

# Jugend gehört gehört!

Der Kampagnen-Aktionstag  
in  
Deutschland, Österreich, der Schweiz und Luxemburg

Samstag, 31. Mai 2008



## Hintergrund

---

### **Die Ziele**

Mit dem Aktionstag wollen wir auf unsere Botschaft aufmerksam machen und die Menschen zum Nachdenken anregen.

In allen vier D.A.CH.L.-Ländern suchen wir Zuhörer und Zuhörerinnen, die sich an diesem Tag Zeit nehmen, Kindern und Jugendlichen einmal richtig zuzuhören.

### **Unsere Botschaft**

#### Das Problem

- Zu viele Kinder und Jugendliche stehen in ihrem Alltag unter Druck, haben Versagens- und Zukunftsängste
- Zu viele Kinder und Jugendliche kommen mit dem zunehmenden Druck und ihren Versagensängsten nicht zurecht

#### Unsere Forderungen

Hört Kindern und Jugendlichen zu!

Tut was für Kinder und Jugendliche!

#### Unsere Meinung

Kinder und Jugendliche brauchen mehr Gehör und weniger unnötigen Druck. Das ist wichtig, damit ...

- sie Selbstvertrauen gewinnen können
- sie mitreden und eigene Entscheidungen treffen können (in der Schule, in der Politik, zu Hause ...)
- sie Druck auch mal kritisch hinterfragen lernen
- alle ihren Beitrag für ein positives Aufwachsen leisten (Schule, Eltern, Medien, Politik, Betriebe ...)

Es muss viel mehr darüber diskutiert werden, wie eine bessere Balance zwischen Herausforderungen und Förderung geschaffen werden kann. Was ist unnötiger Druck? Wie viel Freiraum und Zeit brauchen Kinder und Jugendliche? Wie kann man Kinder und Jugendliche besser auf die Zukunft vorbereiten?

## Überblick: Der Ablauf

Herzstück des Aktionstages in allen Ländern ist die „HörBar“ mit den Zuhörer- und Kampagnenkarten. Darüber hinaus findest du hier noch einige weitere Ideen, die du mit deiner Gruppe umsetzen kannst, wenn es eure Möglichkeiten erlauben.

Unsere Forderungen	Mögliche Aktionsideen im Überblick
<b>Hör was!</b>	Überall in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Luxemburg stellen JRKler/-innen „HörBars“ auf. Passanten können sich dort Portraitfotos von Kindern und Jugendlichen ansehen. Über Kopfhörer können sie kurze Statements darüber hören, was die fotografierten Kinder und Jugendlichen in ihrem Alltag unter Druck setzt.
<b>Tu was!</b>	
1. Unterstütze unser Anliegen.	<p>Die Passanten können unsere Kampagne unterstützen, in dem sie eine „<u>Zuhörerkarte</u>“ in eine Box werden.</p> <p>Die eingeworfenen Karten werden von euch gezählt und die Anzahl der Karten an eine zentrale Telefonnummer weiter gegeben. Auf der Kampagnenhomepage <a href="http://www.deine-staerken.org">www.deine-staerken.org</a> könnt ihr verfolgen, wie viele Menschen uns an diesem Tag zugehört haben.</p> <p>Als kleines Dankeschön für ihr Zuhören erhalten die Passanten eine <u>Kampagnenkarte</u>. Dort ist u.a. die Adresse der Kampagnenhomepage angegeben, damit jede/-r selber nachsehen kann, wie viele Menschen uns am Aktionstag zugehört haben.</p> <p>Wenn ihr möchtet, könnt ihr ihnen auch ein Kampagnen-Give-away mitgeben (z.B. Kugelschreiber, Aufkleber, Pin oder Luftballon).</p>
2. Sprich mit Kindern und Jugendlichen.	<p>Hier habt ihr mehrere Möglichkeiten, Gesprächsmöglichkeiten zu schaffen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein <u>Infostand</u> mit Materialien</li> <li>• Jugendliche <u>Gesprächspartner/-innen</u> stehen für Gespräche zur Verfügung</li> </ul>
3. Engagiere dich für Kinder und Jugendliche.	<p>Vielleicht gibt es die Möglichkeit, noch weitere Aktionen durchzuführen, z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ihr könnt eine <u>Talentbörse</u> oder Freiwilligenagentur in Kooperation mit dem Erwachsenenverband anbieten.</li> <li>• Ihr habt aber auch schon viel erreicht, wenn sich die Passanten in ihrem Alltag einmal Zeit für Kinder und Jugendliche nehmen und ihnen zuhören. Zusätzlich könnt ihr eine <u>Ideenwand</u> aufbauen, auf der Erwachsene, Kinder und Jugendliche ihre Vorschläge für „Gehör“ im Alltag aufschreiben.</li> </ul>

### Tipp

Behaltet die Kampagnenhomepage [www.deine-staerken.org](http://www.deine-staerken.org) im Auge! Es werden in den nächsten Wochen nach und nach alle Statements und Vorlagen eingestellt. Auch die zentrale Telefonnummer für die Zuhörerzahlen wird Anfang Mai bekannt geben.

