



Januar • Februar • März

„Baby, it's cold outside“

Terminübersicht

08.01.

Wintergrillen für Junge Erwachsene

30.01.

TouchUp Jugendgottesdienst

Februar 2022

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

12.03.

PUBLiCo - Treffpunkt für Junge Erw.

18.-20.03.

Grundkurs Teil II

20.03.

TouchUp Jugendgottesdienst

Januar 2022

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

19.02.

Erste Hilfe Kurs

19.02.

Konfi-Cup

März 2022

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Weitere Termine 2022:

Alle EJW-Termine für das Jahr 2022 findest du in unsrem praktischen Jahreskalender in der Mitte dieses JiBs. Gerne vorsichtig rausnehmen, deine Termine ergänzen und aufhängen. - Ggf. kommen weitere Termine dazu.

Ein herzliches Hallo an dich!

Wir freuen uns sehr, dass dieses JiB den Weg zu dir gefunden hat und du es nun liest. Mit dem Thema „Baby- it's cold outside“ wollen wir mit euch durch die letzten kühlen Monate gehen, bis dann hoffentlich bald der Frühling anbricht! Viel Spaß beim Lesen!



Dein Redaktionsteam

Inhaltsverzeichnis

KIDS

Erlebtes	S. 5
Tiefgang	S. 6
Best Practice	S. 8
Was dich erwartet	S. 9



16+ & JE

Erlebtes	S. 15
Tiefgang	S. 16
Challenge	S. 18
Was dich erwartet	S. 19



VOR ORT

Kennst du schon?	S. 24
Was dich erwartet	S. 25

VORWORT



13+ & KONFI

S. 10	Erlebtes
S. 11	Tiefgang
S. 13	Best Practice
S. 14	Was dich erwartet



FÜR DICH DA

S. 20	Erlebtes
S. 21	Kolumne
S. 22	Aus der Geschäftsstelle
S. 22	Was dich erwartet
S. 23	Aus dem Förderverein



PINNWAND IMPRESSUM



Vorwort unseres ersten Vorsitzenden

Liebe Freunde des Jugendwerks,

das Jahr 2021 naht sich dem Ende zu. Mit dem Ende des Jahres beginnt auch wieder die trübe Jahreszeit. Lange sonnige Sommertage werden von langen dunklen und verhangenen Tagen abgelöst. Steigende Hospitalisierungsraten durch den Corona-Virus tun ihr Übriges, um die durchwachsene Stimmung zu verstärken.

Wir wollen uns davon aber nicht allzu sehr beeinflussen lassen und dies als Chance nutzen, um auf das vergangene Jahr dankbar zurückzublicken. Trotz der unübersichtlichen Verhältnisse über das ganze Jahr hinweg sind wir dankbar und glücklich für alles was im letzten Jahr stattfinden durfte. Dankbar für die zwischenmenschliche Begegnungen, welche wir virtuell aber auch in der Realität Gesicht zu Gesicht ermöglichen konnten.

Coronabedingt werden wir das Jahr - wie bereits im letzten Jahr - wieder mit einer digitalen Christmette schließen. Für mich persönlich eine sehr willkommene Gelegenheit am 1. Weihnachtsfeiertag wieder länger schlafen zu können.

An dieser Stelle auch an dich an herzlicher Dank, dass du dich für Jugendarbeit in unserem Bezirk im letzten Jahr eingesetzt hast. Egal direkt vor Ort oder im Bezirk: In diesem Jahr war evangelische Jugendarbeit wichtiger denn je. Danke, dass du durch deinen Einsatz dich für Jugendliche und Kinder eingesetzt hast und damit ihre Lebenswirklichkeit mitgestaltet hast!

Viele Grüße und einen gesegneten Start in das neue Jahr.

✶ Matze Lamparter

Erlebtes

Grundkurs Teil I im Schwenninger „Hüttle“

Vom 02.11.2021 bis zum 07.11.2021 war nach einem Jahr coronabedingter Pause endlich wieder Grundkurs angesagt! 27 Teilnehmende trafen sich im Schwenninger CVJM Heim „Hüttle“ für den Grundkurs, um sich für ihr Ehrenamt in der Jungschar oder im Kindergottesdienst zu rüsten!

