WAS!
#solidarisch

Das youngcaritas-Team



Sigrid Möller

04441 8707-663

moeller@lcv-oldenburg.de

Sigrid ist die Referentin für youngcaritas im Oldenburger Land. Sie koordiniert die verschiedenen Aktionen und entwickelt mit den Einrichtungen spannende Workshops! Auf Bundesebene vernetzt sie sich mit den vielen anderen youngcaritas-Akteur:innen!



Simone Elschen

04471 7045-42

gemeindecaritas-clp@caritas-sozialwerk.de

Simone ist Teamerin für youngcaritas in Süd-oldenburg. Sie ist im Auf- und Ausbau der youngcaritas tätig und gibt Workshops an weiterführenden Schulen.



Silvia Büssing

04441 8707-647

buessing@lcv-oldenburg.de

Silvia kümmert sich bei youngcaritas hauptsächlich um die Gestaltung des Kataloges und um die Digitalisierung! Im Büro sorgt sie für die reibungslose Organisation und gute Laune.



Wiebke Meyer

04441 8707-649

meyer@lcv-oldenburg.de

Als Projektkoordinatorin bei youngcaritas im Oldenburger Land bringt sie im Projekt team:mensch soziales Engagement und Ausbildung zusammen. Mit Organisationstalent, Herz und einem Augenzwinkern begleitet sie Auszubildende und Unternehmen auf dem Weg zum Sozialzertifikat.



Anna Pfeiffer

0175 7176792

a.pfeiffer@caritas-wesermarsch.de

Anna ist im Projekt „Wir gestalten Zukunft“ in der Wesermarsch und im Ammerland unterwegs. Mit einem Faible für Social Media und Vielfalt entwickelt sie kreative Formate, um junge Menschen zu erreichen und für Engagement und Zusammenhalt zu begeistern.

Podcast youngcaritas

„Hauptsache nichts mit Menschen“

Entdecke den youngcaritas Podcast. Die Stimme der jungen Generation!

Tauche ein in die Welt von youngcaritas und lass dich von inspirierenden Geschichten junger Menschen begeistern. In unserem Podcast erfährst du, wie sich engagierte Jugendliche für eine bessere Welt einsetzen und gemeinsam mit anderen etwas bewegen.

Besonders empfehlenswert ist die Folge „Marienschule setzt sich ein“, in der Schüler:innen eines Wahlpflichtkurses Caritas und ihre Lehrerin von der Marienschule Cloppenburg - einer Schule aus der Region - zu Wort kommen.

Ihre Erfahrungen und Projekte sind nicht nur beeindruckend, sondern auch inspirierend für alle, die sich für soziales Engagement interessieren und Taten wirken lassen möchten.



Denn während andere die Schulbank drücken, sind die Zehntklässler:innen des Wahlpflichtfachs Caritas an der Marienschule aus Cloppenburg unterwegs. Wie das funktioniert und was sie bisher erlebt haben, berichten Leonie, Andrea und Melvin in dieser Folge.

Zudem verraten Theresa Nienaber (Lehrerin) und Simone Elschen (youngcaritas), wie es zu diesem grandiosen Unterrichtskonzept kam, in dem es um Nächstenliebe und Soziales geht.

Höre rein und lass dich von der Begeisterung und dem Einsatz der Schüler:innen für eine bessere Zukunft mitreißen.

Den youngcaritas Podcast „Hauptsache nichts mit Menschen“ findest du überall wo es Podcasts gibt.

Der youngcaritas Podcast - für alle, die Taten wirken lassen wollen!



Apple Podcasts



Spotify®



Workshops

youngcaritas und Mitarbeiter:innen aus den vielen Fachbereichen der Caritas bieten für Schulen und Jugendgruppen kostenlose Workshops zu verschiedenen aktuellen sozialen Themen an. Detaillierte Informationen zum Workshop-Angebot sowie Termine können bei den angegebenen Kontaktpersonen erfragt und mit ihnen abgesprochen werden. Wir empfehlen eine frühzeitige Terminabsprache.

WIR MACHEN MIT!
#solidarisch

Kooperation vom Schutzengelprojekt und youngcaritas

Seit 19 Jahren engagiert sich das Schutzengelprojekt für mehr Sicherheit im Straßenverkehr und für mehr Zivilcourage – getragen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus den Landkreisen Vechta und Cloppenburg. Jedes Jahr melden sich fast 4.000 neue Personen zum Projekt an, um aktiv ein Zeichen für Verantwortung, Rücksichtnahme und mutiges Handeln zu setzen.

Eine Kooperation zwischen youngcaritas und dem Schutzengelprojekt ist ein starkes Zeichen für vernetztes, jugendnahes Engagement! Beide Projekte verbinden soziale Bildung mit Prävention, Herz mit Haltung und Aktion mit Reflexion und schafft so Räume, in denen junge Menschen wirksam, mutig und solidarisch handeln können.

Jugendliche zwischen 16 und 24 Jahren können sich online beim Schutzengelprojekt anmelden und ein Jahr lang als Schutzengel mitwirken. Die Anmeldung funktioniert auch über eine Quali bzw. einen unserer youngcaritas-Workshops! Um auch in den Folgejahren dabei zu bleiben, nehmen sie freiwillig an den sogenannten „Qualis“ teil – spannende und praxisnahe Bildungsmaßnahmen, die Wissen, Reflexion, Gemeinschaft und Zivilcourage fördern. Zusätzlich verlängern die Jugendlichen damit ihren Schutzengelausweis und können als Dankeschön für ihr Engagement zahlreiche Rabatte in den örtlichen Geschäften in Anspruch nehmen!

In unserem Projektkatalog befindet sich eine Auswahl der verschiedenen Qualis. Informationen zu weiteren Angeboten gibt es unter www.schutzengelprojekt.de oder hier:



Workshops mit diesem Logo werden auch als Schutzengel-Quali anerkannt!



Das Schutzengelprojekt ist eine Initiative der Landkreise Cloppenburg und Vechta in Kooperation mit der Polizeiinspektion Cloppenburg/Vechta.

Cariwas? Caritas!

Dieser Workshop bietet einen Überblick über die Arbeitsfelder, Einrichtungen und Projekte der Caritas. Aber die Caritas ist mehr als eine Organisation. Sie ist eine Grundhaltung gegenüber Menschen, besonders gegenüber Menschen in Not. Ihre Wurzeln hat sie in der Liebe Jesu zu den Menschen. Wie er, sieht die Caritas ihre Aufgabe darin, den Menschen ohne Ansehen von Herkunft, Status oder Religion mit Liebe und Achtung zu begegnen. Überall.

Dauer: ab 1 UE
Für: Kinder und Jugendliche ab der 5. Klasse



Dietmar Kattinger
04441 8707-640
kattinger@lcv-oldenburg.de



youngcaritas – jung und engagiert!

youngcaritas ist die Plattform der deutschen Caritasverbände für das soziale Engagement junger Menschen.

Die Caritasverbände bieten jungen Menschen so die Möglichkeit und den Anstoß, zum Engagement vor Ort. Auf diese Weise bringen sie Menschen, Ideen und Kompetenzen zusammen.

Wie genau das bei dir geht, erfährst du in diesem Workshop.

Dauer: ab 1 UE

Für: Kinder und Jugendliche ab der 5. Klasse



Sigrid Möller

04441 8707-663

moeller@lcv-oldenburg.de



Sigrid Möller

04441 8707-663

moeller@lcv-oldenburg.de



Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.

Hausführungen – Willkommen bei der Caritas

Wir bieten die Möglichkeit, in verschiedenen Einrichtungen der Caritas Hausführungen zu machen. Für die Hausführungen bitten wir um rechtzeitige Terminvereinbarung. Die Termine sind je nach Einrichtung zeitlich begrenzt. Zum Schutz der Identität und Anonymität der Menschen ist unter Umständen kein Klient:innen-Kontakt möglich.

Dauer: individuelle Vereinbarung

Für: Kinder und Jugendliche ab der 5. Klasse

youngcaritas in Europa – Bildung für nachhaltige Entwicklung

Toolkit des Netzwerkes „YoungCaritas in Europe“ mit Projektideen für Schule und Jugendarbeit

Hintergrundinformation und Übungsideen zu den globalen Nachhaltigkeitszielen sowie den Fokus-themen Armut & soziale Ungleichheit, Migration & Vielfalt und Nachhaltigkeit & Konsum. Anhand einfach umsetzbarer Projektbeispiele aus dem Netzwerk wird aufgezeigt, wie Sensibilisierung und aktives Engagement von jungen Menschen gelingt. Geeignet für Schulunterricht, Jugendarbeit, Firmunterricht, etc.



Für: Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren

Hintergrund:

Klimawandel, bewaffnete Konflikte, soziale Ungleichheit – die Herausforderungen zeigen, wie ökologische, gesellschaftliche und ökonomische Prozesse zusammenhängen. Mit den Nachhaltigkeitszielen der UN hat sich die Weltgemeinschaft ehrgeizige Ziele gesetzt, um diese Herausforderungen zu bewältigen. Bildung für nachhaltige Entwicklung ist ein wichtiger Schritt dazu.

Hier können Sie die Broschüre kostenfrei bestellen oder per Download erhalten.



Karriere im sozialen Bereich? ... geht das überhaupt?

In unserem Workshop räumen wir mit diesen und weiteren Vorurteilen auf: „Kindergärtner:innen spielen und basteln den ganzen Tag!“, „Man verdient in der Pflege weniger als in anderen Berufen!“, „Der Beruf des Erziehers ist nichts für (ganze) Männer!“ – von wegen!

Zudem beantworten wir Fragen, wie beispielsweise:

- Welche Berufe, Ausbildungs-, Weiterbildungs- und Aufstiegsmöglichkeiten gibt es im sozialen Bereich?
- Wie orientiere ich mich bei der Berufsfindung?
- Wie sind die Zukunftsaussichten in sozialen Berufen?

Dauer: ab 2 UE
Für: Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Heike Junker
heike.junker@caritas-altenoythe.de



„BASS“ – Bausteinprogramm zur schulischen Suchtprävention

Mit diesem von der NLS (Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen) entwickelten und evaluierten Bausteinprogramm haben Schulen die Möglichkeit, Suchtprävention in der Schule durchzuführen.

Es liegen drei Bausteinprogramme mit jeweils mehreren Grundlagen- und Vertiefungsbausteinen vor.

In den beiden ersten Bausteinprogrammen (Jg.5/6 und Jg.7/8) werden sowohl Suchtmittel thematisiert als auch die (Lebens-) Kompetenzen der Schüler:innen gestärkt. Die Bausteine für Jahrgang 9 und 10 nehmen verstärkt suchtmittelspezifische Themen in den Blick.