## Mögliche Aufhänger

Es ist eine besondere Herausforderung, Leute überhaupt für den Stand zu interessieren. Hier ein paar Ideen, wie das gelingen kann.

Neben den Zuhörerkarten solltet ihr maximal noch eine Sache anbieten. Der Stand darf nicht überladen und unübersichtlich wirken – weniger ist mehr!

Aktionsidee	Beschreibung
Zuhörerkarten	Wie bekommt man die Leute an die „HörBar“? Ihr geht herum und verteilt die „Zuhörerkarten“ – sie sind eine Art „Gutschein“ zum Hören.
Pantomimen	Wenn man auf einen Knopf drückt, stellen Kinder und Jugendliche pantomimisch die Folgen von Druck vor. Danach frieren ihre Bewegungen wieder ein. Kindern macht das „Knopfdrücken“ Spaß, Erwachsene kommen vielleicht ins Nachdenken.
Anti-Druck-Ecke	Ein Punching-Ball, eine kurze Massage ... ein kleines Angebot zur Entspannung könnte ebenfalls Leute an den Stand locken.
„Und wie steht's um Ihren Druck?“	Hier können Passanten Blutdruck messen lassen und dabei noch ein Druckquiz beantworten.
Stressbälle	Kinder können einen Stressball selber basteln – und bringen ihre Eltern gleich mit an den Stand.

## Rund um die HörBar

### Die Zuhörerkarten

<i>Ablauf</i>	Ihr geht herum und verteilt „Zuhörerkarten“ – sie sind eine Art „Gutschein“ zum Hören. Außerdem dienen sie später als „Nachweis“, wie viele Menschen zugehört haben.
<i>Ziel</i>	So viel Leute wie möglich für den Stand zu interessieren
<i>Vorbereitung</i>	Eine Vorlage für die Zuhörerkarten werdet ihr im Laufe der nächsten Wochen auf der Kampagnenhomepage <a href="http://www.deine-staerken.org">www.deine-staerken.org</a> finden. Damit sie stabil sind, könnt ihr sie entweder auf dickes Papier drucken oder kopieren oder Ausdrucke auf dünnem Papier laminieren.
☺ <i>Tipp</i>	Wenn ihr Passanten außerhalb des Standbereiches ansprechen möchtet, benötigt ihr auch dafür ggf. eine Genehmigung! Bitte erkundigt euch bei der Gemeinde.

## Die HörBar

**Ablauf** Sie ist das „Herzstück“ des Aktionstages. Auf der HörBar werden Portraitfotos von bis zu 10 Kindern und Jugendlichen zusammen mit Kopfhörern angebracht. Die Kopfhörer sind an MP3-Player oder Laptops angeschlossen, auf denen Audiodateien in einer Endlosschleife laufen. Darin berichten Kinder und Jugendliche was ihnen z.B. in der Schule oder zu Hause Druck macht und was sie sich wünschen. Die einzelnen Statements dauern nicht länger als ca.30 Sekunden.

Nach dem Zuhören werfen die Leute ihre Zuhörerkarten in eine Box.

- Ziel**
- Kindern und Jugendlichen „Gehör“ verschaffen
  - Passanten einen Einblick in die Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen ermöglichen

**Vor-  
bereitung**

### HörBar

Die HörBar kann unterschiedlich aussehen. Wichtig ist allerdings, dass man die Portraits schon von weitem sieht und neugierig wird.

Beispiele:

- Eine Art „Bar“ aus Pappkartons, die mit silberner Alufolie bespannt sind. Die Kopfhörer liegen darauf. Die Bilder werden dahinter an einer Stellwand aufgehängt.
- Eine Holzwand mit Löchern, durch die Kopfhörer gehängt werden. Daneben hängen die Portraits.
- Ein Tisch ist mit einem Tuch bedeckt, auf dem Kopfhörer liegen. Darunter sind die MP3-Player angebracht und vorne am Tisch sind die Portraits aufgehängt.