Von rechtlichen Grundlagen, zur Entwicklungspsychologie, Gruppenphasen, Gruppenstundenplanung bis hin zum Seminar Spielpädagogik war alles dabei! Actionreich ging es beim nächtlichen Geländespiel zu und beim Mitarbeitersetzen haben die Teilis uns Mitarbeitende ganz schön abgezogen und haushoch gewonnen 😊.

Besonderes Highlight war das Krimdinner am letzten Abend. Hier haben sich die Teilnehmer mit Verkleidung richtig ins Zeug geschmissen und die Küche hat uns mit einem 3-Gänge Menü verwöhnt!

Herzlichen Dank an alle Mitarbeitenden und auch an die klasse Teilnehmenden! Wir haben die Zeit und die Gemeinschaft mit euch sehr genossen. Wir freuen uns schon unglaublich auf Teil zwei mit euch!

🌟 Julia Zukunft



Tiefgang • Wie kalt ist kalt?

Für ältere Kinder: Gott kennt die Temperatur unserer Herzen



Es wird so langsam Winter – die kalte Jahreszeit beginnt. Der Himmel wird grauer, die Flächen sind morgens von Frost bedeckt und es schneit auch das ein oder andere Mal.

Die Meinungen über diese Jahreszeit sind verschieden. Für die einen ist es die schönste, gemütlichste und magischste Jahreszeit, für die anderen ist es einfach nur eintönig, ungemütlich und zäh. Genauso ist es auch bei den Temperaturen. Manche frieren bei 18° C, andere erst bei -10°. Ich persönlich bin kein großer Fan vom Winter, weil ich sehr schnell friere. Aber trotzdem bin ich froh, dass Gott Kälte geschaffen hat!

Manchmal ist Kälte sogar richtig wichtig: Ein Kühlschrank zum Beispiel, der muss Lebensmittel frisch halten. Und wer freut sich im Sommer nicht über ein Eis?! So können wir uns die Kälte auch nützlich machen. Dir fallen bestimmt noch mehr Situationen ein, in denen „kalt sein“ sehr gut ist.

In der Bibel gibt es einen Text, in dem Gott den Gegensatz von kalt und warm benutzt, um ganz deutlich zu sagen: Ich will, dass du mir GANZ vertraust.

In Offenbarung 3,15-16 sagt Gott:

»Ich kenne deine Taten. Du bist weder kalt noch heiß. Ach, wärest du doch kalt oder heiß! Doch du bist lauwarm, weder heiß noch kalt.

Krasse Worte. Doch was meint Gott damit? Vielleicht verstehst du diesen Bibelvers nicht direkt auf Anhieb. Ich glaube, Gott will, dass wir eine Entscheidung treffen. Er will nicht, dass wir lauwarm bleiben, sondern ernst ma-

chen und ihn als unser Freund annehmen, Wenn du Christ bist, folgst du Jesus nach. Das bedeutet, dass du an Gott glaubst und Jesus als deinen Freund angenommen hast. Nachfolge bedeutet, hinter ihm herzugehen, auf ihn zu vertrauen und sich sicher sein, dass er es gut mit dir meint. Das heißt nicht, dass du immer alles richtig machst. Das ist nicht nur bei dir so, sondern jedem einzelnen von uns. Das weiß Gott, und das ist ok so – er hilft dir damit gerne.



Jetzt kommen wir zu der Entscheidung von vorhin: Aber was Gott sich wirklich von dir wünscht, ist den ersten Platz in deinem Herzen. Jesus will die Nummer Eins in unserem Herzen sein. Denn er liebt dich und sehnt sich danach, mit dir zusammen durchs Leben zu gehen. Jesus ist voller Leidenschaft für dich – er hat ein brennendes Herz für dich. Du musst ihm nichts vormachen und so tun, als

ob alles ohne Probleme wäre. Vor Gott darfst du ehrlich sein. Ist dein Herz gerade brennend heiß und voller Liebe oder kalt und leer? Geh damit zu Gott! Im Gebet darfst du ihm alles sagen. Du darfst ihn auch dafür bitten, dass du dieses Feuer für ihn in deinem Herzen spürst. Gib Jesus dein ganzes Herz und vertraue ihm! Er hat einen Plan!

✧ Melissa Däuble

Challenge

Auf Knospensuche.

Bei Bäumen ist das so: Sie legen jetzt, wenn es kalt ist, also im Winter schon genau fest, wie viele Blätter und Blüten im Frühling am Baum hängen werden. Der Baum speichert diese Information schon jetzt und plant für das wärmere Frühjahr. Ist das nicht stark?!