Dauer: je 8 UE
Für: Kinder und Jugendliche von 10 bis 16 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus

04471 8805905
suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de



Sucht

KlarSicht MitmachParcours

Der von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelte und evaluierte „KlarSicht MitmachParcours“ in der Kofferversion, vermittelt Jugendlichen auf interaktive Weise an fünf Stationen Informationen zu den legalen Suchtmitteln Tabak und Alkohol.

Ziele:

- verständliche und altersgerechte Informationsvermittlung und Vermittlung von Entscheidungsgrundlagen
- Kritisches Hinterfragen von Einstellungen und Haltungen zu Alkohol und Tabak
- einen eigenständigen und verantwortungsvollen Umgang mit legalen Suchtmitteln fördern
- Entscheidungshilfen für gesundheitsförderliches Verhalten anbieten

Dauer: 1 UE
Für: Kinder und Jugendliche von 12 bis 15 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus

04471 8805905
suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de



KlarSicht
BZgA – MitmachParcours zu Tabak und Alkohol

Sucht

Lernarrangements für Suchtprävention: Alkohol - Nikotin - Cannabis - Medien

Das SuchtPräventionsZentrum des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) Hamburg hat Lernarrangements für die Sekundarstufe I zu den suchtpreventiven Themen Alkohol, Nikotin, Cannabis und Medien entwickelt und erprobt.

Diese Arrangements bieten die Möglichkeit zum individualisierten Lernen in heterogenen Lerngruppen.

Inhalte:

- Übungen und Materialien für die Arbeit mit der ganzen Lerngruppe
- Eine Unterrichtswerkstatt zum Thema mit Arbeitspass, Hörtexten, Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit
- Viele Möglichkeiten zur Erweiterung (Projektaufgaben) oder Reduktion des Materials je nach Lerngruppe und Rahmenbedingungen

Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Kinder und Jugendliche von 12 bis 16 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus
04471 8805905
suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de



Net-Piloten

Mit den „Net-Piloten“ bietet die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ein evaluiertes Präventionsprojekt, das sich den digitalen Herausforderungen mit einem modernen, jugendgerechten Konzept stellt: Jugendliche lernen von Jugendlichen.

Net-Piloten sind 14 bis 18-jährige Schüler:innen aller Schulformen.

Diese werden zum Thema „Verantwortungsvoller Konsum von Smartphone und Co.“ geschult, um anschließend selbstständig in jüngeren Jahrgängen Workshops durchzuführen. Ziel ist es, durch diesen Peer-to-Peer-Ansatz ohne den „erwachsenen Zeigefinger“ ein medienkompetentes Miteinander zu fördern.

Dauer: ab 4 UE
Für: Kinder und Jugendliche der 5. - 6. Klasse
Dauer: 8 Module á 90 Minuten
Für: Ausbildung der Net-Piloten
Region: Landkreis Cloppenburg



Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus
04471 8805905
suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de

Let's talk about Medien

„Let's talk about Medien“ ist ein interaktiver Medienparcours konzipiert von der Kreisjugendpflege des Landkreises Cloppenburg und der Fachstelle für Suchtprävention Stiftung Edith Stein, Cloppenburg.

An vier Stationen bearbeiten die Kinder und Jugendlichen auf abwechslungsreiche und spielerische Art verschiedene Themenbereiche wie beispielsweise Recht am eigenen Bild, Kommunikation in Chats, Alternativen zur Mediennutzung und Cybermobbing.

Ziele:

- Reflektion der eigenen Mediennutzung
- Sensibilisierung im Umgang mit digitalen Fotos
- Sensibilisierung im Umgang mit Nachrichtenerstellung
- Auseinandersetzung mit der Problematik „Mobbing/Cybermobbing“

Dauer: ab 3 UE
Für: Kinder von 9 bis 12 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus

04471 8805905
suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de



„Der Grüne Koffer“

„Der Grüne Koffer“ wurde erstmals im Jahr 2021 entwickelt und ist aus dem Vorgängerprojekt „Stark statt Breit“ in NRW entstanden. Erfolgreich evaluiert wurde „Der Grüne Koffer“ in den Jahren 2021/23. Er enthält neun interaktive Methoden und Materialien, um mit jungen Menschen über Cannabis ins Gespräch zu kommen. Dabei bezieht er alle Jugendlichen (unabhängig vom Konsumstatus) ein. Nicht konsumierende Jugendliche werden in ihrer Haltung bestärkt.

„Der Grüne Koffer“ möchte:

- frühzeitig und sachlich, jugendgerecht und glaubwürdig über die körperlichen und psychischen Auswirkungen des Konsums von Cannabis informieren
- die rechtlichen Folgen verdeutlichen
- die Konsumhaltung zu Cannabis kritisch reflektieren und dadurch die Entwicklung einer Konsumkompetenz fördern

Dauer: ab 4 UE
Für: Jugendliche von 14 bis 17 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus

04471 8805905
suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de



Tom und Lisa

Tom und Lisa feiern ihren Geburtstag. Dieser rote Faden zieht sich durch den Workshop zur Alkoholprävention, der von der Villa Schöpflin gGmbH – Zentrum für Suchtprävention – entwickelt und evaluiert wurde.

Der Workshop zeichnet sich durch einen hohen Grad an Interaktivität aus und regt eine sachliche und kritische Reflexion der Jugendlichen untereinander an. Den roten Faden bildet die Simulation einer Party - von der Planung, über deren Durchführung, wobei die Jugendlichen auch mit einer Notsituation konfrontiert werden, bis hin zur Planung der nächsten Party zur Festigung neu erlernter Regeln, Normen und Einstellungen.

Dauer: 2 x 3 UE (mit einem Abstand von einer Woche)
Für: Kinder und Jugendliche von 13 bis 15 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus

04471 8805905

suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de

Sucht

Cannabis – quo vadis

Der von der Villa Schöpflin gGmbH – Zentrum für Suchtprävention – entwickelte und evaluierte „Cannabis – quo vadis?“- Workshop vermittelt auf interaktive Weise Informationen zum Thema Cannabis.

Anhand von sechs Themenstationen werden bestehende Mythen korrigiert und die Auswirkungen des Konsums sowie der Einfluss von Cannabis auf den Straßenverkehr thematisiert. Mit Hilfe von Biografiekarten setzen sich die Jugendlichen mit ihrem eigenen Lebenslauf auseinander. Durch das Aufsetzen von Simulationsbrillen können sie die Beeinflussung der Wahrnehmung nachempfinden. Zusätzlich wird ein Perspektivwechsel mit Eltern angeregt.

Dauer: ab 3 UE
Für: Jugendliche von 14 bis 19 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus

04471 8805905

suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de

Sucht



29

Abgezockt! Parcours zur Glücksspielprävention

Bei dem „Abgezockt-Parcours“ zur Prävention von problematischen Glücksspielverhalten bei Jugendlichen geht es darum, sachliche Informationen zu Glücksspielen zu vermitteln, Glücksspiele und ihre Anreize sowie Risiken erfahrbar zu machen und Lebenskompetenzen sowie persönliche Stärken zu fördern, um den Einstieg ins Glücksspiel zu vermeiden oder hinauszuzögern.

Der Glücksspielparcours wurde 2023 in enger Kooperation der Niedersächsischen Landesstelle für Suchtfragen und dem Präventionsprojekt Glücksspiel der päd. gGmbH konzipiert und durch die Krankenkasse DAK-Gesundheit finanziert.

Dauer: 4 UE
Für: Jugendliche ab 14 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung St. Vincenzhaus
04471 8805905
spielsucht@suchtberatung-cloppenburg.de

Sucht

CONNECT - Fachstelle Medienberatung und -prävention

Ihr interessiert euch für soziale Themen und habt Lust, diese im Rahmen eines Medienprojektes in die Öffentlichkeit zu bringen?

Dann seid ihr bei uns, der Medienberatung und Prävention CONNECT, genau richtig. Wir können euch bei der Gestaltung eines medienpädagogischen Projektes unterstützen und es gemeinsam durchführen.

Dauer: nach Vereinbarung
Für: Kinder und Jugendliche
Region: Landkreis Cloppenburg



CONNECT
Fachstelle Medienberatung u. Prävention
04471 8805726
info@medienberatung-clp.de

Sucht

Suchtprävention, die ankommt

Caritas-Sozialwerk – Suchtberatung für den Landkreis Vechta

Kinder und Jugendliche wachsen heute in einer Welt auf, in der Konsum, Medien, Gruppendruck und Suchtgefahren früh präsent sind. Genau hier setzt unsere Suchtprävention an: frühzeitig, lebensnah und authentisch.

Mit unseren Angeboten möchten wir junge Menschen nicht nur informieren, sondern stärken. Sie sollen lernen, sich mit Suchtursachen, Konsummotiven und möglichen Folgen auseinanderzusetzen, Risiken besser einzuschätzen und eigene gesunde Entscheidungen zu treffen. Unsere Workshops schaffen Raum für Austausch, Reflexion und ehrliche Fragen – ohne erhobenen Zeigefinger, dafür mit fachlicher Kompetenz und einem klaren Blick auf die Lebenswelt junger Menschen.

Unsere Angebote richten sich an Schulen, Jugendgruppen und Fachkräfte im Landkreis Vechta und werden altersgerecht, praxisnah und bedarfsorientiert gestaltet.

Unsere Angebote im Überblick:

- **Elch im Wohnzimmer**

Ein kindgerechtes Präventionsangebot für dritte Klassen zur frühen Sensibilisierung für Belastungen in Familien, Gefühle, Hilfsmöglichkeiten und erste Präventionsimpulse.

- **Vapen**

Frühe Aufklärung über E-Zigaretten und Einweg-Vapes, Gesundheitsrisiken, Gruppendruck und verbreitete Konsummythen.

- **Alkoholprävention**

Jugendgerechte Auseinandersetzung mit Alkohol, Konsummotiven, Gruppendruck und den Folgen riskanten Konsums.

- **Drogenprävention**

Aufklärung über legale und illegale Substanzen, Risiken, Schutzfaktoren und Handlungssicherheit im Umgang mit Konsumthemen.

- **Schulungen für Führungskräfte und Multiplikator:innen**

Fortbildungen für Lehrkräfte, pädagogische Fachkräfte und weitere Multiplikator:innen zur Stärkung von Handlungssicherheit und Präventionskompetenz.

Individuelle Angebote möglich.