### Portraitfotos und Audiodateien

Eine Auswahl an Audiodateien und passenden Fotos könnt ihr ab den nächsten Wochen auf der Kampagnenhomepage herunterladen. Ihr könnt sie aber auch selber erstellen. Ein Konzept dazu findet ihr ebenfalls auf der Homepage.

### Abspielgeräte

Dafür eignen sich am besten tragbare CD- oder MP3-Player, die ihr wahrscheinlich besitzt. Auf diese müssen die Dateien gespeichert werden und in einer Endlosschleife abgespielt werden. Sicherlich gibt es jemanden in eurer Gruppe, der sich technisch gut auskennt und das einstellen kann.

### Kopfhörer

Ohrenstöpsel eignen sich nicht so gut – besser sind „on ear“ Kopfhörer. Vielleicht findet ihr bei euch zu Hause noch alte Kopfhörer oder ihr bestellt sie für drei bis vier Euro pro Stück im Internet. Ihr könnt auch nachfragen, ob euch ein Elektronikladen mit Kopfhörern unterstützen möchte (dabei bitte die Sponsoring-Richtlinien des Roten Kreuzes beachten).

### Versicherung

Ihr solltet alle technischen Geräte im Vorfeld versichern lassen!

### Box

Ihr bastelt eine Box mit einem Schlitz, in der die Leute ihre Zuhörerkarte werfen können. Sie sollte auffällig beschriftet sein, damit man auf den ersten Blick erkennen kann, was man tun muss.

### **Ich habe zugehört!**

*Sie unterstützen unsere Aktion? Dann werfen Sie Ihre Zuhörer-Karte in diese Box.*

*Wie viele Menschen uns heute in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Luxemburg zugehört haben, erfahren Sie auf [www.deine-staerken.org](http://www.deine-staerken.org)*

### *Alternative (1)*

Wenn bei euch niemand technisch fit ist oder ihr nicht genügend Kopfhörer und MP3-Player aufreiben könnt, dann könnt ihr die Statements auch als Text herunterladen, sie ausdrucken und zu den Portraits hängen. Dann wird aus der HörBar eine „SichtBar“ ...

### *Alternative (2)*

Ihr könnt die Audiodateien mit den Portraits auch als Powerpoint-Präsentation über einen einzelnen Computer abspielen. Die Präsentation gibt's rechtzeitig auf der Kampagnenhomepage zum Download. Dafür solltet ihr ggf. kleine Lautsprecher an den Computer anschließen, damit man die Statements auch gut hören kann.

### ☺ *Tipp*

Ihr könnt die HörBar übrigens noch mit Portraits von Passanten verbinden. Ihr macht ein Foto von den Passanten und fragt sie „Was setzt Sie unter Druck?“ und „Was stärkt Sie?“. Foto und Antworten könnt ihr dann sofort in eine Power-Point-Präsentation oder auf einer Pinnwand präsentieren. Vielleicht schafft ihr es im Vorfeld euren Bürgermeister oder andere lokale Größen zu einem Statement zu bewegen?

Auf der Startseite der [www.deine-staerken.org](http://www.deine-staerken.org) könnt ihr übrigens sehen, wie das beim Supercamp des Deutschen Jugendrotkreuzes umgesetzt wurde.

Eine ausführliche Anleitung findet ihr bei den Projektideen in der Kampagnenarbeitshilfe (steht zum Download auf der Homepage). Bitte achtet auf Einholung der Fotorechte, insbesondere bei Minderjährigen!

### ☺ *Tipp*

Die Technik sollte die ganze Zeit betreut und bewacht werden.

## **Kampagnenkarten**

### *Ablauf*

Wenn jemand seine Zuhörerkarte eingeworfen hat, könnt ihr ihm eine Kampagnenkarte überreichen, auf der u.a. die Kampagnenhomepage steht. So kann jeder selbst nachsehen, wie viele Menschen an diesem Tag zugehört haben.

### *Ziel*

Homepage bekannt machen und unsere Kampagne verbreiten

### *Vorbereitung*

Eine Vorlage für die Zuhörerkarten findest du in den nächsten Wochen auf der Kampagnenhomepage [www.deine-staerken.org](http://www.deine-staerken.org). Damit sie stabil sind, kannst du sie entweder auf dickes Papier drucken oder kopieren, oder sie laminieren.