Challenge an dich: Gehe die nächste Zeit öfters auf einen Spaziergang und schau dir die Sträucher und Bäume, die dir begegnen, genauer an. Kannst du schon Knospen entdecken? Wann sind die Knospen das erste Mal sichtbar? Wann sind sie größer geworden? Fangen sie schon an zu blühen?

✧ Julia Zukunft

Best practice

Vogelfutteranhänger selbst basteln

Wenn es kalt ist und der Boden gefroren ist, dann tun sich Tiere besonders schwer mit der Futtersuche. Daher ist es vielleicht eine geniale Idee einen Futteranhänger für Vögel und Eichhörnchen zu basteln. Dafür braucht ihr nicht viel:

- loses Vogelfutter oder Sonnenblumenkerne/Nüsse
- Kokosfett
- Ausstecher (grobe Formen z.B. Herz, nichts Filigranes oder Dünnes, da es sonst bricht) oder Silikonformen
- Garn
- Schaschlik-Spieße
- Backpapier (nur bei Ausstechern)

Schritt-für-Schritt Anleitung:

1. Falls ihr Ausstecher verwendet anstatt Silikonformen: Ausstecherle auf Backpapier legen.
2. Kokosfett erhitzen oder warm kneten. Es soll nicht flüssig werden, nur so weich, dass ihr das



Vogelfutter gut damit vermengen könnt.

3. Vogelfutter/Kerne/Nüsse in das Kokosfett geben und zu einer Masse vermischen. Dann in den Ausstecher füllen und andrücken. Einen Schaschlik-Spieß in den Ausstecher stecken (für das Loch für den Faden). Danach in den Kühlschrank legen.

4. Während die Vogelfutter Anhänger aushärten, könnt ihr euch bereits Garn heraussuchen und zuschneiden.

5. Garn durch das Loch fädeln.

6. Nun können die Vogelfutter Anhänger nach draußen gehangen werden. Am besten hängt ihr sie an eher schattige Stellen, da sie in der prallen Sonne weich werden könnten.

7. Eichhörnchen und Vögel beobachten!

✶ Julia Zukunft



Was dich erwartet

Ein Ausblick ins Jahr 2022 – Save the Dates!

1). Zeltlager:

Du willst 7 erlebnisreiche Tage mit vielen coolen Aktionen, Gemeinschaft und super Programm? Dann melde dich zum supergenialen Zeltlager an! Vom 31. Juli – 06. August 2022 wollen wir dieses Jahr unsere Zelte in Hohenhaslach aufschlagen! Wir freuen uns schon sehr auf euch!

2). Spaß und Krach im Lohlenbach:

Du möchtest mitten in den Ferien Abenteuer und viel Spaß erleben? Dann bist du beim Spaß und Krach richtig! Jeden Tag von 08:00-17:00 Uhr gibt's jede Menge Action im Lohlenbach. Geschlafen wird daheim im vertrauten Bett. Wenn ihr Lust habt, mit am Start

zu sein, dann notiert euch folgende Termine schon mal im Kalender.

Spaß und Krach Woche I:

15.08.-19.08.2022

Spaß und Krach Woche II:

22.08.-26.08.2022

3). Jungschartag

Wir hoffen, dass wir im Frühjahr den Jungschartag wie gewohnt stattfinden lassen dürfen. Ort und Termin geben wir bald bekannt!

✴ Julia Zukunft

Erlebtes

Was ging ab im 13+ Bereich?

TouchUp

Wir konnten starten. Endlich. Ein neuer Gottesdienst für junge Menschen. Alltagsrelevant. Beziehungsorientiert. Wild.

Start der Konfiarbeit im Bezirk.

In vielen Orten im Bezirk läuft die Konfi-Arbeit an. Von Filmgottesdiensten über Kleingruppen bis Aktionstagen und Weihnachtsfeiern ist alles dabei. Konfi-Arbeit ist bunt, dynamisch und kann alles positiv verändern! Konfi-Arbeit darf mutig, neu und aufbrechend sein! Ein gutes Konfi-Jahr wünschen wir allen!