Nicht jede Anfrage passt in ein festes Format – deshalb versuchen wir, für jede Schule, Gruppe oder Einrichtung ein passendes Präventionsangebot zu entwickeln. Inhalte, Schwerpunkte und Rahmenbedingungen können individuell abgestimmt werden.

Dauer: nach Vereinbarung

Für: Kinder und Jugendliche

Region: Landkreis Vechta



Leiterin der Beratungsstelle
Bettina Albrecht

04441 6533

albrecht@caritas-sozialwerk.de

Koordination Suchtprävention
Christian Caselitz

04441 6533

caselitz@caritas-sozialwerk.de

Der ultimative Kick

Drogen und Alkohol im Straßenverkehr Die polizeilichen Statistiken der letzten Jahre belegen einen rasanten Anstieg des illegalen Drogenkonsums mit anschließender Teilnahme am Straßenverkehr.

Ziel des Programms ist es Fahranfängern, potenziellen Mitfahrern, deren Eltern und Freunden Informationen an die Hand zu geben, um im Vorfeld Risikofahrten als solche zu erkennen und vorbeugend tätig zu werden. Die gesundheitlichen, rechtlichen und auch die finanziellen Konsequenzen aus unüberlegtem Drogenkonsum wirken sich verheerend auf die Zukunft eines jeden Jugendlichen aus!

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Kooperationsprojekt:



Kreisverkehrswacht Vechta
info@verkehrswacht-vechta.de
www.verkehrswacht-vechta.de

Sigrid Möller
04441 8707663
moeller@lcv-oldenburg.de

Sucht

Wir gestalten Zukunft – das youngcaritas Action Lab

Eure Schulklasse oder Jugendgruppe will was bewegen – aber ihr wisst nicht genau, wie? Dann kommt ins Action Lab! Gemeinsam schauen wir, welche Themen euch wichtig sind – und was ihr gemeinsam tun könnt, um etwas zu verändern.



Im Action Lab entstehen eigene Ideen für ein besseres Miteinander: Ob Klimaschutz, Vielfalt, Armut oder Gerechtigkeit – gemeinsam werden eigene Aktionsideen entwickelt und auf den Weg gebracht. Das Action Lab schafft Raum für Mitbestimmung, kreative Lösungsfindung und solidarisches Handeln – praxisnah, niedrigschwellig und ermutigend. Ganz nach dem Motto: Lasst mal machen, könnt mega werden!

Dauer: 2-4 UE
Für: Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren
Region: Ammerland, Wesermarsch und Oldenburg (weitere Regionen auf Anfrage)



Anna Pfeiffer
youngcaritas Oldenburg, Ammerland und Wesermarsch
0175 7176792
a.pfeiffer@caritas-wesermarsch.de



Empowerment und Demokratieverständnis

35

Ich bin ich und du bist du: Warum es so wichtig und doch so schwer ist, Grenzen zu ziehen.

Es gibt viele Situationen im Leben, in denen Fragen auftauchen: Was muss ich machen oder auch mitmachen, um dazuzugehören? Um anerkannt zu sein? Um wahrgenommen zu werden? Jedoch sollte jeder Mensch seinen eigenen Weg finden! Gemeinsam möchten wir überlegen und in spielerischer Form in Erfahrung bringen, was „Grenzen ziehen - Schutz und Selbstbehauptung“ bedeuten und wie damit umgegangen werden kann.

Dauer: ab 1 UE
Für: Jugendliche ab 14 Jahren



Thomas Schmitz
04441 872-470
info@kfwd.de



Vielfalt, Identität und Glaube LGBTQIA+ verstehen und entdecken

Was bedeutet eigentlich LGBTQIA+? Und was hat das mit unserem Alltag, unserer Gesellschaft – und vielleicht auch mit Glauben zu tun?

In diesem Workshop steigen wir niedrigschwellig und spielerisch ins Thema ein: Gemeinsam klären wir Begriffe rund um sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität, bauen Unsicherheiten ab und schaffen Raum für Fragen.

Im weiteren Verlauf schauen wir genauer hin: Wie entstehen Vorurteile? Welche Erfahrungen machen queere Menschen? Und welche Rolle spielen Gesellschaft, Werte und auch Religion dabei?

Je nach Gruppe greifen wir auch Fragen rund um Kirche und Bibel auf – und entdecken, dass Vielfalt kein Randthema ist, sondern mitten ins Leben gehört. Der Workshop bietet einen geschützten, respektvollen Raum für Austausch, neue Perspektiven und ehrliches Nachdenken – für alle, die mehr verstehen wollen.

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche ab der 8. Klasse



Anna Pfeiffer
youngcaritas Oldenburg, Ammerland und Wesermarsch
0175 7176792
a.pfeiffer@caritas-wesermarsch.de



#Perspektivwechsel - #augenblickwinkel 360° Virtual Reality

Konfliktsituationen im Straßenverkehr hautnah

Thema: Gaffen

Wer die Perspektive ändert, sieht die Dinge in einem ganz anderen Licht. Entdecke das VR-Erlebnis. Wir bringen dieses immer aktueller werdende Thema näher: Was sind „Gaffer“? Worin besteht die Gefahr des Gaffens? Gibt es eine Problematik mit „Gaffervideos“ über Social Media? Welche rechtlichen Konsequenzen gibt es? Wie verhalte ich mich richtig?

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Personale Kommunikation - Das Dilemma-Spiel

Verschiedene Dilemmata werden angesprochen und anhand von kurzen Videos oder Bildern mit der Gruppe thematisiert. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf den Folgen, die sich ergeben, wenn der schlimmste Fall eingetreten ist. Hier kommen teils persönliche Erfahrungen der Moderatoren, aber auch Erlebnisse der Schüler:innen zur Sprache.

- Kommunikation in Konfliktsituationen
- Handlungsalternativen
- Die Bedeutung eines „Nein“, das Leben retten kann

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Kooperationsprojekt:



Polizeiinspektion CLP/VEC
Marina Koopmann / Anne Alferts
04471 1860-109 oder -111
vsb@pi-clp.polizei.niedersachsen.de

Sigrid Möller
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de

Empowerment und Demokratieverständnis

Kooperationsprojekt:



Schutzengelprojekt
Roland Wilke
0177 5911258
rmwilke@gmx.de

Sigrid Möller
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de

Empowerment und Demokratieverständnis

Fair

Durch die Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Gewaltdelikten wird zum einen deutlich, wie präsent Gewalt im Alltag der Schüler:innen ist und zum anderen, welche Konsequenzen sie mit sich bringt. Die Auseinandersetzung mit den Themenschwerpunkten Gewalt, Mobbing und Zivilcourage geschieht vor allem durch interaktive pädagogische Übungen, in denen jede:r Einzelne die Möglichkeit bekommt, sich zu positionieren. Zusätzliche Sensibilisierung findet durch kurze Filmausschnitte statt. Im Fokus steht eine Verbesserung der Handlungskompetenz für schwierige Situationen im Schulalltag und für Situationen im öffentlichen Bereich, die Zivilcourage erfordern.

Dauer: 5 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren
Region: Landkreis Vechta und Cloppenburg



Kooperationsprojekt:

Schutzengelprojekt
Ole Wielkiewicz (LK CLP)
04471 15672
schutzengel@lkclp.de

Meryem Araz
Ellen Schomaker (LK VEC)
04441 898-2123 oder -2129
schutzengel@landkreis-vechta.de

Sigrid Möller
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de



No Risk – No Fun?

Wie weit kannst du wirklich gehen?

„No Risk - No Fun?“, „Wer bremst, verliert!“ oder „Mir passiert doch nichts!“ Die coolen Sprüche kennt fast jeder. Die Fakten: Junge Fahrer und Fahrenanfänger sind Spitzenreiter in der Unfallstatistik. Viele Unfälle enden mit schweren Verletzungen oder tödlich. „No Risk - No Fun?“

Gründe für die Unfallhäufigkeit gibt es viele. Etwa Selbstüberschätzung, Angeberei, Unwissenheit, Ablenkung, Drogenmissbrauch, technische Mängel am Fahrzeug. Fragt sich nur: Was kannst du tun, um dein Leben und das deiner Freunde zu schützen?

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Kooperationsprojekt:

Kreisverkehrswacht Vechta
info@verkehrswacht-vechta.de
www.verkehrswacht-vechta.de

Sigrid Möller
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de



Cool im Konflikt

Das Training zielt darauf ab, Gewalt vorzubeugen und die Persönlichkeit zu fördern. Die Analyse des eigenen Verhaltens und das Training der Wahrnehmung anderer Personen dienen dazu, ein positives Verständnis von Konflikten zu erreichen.

Das Ziel des Kurses besteht darin, dass die Schüler:innen aktiv lernen, Strategien und Verhaltensweisen zu nutzen, um Konflikte innerhalb der Gruppe zu vermeiden oder auf gewaltfreie Art und Weise zu lösen.

Diese „Quali“ richtet sich an Schulklassen mit bestehender Thematik und hohem Konfliktpotenzial.

Dauer: 5+2 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Kooperationsprojekt:

Schutzengelprojekt

Meryem Araz , Ellen Schomaker (LK VEC)

04441 898-2126 oder -2129

schutzengel@landkreis-vechta.de

Sigrid Möller

04441 8707-663

moeller@lcv-oldenburg.de



Gegenwind

Ein Argumentationstraining gegen Rassismus und Diskriminierung

Rassismus, Sexismus, Homophobie und andere Diskriminierungen sind alltäglich und können einem überall begegnen. Und wenn es passiert, fehlen oft die richtigen Worte, um darauf zu antworten.

Was tun abwertende Parolen im Alltag? Das Argumentationstraining informiert über und sensibilisiert für menschenverachtende Einstellungen, Diskriminierung und Rassismus in der Gesellschaft. Hier könnt ihr in spielerischen Modellsituationen lernen, wie ihr argumentieren könnt, z.B. in Situationen, in denen ihr mit rassistischen und diskriminierenden Parolen und Vorurteilen konfrontiert seid. Oder in Situationen in denen bestimmte Personengruppen herabgewürdigt oder ungleich behandelt werden.

Deine eigenen Überzeugungen und Stärken werden hier für die Argumentation nutzbar gemacht und du lernst und übst dich darin dich für andere, Menschenrechte und Toleranz einzusetzen.