## Die weiteren Aktionsideen

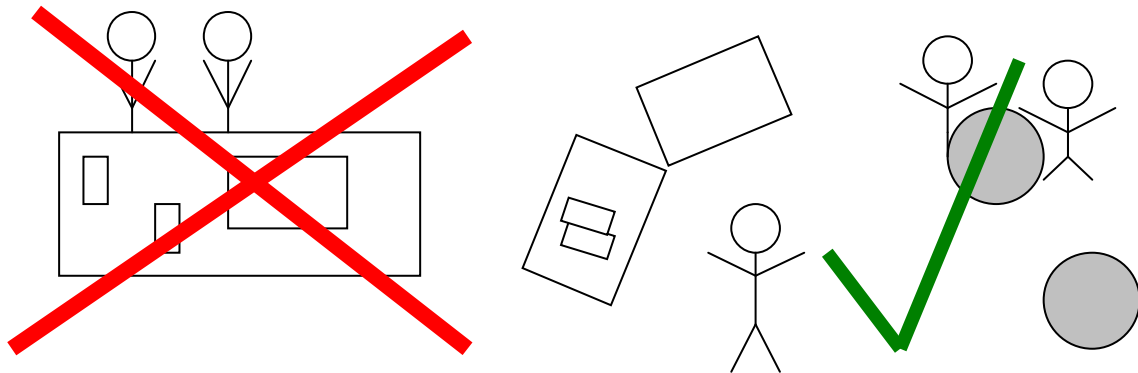
### Der Infostand

**Ablauf** Liebloser Tisch, ein paar Flyer darauf und gelangweilte Jugendliche dahinter?! Bitte nicht!!

Ein Infostand wirkt schnell wie eine Barriere, hinter dem sich Leute verschanzen. Besser ist es, eine lockere Aufstellung zu wählen und den Infostand als Treffpunkt und einladende Fläche zu gestalten, die sich zu eurer Aktion hin öffnet.

**Ziel** Über das JRK und die Kampagne informieren

**Vorbereitung** Ihr bereitet einen kleinen Tisch mit Infomaterialien rund um die Kampagne vor und bestimmt Gesprächspartner/-innen, die dort zur Verfügung stehen.



Grafik: Susanne Schöpe

### Gesprächspartner/-innen

**Ablauf** Neben dem Infostand sollten Gesprächspartner/-innen zur Verfügung stehen.

**Ziel** Möglichkeiten zur Diskussion schaffen und für das Thema sensibilisieren.

**Vorbereitung** Das sollten die Gesprächspartner/-innen zur Vorbereitung tun:

- die Ziele und die Botschaft des Aktionstages kennen
- die Argumentationshilfe gelesen haben (siehe Anhang)
- sich ein bisschen mit den „Zahlen und Fakten“ auskennen (siehe Anhang)
- darüber berichten können, was ihnen in ihrem Alltag selber Druck macht bzw. was sie in ihrem Freundes- und Bekanntenkreis erleben. Am besten, jede/-r konzentriert sich auf einen „Druckpunkt“ - dann bleibt man intensiver an einem Thema, statt über „alles und nichts“ zu sprechen.

## **Talentbörse**

- Ablauf** Vielleicht gibt es bei euch eine Freiwilligenagentur? Dann könnt ihr den Aktionstag für eine Kooperation nutzen: die Freiwilligenagentur könnte einen eigenen Stand oder eine Pinwand gestalten, auf denen für konkrete Tätigkeitsfelder mit Kindern und Jugendlichen ehrenamtlich engagierte Menschen gesucht werden.
- Ziel** Interessierten die Möglichkeit eröffnen, sich zu engagieren
- Vorbereitung** Kontakt mit der Freiwilligenagentur aufnehmen.

## **Ideenwand**

- Ablauf** Eine Wand der guten Vorsätze: dort können auf der einen Seite Erwachsene ihre Ideen aufschreiben zur Frage „Was hilft Ihnen, mit Druck umzugehen?“ und auf der anderen Seite können Kinder und Jugendliche dazu ebenfalls etwas aufschreiben.
- Vorbereitung** Dies müsst ihr besorgen:
- Pinwand/ Metaplanwand, die von beiden Seiten beschrieben werden kann
  - große Bögen Papier
  - genügend Stifte, die du an der Wand aufhängst
- Alternative** Ihr könntet auch eine Bodenzeitung gestalten: lange Papierbahnen werden auf dem Boden aufgeklebt und können dort beschriftet werden.

## **Pantomime**

- Ablauf** Wie gehen Kinder und Jugendliche mit Druck und Versagensängsten um? Manche verstecken sich, andere werden aggressiv, manche stemmen die Herausforderung, manche lachen darüber .... das kann man alles pantomimisch darstellen.
- Vorbereitung** Ihr könnt verschiedene Druckpunkte und Umgangsweisen sammeln und Wege finden, sie pantomimisch darstellen.
- Dann schreibt ihr auf Schilder die verschiedenen Druckpunkte auf, z.B.
- Kevin kommt in Mathe nicht mehr mit und ...
  - Sarah findet sich zu dick und ...
  - Halime hat Angst, morgen in der Schule gemobbt zu werden und ...
  - Mike findet mit seinem Hauptschulabschluss keinen Ausbildungsplatz und ...
  - Jessy hat jeden Tag einen anderen Termin und ...