✱ Thorsten Pfister



Tiefgang . Zur Ruhe kommen

In der kalten Jahreszeit mit Gott den Akku wieder aufladen

Die kalte Jahreszeit? Was verbinden wir denn mit dieser Zeit? Also ich denke da immer an einen heißen Tee, eine heiße Schokolade oder eine heiße Dusche, wenn ich von draußen reinkomme. Gerne setze ich mich auch vor meinen warmen Kamin, um mich aufzuwärmen, wenn mir kalt ist. Was ich noch mit der kalten Jahreszeit verbinde? Ganz klar die Adventszeit, Heiligabend, die vielen Feiertage, an Silvester das neue Jahr feiern und viel Schnee, wenn möglich. Aber was ich auch mit dieser Zeit verbinde? Stress! Es ist immer so viel los. Egal, ob in der Schule, wo man das Gefühl hat, die Lehrer wollen vor Weihnachten noch schnell ihre Arbeiten schreiben, um sie dann in den Ferien zu korrigieren. Oder das Kaufen von Weihnachtsgeschenken, sich immer etwas überlegen, in die Läden gehen und die Geschenke kaufen. Ich habe immer das Gefühl, ich springe von einem Event zum nächsten und schaffe es nie, mal so richtig zur Ruhe zu kommen. Da hatten wir gerade erst den Dezember hinter uns mit vielen auch schönen Feiertagen und Events, aber kaum ist das vorbei, steht das neue Jahr schon in den Startlöchern und mit ihm eine ganze Reihe von neuen Herausforderungen und Aufgaben, die auf uns zukommen.

Allgemein fällt mir es immer schwerer, mal zur Ruhe zu kommen. Wir haben so viel um die Ohren, ständig sind wir erreichbar, immer ist irgendwas los. Es fällt zunehmend schwerer, sich mal wirklich nur Zeit für sich selbst zu nehmen. Dabei ist das so wichtig, dass wir es schaffen, mal durchzuatmen, uns eine Pause zu gönnen, neue Kraft zu tanken für die Dinge, die in der nächsten Zeit auf uns zukommen.

Ich versuche gerade in der kalten Jahreszeit, meine Akkus wieder aufzuladen, indem ich versuche, zur Ruhe zu kommen. Wie wichtig das für uns ist, können wir auch in der Bibel lesen. Ganz allgemein kann man feststellen, dass Gott selbst viel Wert auf die Ruhe legt. Er selbst hat am siebten Tag alles niedergelegt und ruhen lassen. Auch wenn er viel zu tun hatte, so hat er auch sich die Zeit genommen, um zu ruhen.

Oft machen uns auch Dinge unruhig, die uns Probleme machen. Schwierige Arbeiten in der Schule, Probleme mit der Familie, den Geschwistern oder den Freundinnen und Freunden. All das sind Dinge, die uns unruhig machen können. Auch hierfür hat Gott eine Antwort, denn mit dei-

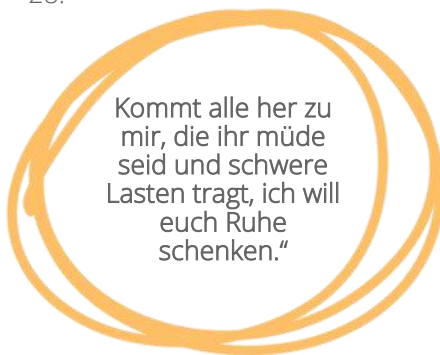
nen Sorgen und Ängsten lässt Gott dich nicht allein. Du darfst sie ihm mitteilen. Du sollst es sogar tun. Im ersten Petrusbrief heißt es:

„Alle eure Sorge werft auf ihn, denn er sorgt für euch.“



Gott hat dir das feste Versprechen gegeben, dass er sich dir annehmen und sich um dich kümmern wird. Es ist ein Privileg, sich ihm anvertrauen zu dürfen. Es ist gut, wenn man die Dinge, die einen bedrücken, nicht in sich hineinfrisst, sondern wenn man sie los wird. Wenn ich mich an Gott wende, werde ich es so sagen können wie es in den Psalmen steht: *„Wenn mir das Herz schwer war von tausend Sorgen, so hat mich dein Trost wieder froh gemacht.“* Gott schenkt Trost und auch Freude, wenn ich meine Last an ihn abgebe. Und Last

abgeben bedeutet, Ruhe zu finden. Du kannst dir sicher sein, dass Gott deine Situation und deine Bedürfnisse kennt, denn Jesus sagt im Matthäusevangelium 11, 28:



Kommt alle her zu mir, die ihr müde seid und schwere Lasten tragt, ich will euch Ruhe schenken.“