Dauer: 5+2 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Kooperationsprojekt:

Schutzengelprojekt

Meryem Araz , Ellen Schomaker (LK VEC)

04441 898-2126 oder -2129

schutzengel@landkreis-vechta.de

Sigrid Möller

04441 8707-663

moeller@lcv-oldenburg.de



Vielfalt vereint: Rollenbilder und Diskriminierung

In diesem Workshop behandeln wir die Grundlagen zu geschlechtlicher Identität, Vielfalt in der Liebe, Rollenbildern und Diskriminierung – mit viel Raum für Fragen, Austausch und neue Perspektiven. Wir klären Begriffe wie LGBTQIA+, räumen mit Vorurteilen auf und sensibilisieren für Vielfalt im Alltag.

Der Workshop bietet eine grundlegende, erste Einführung in die Thematik mit dem Ziel, Offenheit zu fördern und sich für eine respektvolle Gemeinschaft stark zu machen.

Dauer: 2-3 UE
Für: Jugendliche von 14 bis 17 Jahren
Region: Ammerland, Wesermarsch



Anna Pfeiffer
youngcaritas Ammerland & Wesermarsch
0175 7176792
a.pfeiffer@caritas-wesermarsch.de



„Reden hilft!“ – Wertorientierte Gesprächsführung

Wertschätzung ist das, worum es in der Kommunikation geht! Wertschätzung und das Bedürfnis danach, bedeutet, dass ich mit mir selbst wert-schätzend umgehe und zugleich Andere ‚wert-schätze‘. Kommunikation braucht notwendig Haltung und Werte. Doch: Welche Werte schätze ich? Nach einer grundlegenden Einführung in die wertorientierte Gesprächsführung, wird an Beispielen geübt. Argumentation und der Umgang mit sogenannten „Killerstrategien“ stehen im Fokus. Selbstverständlich kann auch auf herausfordernde Kommunikationssituationen z.B. verschiedenen Krisen, Konflikt, Umgang mit Versöhnung und Schuldgefühlen eingegangen werden. Kommunikative Kompetenz ist eine ständige Entwicklungsaufgabe.

Dauer: 4 UE
Für: Jugendliche ab 14 Jahren



ab 16 Jahren



Sigrid Möller
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de



Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.

Ambulanter Hospizdienst

Der ambulante Hospizdienst unterstützt durch ehrenamtliche Hospizbegleiter:innen schwer erkrankte Menschen und deren Bezugspersonen. Bevor die Ehrenamtlichen ihre Tätigkeit aufnehmen, werden sie in einer Schulung auf dieses Ehrenamt vorbereitet. Die Ehrenamtlichen besuchen die erkrankte Person in deren Häuslichkeit oder aber im Pflegeheim. Sie schenken Zeit, hören zu, begleiten beim Spaziergang, lesen vor, führen Gespräche und ermöglichen so, den Alltag trotz der Krankheit zu leben. Sie sind ein zusätzliches Angebot für die erkrankten Menschen und entlasten die Angehörigen. Nach individueller Absprache wird praxisnah auf das Thema Sterbebegleitung eingegangen.

Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Jugendliche von 14 bis 18 Jahren
Region: Nordkreis Vechta



**Ambulanter Hospizdienst der
Sozialstation Nordkreis Vechta gGmbH**
Erika Rüwe
04441 9777-426
erika.ruewe@sozialstation-vechta.de



Sigrid Möller
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de



**Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.**

„Bist Du noch ganz bei Trost?“

Mit Abschied, Tod und Trauer umgehen, statt sie zu umgehen

Auch junge Menschen müssen lernen, mit Sterben, Tod und Trauer umzugehen. Zugleich sind auch junge Menschen mit trauernden Mitmenschen konfrontiert und sind oft sprachlos und fühlen sich hilflos, auch wenn sie oftmals einen offenen und natürlichen Zugang zu dieser eher tabuisierten Wirklichkeit haben. Sie können vor allem an Beispielen lernen, was tröstlich ist oder eben auch erfahren, was eher ungeeignet im jeweiligen Umgang ist.

Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Kinder und Jugendliche ab der 5. Klasse

Ethik am Lebensende: Hilfe beim Sterben

Ärztlich assistierter Suizid – Grundlegendes und Einzelfallarbeit

Das Feld der Gestaltung des Lebensendes umfasst Fragen der Sterbehilfe, des Therapieverzichtes mit Todesfolge und Fragen zur Neuregelung des ärztlich assistierten Suizides, wie auch Fragen der Ernährungsgabe bzw. des Verzichtes, aber auch Fragen der Sterbegleitung (Rituale, Bedürfnisse Sterbender).

Nach individueller Absprache werden Unterrichtseinheiten miteinander abgestimmt.

Der Referent arbeitet in allen Caritas-Einrichtungen zu vielfältigen ethischen Fragestellungen und füllt alle Inhalte praxisnah.

Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Kinder und Jugendliche ab der 5. Klasse



Sigrid Möller
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de



Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

– (k)ein Thema für junge Menschen?

Die Welt entdecken, Pläne schmieden, das Leben genießen... Für junge Menschen sind Krankheit und Tod eher kein Thema. Doch auch junge Menschen können plötzlich krank werden oder einen Unfall erleiden. Solange sie minderjährig sind, entscheiden dann automatisch die Eltern. Doch mit Vollendung des 18. Lebensjahres ändert sich das, dann entscheiden sie selbst. Daher ist es auch für sie wichtig, das Instrument der Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung zu kennen.

Nach individueller Absprache werden praxisnah die Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung besprochen.

Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Jugendliche von 16 bis 18 Jahren
Region: Nordkreis Vechta



**Ambulanter Hospizdienst der
Sozialstation Nordkreis Vechta gGmbH**
Erika Rüwe
04441 977-426
erika.ruewe@sozialstation-vechta.de



Sozialstation
St. Hedwig-Stiftung

Leben mit Behinderung und das Bundesteilhabegesetz

Das Bundesteilhabegesetz (BTHG) hat das Ziel, die Selbstbestimmung und Teilhabe von Menschen mit Behinderungen in allen Lebensbereichen zu stärken. Doch welche konkreten Möglichkeiten und Chancen ergeben sich daraus für Betroffene? Wie gestaltet sich das Leben mit einer Behinderung im Alltag? Und welche Unterstützungsangebote stehen zur Verfügung?

Dieser Workshop hat das Ziel ein tieferes Verständnis für Inklusion und Teilhabe zu entwickeln. Erfahrungsberichte, Diskussionen und praktische Übungen sensibilisieren für die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderung und fördern Empathie, Respekt und Solidarität.

Dauer: nach Vereinbarung
Für: Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Christina Runnebaum
04441 8707-658
runnebaum@lcv-oldenburg.de



Was ist Leichte Sprache? Wie arbeitet ein Büro für Leichte Sprache?

Das inklusive Team des Büros für Leichte Sprache beim Andreaswerk gibt einen Einblick:

- Was ist charakteristisch für Leichte Sprache?
- Wer sind die Zielgruppen von Leichter Sprache?
- Wie verläuft der Prozess des Übersetzens und wie wird der Text von Lesern aus der Zielgruppe geprüft?

Es werden Beispieltex te aus ganz unterschiedlichen Themenbereichen gezeigt.

Dauer: nach Vereinbarung
Für: Jugendliche ab 14 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Büro für Leichte Sprache
04441 960199
leichte.sprache@andreaswerk.de



Das Andreaswerk - Gemeinsam Leben gestalten

Wir verbinden Menschen mit Menschen. Und schaffen Orte der Begegnung, die allen offenstehen. Miteinander reden, gut zuhören und füreinander da sein prägen unser gemeinsames Leben, Lernen und Arbeiten. Wir beginnen, wo Barrieren verschwinden – sowohl im Umfeld als auch in den Köpfen. Mit verschiedenen Hilfsmitteln machen wir den Alltag mit Beeinträchtigungen erlebbar.

Dauer: 2 UE
Für: Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Lisa Möllers
04441 960287
lisa.moellers@andreaswerk.de



„Verstehen und verstanden werden“ - Was ist eigentlich „Gelingende Kommunikation?“

Wie spricht man mit jemanden, der nicht hören kann?
Was ist Brailleschrift?
Wie spricht jemand, der keine Stimme hat?
Warum gibt es Leichte Sprache und was ist das überhaupt?
Alle diese Fragen beantworten wir in diesem Workshop.

Bei „Gelingender Kommunikation“ geht es darum:

- Jeder kann sich mitteilen.
- Jeder versteht jeden.
- Jeder kann sich informieren.

Wir werden viele praktische Übungen zum Thema Kommunikation machen und verschiedene Hilfsmittel ausprobieren.

Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Rike Mastall
rike.mastall@caritas-altenoythe.de



Nachhaltigkeit und soziales Engagement erleben

Wir blicken hinter die Kulissen einer Kleiderstube!

In diesem Workshop erhalten Schüler:innen praxisnahe Einblicke in die Arbeit der Kleiderstuben in der Wesermarsch. Sie erleben den Weg von Kleiderspenden – von der Annahme über die Sortierung bis zur Ausgabe – und reflektieren dabei Themen wie Armut, Nachhaltigkeit und Konsumverhalten. Ergänzend können Gespräche mit Mitarbeitenden stattfinden, um das Bewusstsein für soziale Verantwortung, soziales Engagement und nachhaltigen Konsum zu stärken.

Der Workshop findet außerschulisch in der Kleiderstube statt.

Dauer: 2 UE
Für: Kinder und Jugendliche von 10 bis 19 Jahren
Region: Wesermarsch



Caritasverband im Kreis Wesermarsch e.V.

Lea Grotjohann

0176 34387126

grotjohann@caritas-wesermarsch.de



Caritasverband
im Kreis
Westermarsch e.V.

Global Memory – Unser Einfluss auf die Welt

Oft ist uns gar nicht bewusst, welche Folgen unser Konsumverhalten auf das Leben der Menschen rund um den Globus hat. Teste dein Wissen und zeige beim Global Memory, ob du die weltweiten Zusammenhänge erkennst. Schüler:innen suchen acht Bildpaare, die zusammengehören. Ein Bild aus dem globalen Norden, das andere aus dem globalen Süden. Wo gibt es Zusammenhänge zwischen den einzelnen Bilderpaaren?

Ziele:

- Reflexion der Zusammenhänge zwischen eigenem Konsumverhalten und der globalen Gesellschaft;
- Vertiefung des Bewusstseins für Problemfelder und Lösungsansätze.

Dauer: ab 1 UE
Für: Kinder und Jugendliche von 13 bis 18 Jahren



Volker Hülsmann

04441 8707-636

huelsmann@caritas-sozialwerk.de



www.caritas-sozialwerk.de



caritas

#nähtuhaus

Upcycling spielt heute eine immer wichtigere Rolle beim Thema Nachhaltigkeit. Es werden scheinbar nutzlose Dinge in neuwertige Produkte umgewandelt beziehungsweise aufgewertet („up“), um sie wieder in den Wirtschaftskreislauf („cycling“) einzuführen.