Außerdem malt ihr einen Punkt mit „Bitte drücken!“. Wenn jemand darauf drückt, stellt ein Jugendlicher pantomimisch dar, wie die genannte Person mit dem Druck umgeht.

☺ *Tipp!* Wichtig ist, dass neben den Pantomimen auch Gesprächspartner/-innen zur Verfügung stehen: vielleicht möchten die Zuschauer/-innen über das Gesehene sprechen oder mit euch darüber diskutieren.

### **Anti-Druck-Ecke**

*Ablauf* Massage, Punching-Ball ... vielleicht fällt euch ein lustiges Angebot zum „Druck-Ablassen“ ein? Es könnte darauf abzielen, insbesondere Kinder mit ihren Eltern an den Stand zu locken.

☺ *Tipp!* Wenn ihr besondere Angebote macht, könnt ihr diese gleich zusammen mit den Zuhörerkarten bewerben.

### **Stressbälle**

*Vorbereitung* Das müsst ihr besorgen:

- Luftballons
- Grieß, Mehl, feiner Sand (z.B. Vogelsand) oder ähnliches
- Trichter, Schere, evtl. Wolle und Plastikaugen

*Ablauf* Ein Ballon wird mit Hilfe des Trichters mit Grieß, Mehl oder Sand befüllt, bis er schön prall ist. Dann wird der Ballonhals umgeklappt und ein zweiter Ballon, dem der Hals abgeschnitten wurde, wird über den befüllten Ballon gestülpt, so dass das offene Ende des gefüllten Ballons verdeckt wird. Am besten macht man das zu zweit.

Nun kann der Knautsch-Stressball noch verziert werden. Man sollte ihn nicht beschriften, da das abfärben kann.

☺ *Tipp!* Ihr könnt die Kampagnenluftballons als Außenballon verwenden.

## „Und wie steht's um Ihren Druck?“

**Ablauf** Ein ergänzendes Angebot: Die Besucher und Besucherinnen setzen sich mit dem eigenen Druck in ihrem Alltag auseinander.

**Vor-  
bereitung** Blutdruckmesser  
Neben dem Blutdruckmessgerät benötigt ihr eine Übersicht über Blutdruckwerte und Infobroschüren – damit diejenigen, die einen zu hohen oder niedrigen Blutdruck haben, nicht ratlos zurück bleiben.

Quiz  
Ihr könnt euch ein kurzes Quiz ausdenken (oder im Internet recherchieren), bei dem ihr auf humorvolle Weise versucht, den Stress bei Erwachsenen, Kindern und Jugendlichen zu messen.

## Noch nicht genug?

Ihr sucht noch mehr Ideen, was ihr machen könntet? Auf der Kampagnenhomepage unter der Rubrik „und action!“ gibt es eine tolle Auflistung von Aktionsmöglichkeiten rund um die Kampagne. Stöbern lohnt sich!

## Tipps zur Öffentlichkeitsarbeit

---

- Eine Pressemitteilung mit der Ankündigung der Aktion sollte 3 Tage vorher verschickt werden (Muster wird's rechtzeitig auf der Kampagnenhomepage geben).
- Nach der Aktion könnt ihr früh am nächsten Morgen eine Pressemitteilung mit dem Ergebnis (u.a. Anzahl der Zuhörer/-innen) verschicken. Auch hierfür stellen wir ein Muster auf die Kampagnenhomepage.
- Bestimmt einen Ansprechpartner oder eine Ansprechpartnerin für die Presse.
- Stellt sicher, dass die Journalisten aussagekräftige Fotos machen können und achtet auf gute Fotomotive.
- Vielleicht könnt ihr einen Prominenten aus eurem Ort zu eurer Aktion einladen? Das gibt einen guten Aufhänger und ein Fotomotiv für die Pressevertreter/-innen.
- Viele weitere Tipps zur Presse- und Öffentlichkeitsarbeit findet ihr in der Kampagnenarbeitshilfe und in der Dokumentation der M-Team-Schulung in Berlin. Beides steht unter der Rubrik „gut zu gebrauchen“ zum Download auf der [www.deine-staerken.org](http://www.deine-staerken.org)