Wenn wir Ruhe finden und uns Gott anvertrauen, schöpfen wir Kraft, wir können unsere Akkus wieder aufladen und sind bereit für alles, was auf uns zukommt. Gerade in der kalten Jahreszeit bietet es sich an, mal in sich zu gehen, sich eine Pause zu gönnen und mit Gott zur Ruhe zu kommen

✴ Felix Kalman

Best Practice

Memes in der Jugendarbeit einsetzen

Memes sind inzwischen überall. Selbst der letzte Almann, die letzte Insta-Page hat gecheckt, dass Memes einfach der Hammer sind. Witzige Situationen oder Sachen noch witziger in einem Bild verpackt? Was gibt's nice-res. Und vor allem kann jeder

und jede Memes erstellen. Wenn draußen alles kalt und düster ist, dann sollte man umso mehr lachen. Nimm deinen Browser und öffne: (<https://imgflip.com/memetemplates>). Nimm ein Template deiner Wahl und überleg dir eine witzige Situation.

Mach dein Meme dazu. Es kann unfassbar witzig sein und kann ein krasses Lachen hervorrufen. Und am besten machst du mit deinen Freunden noch ein Meme-Battle draus! #gudeZeit

✴ Thorsten Pfister

Challenge

Zeit für dich allein

Zur Ruhe kommen ist nicht immer einfach, das kann durchaus eine Herausforderung sein. Dafür müssen wir uns auch manchmal ganz bewusst Zeit nehmen. Deshalb ziehe deine wärmsten Klamotten an und mache dich allein auf den Weg nach draußen. Gehe an einen schönen Ort, der für dich Ruhe bedeutet. Nimm dir so viel Zeit wie du brauchst. Das kann ein schöner Spaziergang durch den Wald sein oder irgendwo, wo du eine schöne Aussicht hast, deine Entscheidung.



Nimm einen Stift und Papier mit und mache dir während der Zeit allein an der frischen Luft eine Liste, mit den Dingen, die dich stressen und dich an der Ruhe hindern. Überlege dir dann, was dir helfen könnte, in der nächsten Zeit ein bisschen den Kopf frei zu bekommen, um deine Akkus wieder aufzuladen.

✴ Felix Kalman

Platz für deine Notizen – Was hilft dir, den Kopf freizubekommen?

Was dich erwartet

Die nächsten Events im 13+ Bereich

TouchUp.

Du hast Lust auf einen Gottesdienst auf eine neue Art und Weise? Dann haben wir etwas für dich: Sei am 30.01.22 im HdB Leonberg beim zweiten TouchUp Gottesdienst mit dabei! Wir veranstalten diesen im Dialog Prinzip, das heißt deine Fragen stehen im Mittelpunkt. Davor und danach hoffen wir darauf, eine gute Zeit mit dir verbringen zu dürfen – je nach aktuellen Bestimmungen auch mit gutem Essen. Um auf dem Laufenden zu bleiben, folge doch einfach dem @ejwleo Instagram Account. Wir freuen uns auf dich!

Konfi-Cup.

Am 19.02. ist der alljährliche Konfi-Cup aktuell geplant. Wir müssen hier wochenaktuell abwarten und betrachten, wie sich die Lage entwickelt und vor allem auch wie die Anmeldungen für den Cup sind. Der Konfi-Cup ist ein einmaliges Erlebnis für die Konfis und ein riesen Highlight! Wir würden uns freuen, wenn eine Durchführung klappt!

✴ Thorsten Pfister



Erlebtes

Was ging ab im 16+ und JE-Bereich?

PUBliCo.

Eigentlich war für den 27. November wieder ein PUBliCo im Haus der Begegnung geplant. Unser PUBliCo Weihnachts-Special.

Mit Livemusik, tollem Programm, spannendem Impuls sowie leckeren Cocktails und Speisen sollte ein schöner Samstagabend in Gemeinschaft erlebt werden. Durch die aktuelle Corona-Situation wurde unserem Vorhaben leider ein Strich durch die Rechnung gemacht.



Wir blicken aber hoffnungsvoll in die Zukunft, lassen uns die Freude nicht nehmen und würden uns freuen, wenn du bei den nächsten Terminen des JE-Teams dabei bist.