Die alte Jeanshose, die nur noch als Schrankfüller dient, könnte das neue Lieblingsteil im Kleiderschrank werden. Die Schüler:innen haben die Möglichkeit, nicht mehr genutzte Kleidung mitzunehmen, um sie wieder- oder weiterzuverwenden. Außerdem können eigene Ideen aus verschiedenen Materialien kreativ umgesetzt werden.

Die Schüler:innen sind eingeladen, sich intensiv und kreativ mit den Themen Ressourcenschonung, Konsum und Nachhaltigkeit zu beschäftigen. Das Projekt ermöglicht außerdem, den Umgang mit Nähmaschine, Nadel und Faden zu erlernen.

Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren



Elisabeth Pohlmann

05432 596900

gemeindecaritas-loeningen@caritas-sozialwerk.de



Was macht ein Mehrgenerationenhaus?

Einblicke in gelebtes Miteinander: Das Mehrgenerationenhaus Nordenham öffnet seine Türen für Schulklassen und Jugendgruppen. Die Teilnehmenden lernen das Konzept kennen, entdecken, wie dort Menschen unterschiedlichen Alters zusammenkommen, und setzen sich so praxisnah mit dem Thema Generationendialog auseinander. Der Workshop zeigt, wie Engagement und Begegnung altersübergreifend gelingen kann und lädt ein zum Zuhören, Mitdenken und vielleicht sogar zum Mitmachen!

Dauer: 2 UE
Für: Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren
Ort: Mehrgenerationenhaus, Viktoriastraße 16, 26965 Nordenham



Birgit Beerhorst

Mehrgenerationenhaus Nordenham

04731 942820

mgh@caritas-wesermarsch.de



Freiwilligen-Agentur im
Landkreis Wesermarsch



**Mehr
Generationen
Haus**

Miteinander – Füreinander

Hands-on Dementia

Der interaktive Weg Demenz zu begreifen

Hands-on Dementia simuliert die Symptome einer Demenz.

Der Demenzsimulator führt durch einen ganz gewöhnlichen Tag in insgesamt 13 alltäglichen Situationen. Vom Anziehen bis zum Abendessen kann man erleben, wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen. Die Teilnehmenden werden eigene Grenzen erfahren, Unbehagen empfinden und das eigene Unvermögen erleben.

Durch das Erleben der eigenen intensiven Emotionen entwickelt sich ein besseres Verständnis für den Erkrankten. Und es ist gerade in den schwierigen Situationen des Alltags enorm hilfreich und entlastend, Menschen mit Demenz mit mehr Empathie zu begegnen.

Dauer: ab 1 UE
Für: Jugendliche ab 15 Jahren
Region: Landkreise Cloppenburg und Vechta



Hiltrud Espelage
Malteser Hilfsdienst e.V.
04441 9250-133
hiltrud.espelage@malteser.org



Malteser
...weil Nähe zählt.

Häusliche Alten- und Krankenpflege

Jeder Mensch kann plötzlich wegen einer Erkrankung, Pflegebedürftigkeit, einem Unfall oder aus anderen Gründen auf Unterstützung bei ganz alltäglichen Tätigkeiten angewiesen sein.

Der ambulante Pflegedienst hilft und unterstützt Betroffene dann in ihrem Zuhause. Das kann eine Hilfestellung beim morgendlichen Aufstehen, Waschen und Anziehen genauso sein wie ein Verbandswechsel oder eine andere medizinisch-pflegerische Handlung.

Oft ist diese Hilfe nur vorübergehend notwendig, aber sie kann auch Monate oder sogar mehrere Jahre andauern. Und manchmal begleiten die Mitarbeiter:innen der Sozialstation die Menschen auch in ihrem Sterbeprozess bis zu ihrem Tod.

Dauer: 1-2 UE
Für: Jugendliche ab 14 Jahren
Region: Nordkreis Vechta



Stefan Taphorn
04441 9777411
stefan.taphorn@st-hedwig-stiftung.de



Sozialstation
St. Hedwig-Stiftung

Arbeitsort Altenheim

Ein Alten- und Pflegeheim bietet viele Arbeitsmöglichkeiten:

- Pflege
- Küche und Hauswirtschaft
- Sozialer Dienst
- Betreuung
- Haustechnik
- Verwaltung

Es werden viele spannende Einblicke in verschiedene Tätigkeitsfelder gegeben.

Bei diesem Workshop wird auch unser Therapiehund „Hanno“ mit von der Partie sein.

Dauer: 2 UE
Für: Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren
Region: Cloppenburg



Peter Sandker
04471 183473
peter.sandker@pius-stift.de



Stationäre Altenpflege

Für Menschen, die aufgrund ihres Alters oder einer Erkrankung Pflege benötigen, bietet die stationäre Altenpflege eine 24-Stunden Versorgung. Dieses kann eine Hilfestellung beim morgendlichen Aufstehen, Waschen und Anziehen beinhalten, aber auch medizinisch-pflegerische Handlungen wie z.B. Medikamentengabe und Verbandswechsel. Auch im Alltag werden die Bewohner:innen begleitet. Darunter versteht man unter anderem die Unterstützung bei den Mahlzeiten und die Gestaltung der Freizeit.

Es ist uns ein großes Anliegen, die Bewohner:innen würdevoll auf ihrem letzten Lebensweg bis zu ihrem Tod zu begleiten.

Dauer: 1-2 UE
Für: Jugendliche ab 14 Jahren
Region: Vechta, Bakum, Visbek, Goldenstedt



St. Hedwig-Stiftung
Birgit Bührmann
04441 9777-106
birgit.buehrmann@st-hedwig-stiftung.de



Alt werden? Betrifft dich früher als du denkst.

Alt werden klingt weit weg? Ist es nicht.

In diesem Workshop checken wir Altersklischees, Vorurteile und die Frage, wie wir später leben wollen. Offen, interaktiv und garantiert nicht verstaubt.

Warum haben wir bestimmte Bilder von älteren Menschen im Kopf – und stimmen die überhaupt?

Was hat das alles mit dir, deiner Zukunft und unserer Gesellschaft zu tun?

Dauer: 2 UE
Für: Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahren
Region: Nordkreis Vechta

Innovationsteam
SELBSTGESTALTER
Wir denken Altwerden weiter.



Innovationsteam selbstgestALTER
Petra Pohlmann
04441 9777-902
info@sstvechta-selbstgestalter.de



Work for a better life!?

Globalisierung, Klimawandel, Wirtschaftskrisen und Krieg treiben immer mehr Menschen dazu, ihr Land zu verlassen und z.B. nach Deutschland zu kommen. „Gut“, sagen die einen, weil wir einen großen Fachkräftemangel haben. „Schlecht“, meinen die anderen, weil wir nicht mehr Menschen aufnehmen können.

Ziel ist es, durch ein Planspiel die Schüler:innen dazu anzuregen, sich mit diesem Thema kritisch auseinander zu setzen und sich dabei selbst eine Meinung zu bilden.

Dauer: ab 2 UE
Für: Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren



Amira Hasso
04441 8707-623
hasso@lcv-oldenburg.de



Crazy ... of course!?

Die Besucher:innen der Tagesstätten haben nicht nur mit den Symptomen ihrer psychischen Erkrankung zu kämpfen, sondern häufig auch mit Vorurteilen und Stigmatisierung innerhalb der Gesellschaft. Unser Ziel ist es, mit verschiedenen Projektangeboten den jungen Menschen die Caritas-Arbeit in der Sozialpsychiatrie näherzubringen, Berührungshemmnisse mit psychisch erkrankten Menschen abzubauen und bestenfalls damit einer Stigmatisierung entgegenzuwirken. Bei den youngcaritas-Projekten der GPZ Tagesstätten sollen mit Spaß und Teamwork unter anderem auch die Ideen der Jugendlichen realisiert und gemeinsam nachhaltige Projekte und Aktionen auf die Beine gestellt werden. Die Projekte entwickeln sich aus der Interaktion der Schüler:innen mit allen weiteren Beteiligten und der Kreativität aller Teilnehmenden.

Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Andreas Schwindeler
04471 7010908
andreas.schwindeler@kh-clp.de



Gemeindepyschiatrisches
Zentrum
Cloppenburg

Psychisch erkrankt und jetzt? Wie die Teilhabe am Arbeitsleben gelingt.

Menschen können psychisch erkrankt sein und trotzdem am Arbeitsleben teilhaben, wenn sie den richtigen Arbeitsplatz haben. In dieser Unterrichtseinheit wird anhand von praktischen Beispielen psychische Erkrankungen und deren Auswirkungen auf den Arbeitsalltag beschrieben. Der Caritas-Verein Altenoythe e.V. bietet Menschen in dieser Situation durch berufliche Rehabilitation verschiedene Möglichkeiten der Teilhabe am Arbeitsleben und der (Wieder-)Eingliederung.

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche ab 15 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Markus Schröer
04471 18608818
markus.schroeer@caritas-altenoythe.de



„Es ist normal, verschieden zu sein“

In Vielfalt sind wir verwurzelt - im Süddoldenburger Münsterland. Wir respektieren einander und schätzen unsere Stärken.

Wir leben inmitten einer lebendigen Gemeinde und SIND MIT HERZ, IM HERZEN VON STEINFELD. Kein Krankenhaus und auch kein Altenheim, getreu nach unserem Motto „Es normal, verschieden zu sein!“ sind wir das St. Franziskus Stift.

Unser Ziel ist mit jungen Menschen über unsere Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen in einen Austausch zu gehen, offene Diskussionen zu führen, Fragen zu beantworten und Vorurteile abzubauen.

Dauer: 1-2 UE
Für: Jugendliche ab 15 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Jolanta Hilgenfeld
05492 966920
j.hilgenfeld@franziskus-stift.de



Irren ist menschlich, trialogisch denken

Psychiatrie-Erfahrene und Angehörige als Experten durch Erfahrung und Profis im psychosozialen Bereich als Experten durch Ausbildung.

- Erklärung von Krankheitsbildern in der Psychiatrie nach dem Vulnerabilitäts-Stress-Modell
- Entwicklung von Psychiatrie – nach der Psychiatrie Enquete 1975 zur Sozialpsychiatrie
- Entwicklungen im Landkreis Cloppenburg
- Erfahrungsberichte im Umgang unter trialogischem Blickwinkel

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren



Kooperationsprojekt:



Franz Josef Wilken, Carsten Frank
0171 5711732
penny.wilken@t-online.de

Landes-Caritasverband für Oldenburg e.V.
Sigrid Möller
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de

Malteser Jugend

Die Malteser Jugend ist die in Gruppen zusammengeschlossene Gemeinschaft von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Malteser Hilfsdienst e.V.

Die rund 6.800 Mitglieder engagieren sich bundesweit in ca. 490 Gruppen. Die Malteser Jugend ist als Träger der freien Jugendhilfe nach § 75 KJHG bundesweit anerkannt.

Unsere vier Arbeitsschwerpunkte sind folgende:

- Lachen: Kinder und Jugendliche gestalten gemeinsam ihre Freizeit bei Gruppenstunden, Veranstaltungen und Ferienfreizeiten.
- Helfen: Helfen steht im Mittelpunkt – wir engagieren uns in Projekten, Patenschaften und übernehmen Verantwortung für andere.
- Lernen: Durch thematisches Arbeiten fördern wir das Entdecken von Talenten und die Erweiterung persönlicher Fähigkeiten.
- Glaube: Der katholische Glaube wird in unserem Handeln sichtbar, z. B. durch Gottesdienste, Feste und den Dienst am Nächsten.

Zusammenfassend lässt sich über die Malteser Jugend sagen, dass wir eine bunte, vielfältige Gemeinschaft sind in der man viele verschiedene Erfahrungen machen darf und Freunde fürs Leben finden kann.

Dauer: 1 UE

Für: Kinder und Jugendliche von 7 bis 17 Jahren



Sophie Gawellek

04441 9250-142

sophie.gawellek@malteser.org



Malteser

...weil Nähe zählt.

Ein Jahr für mich, ein Jahr für andere! FSJ! BFD!

Einmal Menschen zur Seite stehen, die sich in unterschiedlichen Notsituationen befinden oder einfach Erfahrungen im sozialen Bereich sammeln, ohne gleich das ganze Berufsleben danach ausrichten zu müssen? Im Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) und dem Bundesfreiwilligendienst (BFD) kannst du das!

Wie genau, erfährst du in unserem Workshop! Wir zeigen, in welchen Einrichtungen du wertvolle Erfahrungen sammeln kannst und was sonst so dazu gehört! Damit du weißt, was auf dich zukommt!

#wertvolljahr

Dauer: ab 1 UE

Für: Jugendliche ab 14 Jahren



Thomas Schmitz

04441 872-470

info@kfwd.de



Bleib Laut! Text- & Performanceworkshop

(Junge) Menschen haben etwas zu sagen! Die entsprechenden Botschaften sollten gehört werden. In den Workshops mit Benedikt Feldhaus von „Bleib Laut!“ geht es genau darum: Die eigene Botschaft, Idee, Agenda und Haltung in einen Text zu entwickeln und durch Coaching, Feedback und jede Menge Lust und Freude die Performance so sehr zu stärken, dass andere Menschen zuhören und vielleicht sogar etwas für sich selbst an Perspektive mitnehmen... Schreiben, Auftritt, Feedback! So geht's!

Dauer: 4-12 UE
Für: Jugendliche ab 16 Jahren
Region: Vechta, Cloppenburg, Oldenburg



Benedikt Feldhaus
0151 14777091
feldhaus@forum-st-peter.de



Engagement

Soziales Kaufhaus - Backstage

In einem Sozialen Kaufhaus ist richtig was los. Dort arbeiten jede Menge ehrenamtliche Menschen. Jeden Tag werden Spenden angenommen, sortiert, aufbereitet und im Kaufhaus präsentiert. Die meisten Sachen sind dann schnell wiederverkauft. Es gibt viele Menschen, die gebrauchte Sachen kaufen, weil sie wenig Geld haben, weil sie alte Dinge lieben oder weil ihnen Nachhaltigkeit wichtig ist. Wir zeigen Euch den Backstage-Bereich unserer Kaufhäuser und bringen Euch ins Staunen.

Dauer: ab 2 UE
Für: Kinder und Jugendliche von 12 bis 16 Jahren
Region: Vechta, Damme, Lohne, Dinklage, Steinfeld, Neuenkirchen



Christiane Priester
04441 929022
geschaeftsfuehrung@skf-vechta.de



Engagement

ING & Caritas „Young Finance“: Über Geld spricht man nicht? Doch, am besten so früh wie möglich!

Kompetent mit Geld umgehen zu können, scheint eine Selbstverständlichkeit zu sein. Jugendliche sind in der Zeit zwischen Schule, Berufsausbildung und Beruf allerdings häufig allein gelassen, wenn sie ihr erstes Geld verwalten, Konsumentscheidungen treffen, eine erste Wohnung beziehen. Abos, Kartenzahlungen, Online-Einkäufe, „buy now, pay later“ – schnell geht der Überblick über die Finanzen verloren.

Mit dem Projekt wollen wir das Thema Finanzen auf den Stundenplan bringen. Hierfür werden wir als Beratungsstelle in eurer Nähe Präventionseinheiten anbieten. Der Umfang sowie die konkrete inhaltliche Ausgestaltung können individuell abgestimmt werden. Die Präventionseinheit ist kostenfrei.

Anbei findet ihr eine Auflistung von Themen, aus denen wir gemeinsam eine für eure Bedürfnisse optimal zugeschnittene Präventionseinheit zusammenstellen können:

- Konsum – Wünsche, Bedürfnisse und Finanzen
- Budgetplanung
- Konto, Karte und Kredit
- (Online)Shopping und Bezahldienste
- Verträge
- Mahnverfahren
- Erste eigene Wohnung
- Führerschein und eigenes Auto

Eine wichtige Information: Das Projekt wird von der ING-DiBa AG finanziell gefördert. Mit der ING-DiBa AG haben wir jedoch vereinbart, dass bei den Präventionseinheiten vor Ort keine Werbemittel für die Bank eingesetzt werden.

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche ab 14 Jahren



Dietmar Fangmann

04441 8707-633

fangmann@lcv-oldenburg.de

 **Landes-Caritasverband**
für Oldenburg e.V.

Verhütung, Schwangerschaft & Co. – eine Sprechstunde nur für DICH!

Pille, Kondom oder was gibt's noch?

Und was, wenn's doch passiert?

In dieser Sprechstunde bekommst du Antworten auf Fragen, die du vielleicht schon immer hattest – oder dich nicht zu fragen getraut hast.

Du lernst deine Rechte kennen und erfährst, welche Unterstützung es gibt.



Dauer: individuelle Vereinbarung
Für: Jugendliche ab 14 Jahren
Region: Landkreis Cloppenburg



Andrea Thiering-Moormann
04471 9582890
thiering@skf-cloppenburg.de

Vom Chaos zum Plan – Zeitmanagement leicht gemacht

Der Workshop zum Thema Zeitmanagement richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene und vermittelt grundlegende Strategien für einen strukturierten Alltag. Die Teilnehmenden lernen, Prioritäten zu setzen und wichtige von weniger wichtigen Aufgaben zu unterscheiden. Außerdem erfahren sie, wie To-Do-Listen helfen können, Aufgaben zu planen und den Überblick zu behalten.

Dauer: 2 UE
Für: Jugendliche von 14 bis 21 Jahren
Region: Landkreis Vechta



Wiebke Meyer
04441 8707-649
meyer@lcv-oldenburg.de



Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.

Check deine Kommunikation

Lerne, wie Gespräche wirklich funktionieren, Missverständnisse zu vermeiden und Konflikte fair zu lösen. Mit Übungen zu aktivem Zuhören, Körpersprache, Wortwahl und Feedback stärken wir ein respektvolles Miteinander.

Dauer: 4 UE

Für: Jugendliche von 14 bis 21 Jahren



Wiebke Meyer

04441 8707-649

meyer@lcv-oldenburg.de



Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.



Sigrid Möller

04441 8707-663

moeller@lcv-oldenburg.de



Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.

Sozialpraktikum: Einmal echtes Leben bitte!

Ein Sozialpraktikum bietet Jugendlichen die Möglichkeit, soziale Arbeitsfelder kennenzulernen und gesellschaftliche Verantwortung zu erleben. Wir begleiten Schüler:innen vor, während und nach ihrem Praktikum.

Durch interaktive Methoden, Gesprächsimpulse und praxisnahe Übungen werden die Jugendlichen gestärkt, ihre Erfahrungen bewusst wahrzunehmen, einzuordnen und daraus persönliche sowie gesellschaftliche Erkenntnisse mitzunehmen.

Inhalte:

- Unterstützung bei der Suche nach geeigneten Praktikumsstellen
- Klärung von Erwartungen, Sorgen und möglichen Befürchtungen
- Vorbereitung auf Begegnungen mit Menschen in unterschiedlichen Lebenslagen
- Reflexion eigener Erfahrungen und Herausforderungen
- Austausch über persönliche Eindrücke und gesellschaftliche Verantwortung
- Sensibilisierung für soziale Berufe, Solidarität und gesellschaftlichen Zusammenhalt
- Förderung von Empathie, Perspektivwechsel und sozialer Handlungskompetenz

Dauer: individuelle Vereinbarung

Für: Jugendliche ab der 9. Klasse

Taten wirken!

Du hast Lust, dich sozial zu engagieren und möchtest Taten sprechen lassen? Du möchtest gemeinsam mit youngcaritas die Zukunft gestalten? Eine Zukunft, die Freude, Engagement und Solidarität verbindet

Dann bist du bei uns genau richtig! Denn mit unseren Aktionen

- setzen wir uns für soziale Gerechtigkeit ein
- machen wir soziale Themen erlebbar
- vermitteln wir Wissen und bieten neue Erfahrungsräume
- ermöglichen wir Kindern und Jugendlichen soziales Lernen

youngcaritas stellt dir einige Ideen und Möglichkeiten vor, bei denen du zeigen kannst, was in dir steckt!

Wir freuen uns auf dich!

Die folgenden Aktionen können nach Rücksprache mit youngcaritas gerne auch eigenständig und unabhängig von den bereits existierenden Terminen veranstaltet werden.

#PlatzfürVielfalt



Eine coole Bank einfach selber bauen, gestalten, aufstellen – fertig ist der Platz für Vielfalt. Eine Bank ist ein Ort, der für Gemeinschaft und Vielfalt steht, der einlädt zum Austausch. „Platz für Vielfalt“ ist ein interaktives Projekt, an dem jede:r teilnehmen kann. Macht mit und setzt ein Zeichen für Vielfalt!

Jede und jeder kann mitmachen!

Die Bänke sollen einladen, sich einen Moment Zeit zu nehmen um zum Beispiel Rassismus, Sexismus und Queerfeindlichkeit zu reflektieren. Die Bänke sollen zum Gespräch anregen. Denn Ausgrenzung ist von jenen, die sie verursachen oft nicht beabsichtigt oder ihnen nicht bewusst, aber für jene, die davon be-

troffen sind, ist sie offensichtlich.

Die Idee ist es, Aufmerksamkeit durch die nach einem fertigen Bauplan selbst gebauten und gestalteten Bänke zu erzeugen. Diese stehen an öffentlichen Orten, laden zum gemeinsamen Gespräch auf der Bank ein und fördern so aktiv das Zusammenleben. Die Bänke haben Symbolcharakter und stehen für Toleranz, Gemeinschaft und Vielfalt.

Eine Bau-Anleitung und weitere Informationen erhaltet ihr bei Sigrid Möller unter moeller@lcv-oldenburg.de oder Tel.: 04441 8707-663.



Smartphone-Sprechstunde

Hilf älteren Menschen die digitale Welt zu entdecken! In der Smartphone-Sprechstunde von youngcaritas kannst Du älteren Menschen zeigen, wie sie mit Smartphone, Tablet und Co. umgehen. Keine Angst vor Fragen oder Problemen – gemeinsam erklären wir WhatsApp, WLAN und mehr. Mach mit und werde Technik-Held!

„Wie geht das denn? Wenn ich ein Selfie mache sieht das immer doof aus, mit Doppelkinn!“ - wie Brigitta geht es vielen Senior:innen. Sie freuen sich über ihr Smartphone, aber kaum jemand nimmt sich Zeit für sie, erklärt die wichtigsten Dinge, beantwortet ihre Fragen.

Gut, dass Benjamin und viele andere Zeit und Lust haben dabei zu helfen! Schnell wurde das Problem entdeckt: durch die Gleitsichtbrille von Brigitta war es kaum möglich, ein gutes Selfie zu machen!

Fotos aufnehmen und verschicken, Hotelzimmer im Internet buchen, Nachrichten abrufen oder chatten - all das können auch ältere Menschen im Alltag gut brauchen, denn das soziale und gesellschaftliche Leben spielt sich zunehmend digital ab. Doch: Moderne Technik einfach zu kaufen, reicht nicht! Die Vielfalt der Möglichkeiten wirkt auf unerfahrene Nutzer:innen oft sogar eher abschreckend. Deshalb sind junge Menschen gefragt, die sich Zeit nehmen und älteren Menschen Smartphone, Tablet und Co ganz praktisch erklären. In der „Smartphone-Sprechstunde“ verraten junge Menschen, was es mit WhatsApp, Google-Konto oder WLAN auf sich hat und beantworten in lockerer Runde Fragen.

Einstieg ins Smartphone - eine Anleitung

Ohne Smartphone ist man aufgeschmissen! Doch etliche Menschen kennen sich mit der Nutzung nicht so richtig aus. Denen kann die Broschüre „Einstieg ins Smartphone - eine Anleitung“ helfen. Ein ideales Geschenk für Verwandte und Bekannte, die Fragen haben.

Fotos aufnehmen und verschicken, Hotelzimmer im Internet buchen, Nachrichten abrufen oder chatten - unser Alltag spielt sich zunehmend auch digital ab. Doch die Vielfalt der Möglichkeiten wirkt auf unerfahrene Nutzer:innen eher abschreckend.

In der „Smartphone-Sprechstunde“ verraten junge Menschen, was es mit WhatsApp, Google-Konto oder WLAN auf sich hat und beantworten in lockerer Runde Fragen. Dies gibt es jetzt auch als Broschüre zum Nachlesen und Ausprobieren!

Auf 72 Seiten werden die grundlegenden Funktionen und Einstellungen des Smartphones erklärt, über Sicherheit und Datenschutz informiert, gezeigt wie man Messenger (WhatsApp, Instagram ...) installiert und nutzt, verschiedene Messenger verglichen sowie nützliche Apps empfohlen. Die Broschüre enthält zahlreiche Abbildungen und in einem umfangreichen Anhang werden alle Fachbegriffe erklärt.

Für die [Smartphone-Sprechstunden](#) kann die Broschüre eine ideale Unterstützung sein. Sie bietet sich jedoch auch unabhängig davon als Lektüre und Nachschlagewerk an. Nachdem die ersten Auflagen der Broschüre vergriffen waren, wurde im März 2024 eine aktualisierte und erweiterte Auflage veröffentlicht.



Kostenloser Download der Broschüre hier:



Eine gebundene Broschüre
ist für 3,50 € erhältlich, bei



Sigrid Möller
Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de

Weihnachten im Zeichen des Teilens

Wenn es draußen kalt wird, die Wintermonate und damit die Weihnachtszeit näher rücken, freuen wir uns auf Adventskalender, Christbaum, Geschenke und das Weihnachtsessen. Aber nicht alle Menschen können sich das leisten. Ein leerer Kühlschrank ist für viele Menschen oft bittere Realität. Mit deinen Sachspenden kannst du helfen!

Mit einem „umgekehrten Adventskalender“ kannst du Kindern, Frauen und Männern unter die Arme greifen, deren finanzielle Mittel nicht einmal mehr für einen Lebensmitteleinkauf reichen.

Dabei bringen die Teilnehmer:innen jeden Tag in der Vorweihnachtszeit eine von ihnen ausgewählte Kleinigkeit mit und sammeln diese bis zu den Weihnachtsferien.

Wie funktioniert's?

Du kannst die Aktion alleine oder gemeinsam mit deiner Schulklasse, Familie oder Freund:innen organisieren. Du benötigst dafür eine leere Kiste, die du in der Vorweihnachtszeit jeden Tag mit einem lang haltbaren Produkt befüllst.

Bis Weihnachten bringst du die Lebensmittel in eine soziale Einrichtung, z.B. zur Tafel, in einen Tagesaufenthalt für Wohnungslose etc. Melde dich gerne bei uns, damit wir dir die möglichen Anlaufstellen in deinem Ort nennen können.

Dein Einsatz zählt!

Solltest du die Aktion umsetzen wollen, melde dich gerne vorab bei uns, damit wir die Beschenkten informieren können!

Coffee to help

Spenden sammeln und Gutes tun!

Auf euren Elternsprechtagen oder dem Schulfest gibt es einen Kuchenbasar!? Oder deine Jugendgruppe organisiert regelmäßig Feste und Aktionen? Wunderbar - da könnt ihr ganz einfach mit Coffee to help eure Kasse aufstocken und gleichzeitig für ein soziales Projekt spenden.

So funktioniert's:

- 1 Legt einen Termin für eure Coffee to help-Aktion fest.
- 2 Bestellt über ein Formular Coffee to help-Material für eure Aktion.
- 3 Sammelt bei euren Eltern, Großeltern, Nachbarn und anderen Bekannten Kaffee- und Kakaopulver (oder Tee, ...) für eure Coffee to help-Aktion. Am besten sind natürlich fair gehandelte Getränke - Coffee to help ist so sozial und umweltbewusst wie möglich! Wenn es dazu sogar noch Kuchen, ein paar Muffins oder andere Leckereien gibt, ist es perfekt!
- 4 Stellt eine Spendenbox auf und bittet um eine freiwillige Spende im Gegenzug für eine Tasse Kaffee, Kakao oder Tee.

50/50 ist nur fair, oder? Nach eurer Aktion zählt ihr die eingenommenen Spenden.

Die Hälfte der Spenden dürft ihr für eure Klasse oder Gruppe als Dankeschön behalten. Die andere Hälfte überweist ihr dann an unsere Spendenprojekte.

Wir möchten mit Coffee to help zwei Projekte unterstützen. Eure Spende könnt ihr auf das genannte Konto überweisen. Bitte vergesst nicht, das jeweilige Projekt zu nennen.

Caritas international

IBAN: DE88 6602 0500 0202 0202 02

BIC: BFSWDE33KRL

Bank für Sozialwirtschaft Karlsruhe



Unsere Spendenprojekte:

1. Hilfe für die Leidtragenden in der Ukraine
2. Klimaschutzprojekt von Caritas international in Peru

#fillthebottle

Zu sehen sind sie überall: unachtsam weggeworfene Zigarettensammel. Damit ist jetzt Schluss, denn wir räumen auf! Unter dem Hashtag #fillthebottle sammeln wir Zigarettensammel - für die Umwelt.

Jährlich werden auf unserem Planeten an die 4,5 Billionen Zigarettensammel weggeworfen und verschmutzen damit unsere Natur. So kann zum Beispiel eine einzige Zigarette mit ihren enthaltenen Toxinen 40 Liter unseres Grundwassers verunreinigen. Vor allem für Lebewesen in Gewässern ist das gefährlich.

5 Minuten Rauch, jahrelange Umweltbelastung

Der Filter (einer Zigarette) besteht aus Cellulose, die aus Holz gewonnen wird und ein biologisch abbaubarer Kunststoff ist; dieser wird allerdings sehr langsam abgebaut (14 Jahre), sodass die enthaltenen Gifte in die Umwelt gelangen können. Die Cellulose im Filter wird außerdem behandelt. Damit ist der Filter so gut wie gar nicht abbaubar; er zerfällt höchstens und die kleinen Fasern werden von der Umwelt und den Tieren aufgenommen. Auch die Produktion von Zigaretten ist alles andere als umweltfreundlich: Monokulturen, Pestizide, Rodungen von Wäldern, ein hoher Wasser- und Energieverbrauch und die Entsorgung von Abfällen gehören zu der Herstellung von Zigaretten. Davon abgesehen sind Zigaretten sehr ungesund für unseren Körper. Sie enthalten über 7.000 schädliche Chemikalien und das allbekannte Nikotin, welches abhängig macht.



Aus diesen Gründen rufen weltweit Menschen unter der Challenge „#fillthebottle“ zum Sammeln von Zigarettensammel in leeren Plastikflaschen auf - und wir sind dabei!

Und warum sammeln wir die Zigarettensammel (es gibt doch die Müllabfuhr)?

Die städtischen Müllbetriebe kommen nicht überall hin (zum Beispiel auf den Rasen) und übersehen auch manchmal etwas. Zudem kannst du damit dein eigenes Wohnviertel verschönern und mit der Aktion auch andere Personen auf die Problematik aufmerksam machen.

Wie kann ich mitmachen?

Melde dich bei deinem youngcaritas-Standort und erkundige dich über Datum und Ort der nächsten Sammelaktion. Du bekommst die Plastikflaschen und Handschuhe zum Sammeln der Zigaretten vor Ort oder bringst sie selbst mit. Wir versuchen so viele Zigaretten wie möglich zu sammeln. Dazu starten und enden wir gemeinsam in einer Gruppe.



Sammelbox für alte Handys und Druckerpatronen für soziale Projekte

In unserer praktischen Box sammelt ihr alte Handys. Partner-Firmen der Caritas sorgen für eine Wiederaufbereitung bzw. Entsorgung. Soziale Projekte der Caritas profitieren vom Erlös. Auch leere Druckerpatronen können gesammelt werden.

Damit entlastet ihr die Umwelt und leistet einen Beitrag für Projekte, die Menschen in Not unterstützen.

Die caritasbox ist eine Aktion der Caritas und der Interzero Product Cycle GmbH, um die Umwelt zu entlasten und Geld für Projekte zu gewinnen, die Menschen in Not unterstützen.

Seit 2006 flossen durch die Aktion mehr als 700.00 Euro in soziale Projekte vor Ort. Unterstützt unsere Arbeit für Menschen in Not und sammelt mit.

Anruf genügt. Fordert die Box an, stellt sie in eurer Schule auf und sammelt alte Handys und Druckerpatronen. Die gefüllte Box gebt ihr einfach bei der nächsten Gelegenheit dem GLS-Fahrer mit.



Wollt ihr eine Box bestellen? Klickt auf www.sammel-box.de. Dort könnt ihr schnell und unkompliziert mit drei Klicks eine neue Sammelbox bestellen.



Telefon: 05226 59290-26
Telefax: 05226 59290-7726
caritasbox@caritas.de

Es gelten die Teilnahmebedingungen der caritasbox.

Briefe gegen Einsamkeit

**Du möchtest älteren Menschen eine kleine Freude machen?
Dann schreib doch einen Brief oder eine Postkarte!**

Hilf mit, die Einsamkeit zu lindern: Mit ein paar lieben Worten und einem netten Gruß. Für viele Menschen ist es tröstlich zu wissen, dass sie nicht vergessen sind!

Bei der Aktion „Briefe gegen Einsamkeit“ schreibst du einen Brief oder eine Postkarte und youngcaritas verteilt die Nachrichten an Menschen, die in Einrichtungen leben und die nicht viel Kontakt zu anderen haben. Sie freuen sich immer über Post - also greif zum Stift!

Wie kannst du mitmachen? Ganz einfach!

Werde kreativ! Schreibe einen Brief, male ein Bild, verfasse ein Gedicht oder ein paar Zeilen, bastel etwas - ganz wie du magst. Auch kleine Rätsel sind beliebt. Die Bewohner:innen freuen sich, etwas über dich zu erfahren und ein bisschen an deinem Alltag teilzuhaben. Lass sie einfach wissen, dass jemand an sie denkt.

Schick uns deinen Brief! Damit dein Brief ankommt, schick ihn per Post an youngcaritas im Oldenburger Land. Die youngcaritas-Akteur:innen leiten deine Post dann an eine Einrichtung vor Ort weiter.



Sigrid Möller
Landes-Caritasverband für Oldenburg e.V.
youngcaritas - Briefe gegen Einsamkeit
Neuer Markt 30, 49377 Vechta

Schulmaterialsammlung

Der Start in ein neues Schuljahr ist für sehr viele Schüler:innen ein aufregendes Ereignis. Doch die Kosten für benötigte Schulsachen und Materialien sind für viele armutsbetroffene Familien eine große finanzielle Belastung.

Was kannst du dagegen tun?

Samme gemeinsam mit deinen Mitschüler:innen und Lehrer:innen Schulmaterial für Kinder und Jugendliche in Not.

Welche Dinge werden gebraucht?

Schultaschen und Rucksäcke sowie Materialien für Kinder und Jugendliche aller Schulstufen: Federmappen, Bleistifte, Buntstifte, Textmarker, Füller, Hefte, Blöcke, Mappen, Radiergummis, Anspitzer, Lineale, Scheren, Geodreiecke, Taschenrechner, Zirkel u.v.m.

Bei Fragen zur Schulmaterialsammlung meldet euch bitte vorab direkt bei uns. Wir unterstützen euch mit Plakaten und nehmen Kontakt zu den Einrichtungen vor Ort auf.



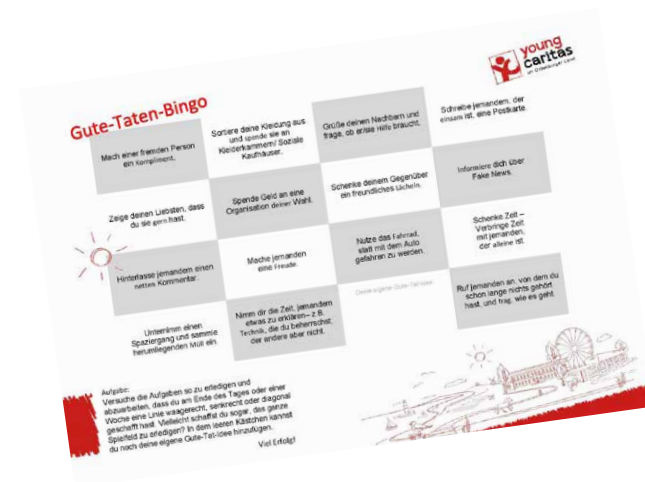
Sigrid Möller
Landes-Caritasverband für Oldenburg e.V.
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de

Gute-Taten-Bingo

Schaffst du es in der vorgegebenen Zeit, eine Reihe guter Taten zu erledigen? Vielleicht Dinge, die du noch nie getan hast? Dinge, die dir und anderen Freude machen?

Ihr könnt eine fertige Vorlage (oder eine Blanko-Vorlage) für das Gute-Taten-Bingo beim Landes-Caritasverband für Oldenburg e.V. erhalten. Nutzt unsere Beispiele oder denkt euch selber gute Taten für euren individuellen Bingo-Schein aus. Erledigt eure guten Taten innerhalb der festgelegten Zeit.

Probiert es aus! Ob allein oder gemeinsam, stellt euch dem Gute-Taten-Bingo. Spornt eure Freunde an mitzumachen. Wie viele Bingo-Reihen schafft ihr alle zusammen? Ihr werdet sehen, das macht nicht nur euch Freude, sondern auch euren Mitmenschen und unserer Umwelt.



Sammele Kronkorken für den guten Zweck

Weitere Informationen, Spendenzweck und Abgabeorte finden Sie hier:



Sigrid Möller
Landes-Caritasverband für Oldenburg e.V.
04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de



Frau Pohlmann
0151 19524211

Frau Elschen
0151 19524213



Begegnung und Beteiligungsmöglichkeiten

[c:u] caritas unterwegs

Begegnung – darum geht es!

Die Caritas schickt das gemütlich eingerichtete Begegnungsmobil unter dem Motto [c:u] caritas unterwegs auf Reisen durch das Oldenburger Land!

Entsprechend des Leitbildes des Landes-Caritasverbandes für Oldenburg e.V. „Der Menschenfreundlichkeit Gottes ein Gesicht geben“ möchten wir mit diesem Begegnungsmobil ein niedrigschwelliges Angebot schaffen, um Menschen in ihrem Alltag, in ihrem Sozialraum, in all ihrer individuellen und gesellschaftlichen Vielfalt zu begegnen.

Mit unserem Projekt möchten wir den Pfarreien mit ihren pastoralen Mitarbeiter:innen und den Referent:innen der Gemeindacaritas ein Medium an die Hand geben, mit dem sie in ihren Gemeinden Begegnung und Austausch an ungewöhnlichen Orten schaffen können.

Gleichzeitig kann das Mobil von Haupt- und Ehrenamtlichen genutzt werden für Aktionen oder sonstige Angebote. Durch eine gute vorhandene Grundausstattung im Mobil kann die Nutzung insbesondere auch für kleinere Gemeinden/Gruppen eine große Unterstützung sein.



Kontakt zur Ausleihe:

Sigrid Möller

04441 8707-663

moeller@lcv-oldenburg.de



Begegnung
darum geht es!



freiwillig, sozial, engagiert

Mit dem Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) und dem Bundesfreiwilligendienst (BFD) tust Du Gutes für die Gesellschaft. Du lernst, Verantwortung zu übernehmen und sammelst einmalige Erfahrungen und wichtige Schlüsselerfahrungen für Deinen persönlichen Lebensweg. Egal, was Du suchst: In Krankenhäusern, Kindergärten, Einrichtungen der Kinder und Jugendhilfe, Altenpflegeeinrichtungen, Behinderteneinrichtungen oder Pfarrgemeinden haben wir über 300 Stellen - da ist für jedes Talent etwas dabei. Und eins haben sie alle gemeinsam: Du hast das gute Gefühl, etwas Gutes zu tun!

youngcaritas Partnerschaften

youngcaritas bedankt sich für die Unterstützung bei der Umsetzung des Projektkatalogs bei:



Landes-Caritasverband
für Oldenburg e.V.

Innovationsteam
SELBSTGESTALTER

Wir denken Alternativen weiter.



POLIZEIINSPEKTION
CLOPPENBURG/VECHTA



St. Hedwig-Stiftung
Wir pflegen Menschlichkeit



Mehr Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



Caritasverband
im Kreis
Westermarsch e.V.



Gemeindepsychiatrisches
Zentrum
Cloppenburg



Malteser
...weil Nähe zählt.



SkF Vechta



LANDKREIS
CLOPPENBURG
WIR ISTHIER.



Landkreis
Vechta
STARKE ARGUMENTE.



www.caritas-sozialwerk.de



St. Vincenz Haus



CARITAS
VEREIN
Altenoythe e.V.



kfw



Caritas
Oldenburg



Sozialstation
St. Hedwig-Stiftung



St. Pius-Stift
C L O P P E N B U R G

FACHSTELLE
FÜR SUCHT
UND SUCHTPRÄVENTION
FÜR DEN LANDKREIS CLOPPENBURG

Impressum

Herausgeber



youngcaritas
Neuer Markt 30
49377 Vechta

Sigrid Möller

Tel.: 04441 8707-663
moeller@lcv-oldenburg.de

Ausgabe 4. Ausgabe | Sommer 2026

Auflage 2.500 Stück

Papier Circleoffset Premium White

Bildnachweis www.pexels.com

Wir drucken klimaneutral!

Dieser Projektkatalog ist nachhaltig und klimaneutral gedruckt worden.



 **young
caritas**
im Oldenburger Land

**Du kannst
was bewegen!**

Mach mit! Lass uns die Welt ein kleines
bisschen besser machen.