✴ Janne Matz



Tiefgang

Dankbar sein

Am 27. November war ich bei der alternativen Stadtführung Stuttgart durch den Verein trottwar dabei. Der Verein engagiert sich insbesondere für Obdachlose und sozial Benachteiligte aller Art. Unter dem Motto „Im Blickpunkt – Alternative Stadtführung Stuttgart“ wird man von einem Trottwar-Verkäufer zu Brennpunkten und sozialen Einrichtungen für Obdachlose und Menschen am Rande der Gesellschaft geführt. Dabei erzählt der Stadtführer aus eigener Erfahrung vom Leben auf der Straße. Es wird der Fokus mit Klarheit, aber ohne Übertreibung auf Straßenkinder, Prostituierte, Drogenabhängige oder Obdachlose gelegt. Da es am 27.11 das erste Mal geschneit hatte und es richtig frostig wurde, konnte man



sich die Probleme, mit denen diese Menschen vor allem in den kalten Monaten zu kämpfen haben, noch besser vorstellen. Und genau auf diese Probleme im Winter, vor allem in Pandemiezeiten, möchte ich hier mit einigen Beispielen eingehen, die in der Führung zur Sprache kamen, nämlich fehlendes warmes Essen, zu wenig warme Orte und kaum bis keine medizinische Versorgung.

Der erste Stopp der Führung war die Leonhardskirche. Die evangelische Gemeinde richtet bereits seit 1995 jährlich eine Vesperkirche aus. Grundsätzlich steht die Vesperkirche für alle offen, um Essen zu bekommen, sich zu begegnen, Hilfe in Anspruch zu nehmen oder Gottesdienste sowie Kultur zu genießen. Außer Mahlzeiten gibt es eine Vielzahl von Annehmlichkeiten, wie beispielsweise medizinische Versorgung, Körperpflege durch ehrenamtliche Ärzte, Friseure, und anderen Helfer*innen für Menschen, die



neben finanzieller eben oft an seelischer Armut leiden. Berufliche und familiäre Beratung gehören zu den Kernangeboten. Die Vesperkirche wird sehr gut angenommen, allerdings durch die Pandemie zusätzlich erschwert. Doch auch 2022 soll es wieder eine Vesperkirche in Stuttgart geben. Vom 16.01 bis 05.03.2022 werden wieder Obdachlose bzw. Menschen am Rande der Gesellschaft in der kalten Winterzeit versorgt. Das Motto, welches ich wirklich passend finde lautet da:

„Jesus Christus spricht:
Wer zu mir kommt, den
werde ich nicht abweisen.“
(Joh. 6, 37)

Ein anderer Halt war die Markusgemeinde. Sie unterstützt die Arbeit der Wärmestube der Evangelischen Gesellschaft Stuttgart. Die Wärmestube ist ein Angebot für Menschen ohne festen Wohnsitz und Menschen, die mittellos sind. Sie finden hier Gehör, können entspannen, duschen, Wäsche waschen und werden mit Essen versorgt. Nicht nur in der kalten Jahreszeit ist dies ein Ort der besonderen Wärme. Jeden Tag finden Wohnungslose, arme Rentner, Sozialhilfeempfänger oder auch Arbeitslose in der Wärme-



stube einen Platz, der für viele Stunden des Tages ihr Zuhause ist. Durch Corona können allerdings nicht mehr so viel Angewiesene zur selben Zeit einen warmen Ort finden. Auch für die Nacht gibt es in Notunterkünften Platz, allerdings auch nur noch für fünfzig Prozent der eigentlichen Bettenauslastung, sodass sich Betroffene täglich abwechseln müssen.

Die Stadtführung hat mir einmal mehr bewusst gemacht, welch ein Privileg ich mit meinem Leben habe und mich dankbar werden lassen, für warme Klamotten, eine funktionierende Heizung und genügend Essen.

Nun frage ich dich:
Wofür bist du dankbar?

🌟 Janne Matz

Challenge

Kältetraining für dich – Kalt duschen

Fünf Gründe, warum es uncool ist, ein Warmduscher zu sein:

Wer regelmäßig kalt duscht, ist seltener krank!?

Forscher konnten zeigen, dass regelmäßige kalte Güsse am Oberkörper die Immunabwehr ankurbeln können. Probanden hatten danach mehr Abwehrzellen im Blut als vorher.

Kalte Güsse machen widerstandsfähig

Bei Kälte verengen sich die Gefäße, bei Wärme weiten sie sich wieder. Das kurbelt die Durchblutung an und macht nebenbei hellwach. Heutzutage haben wir leider kaum mehr Übung darin, weil unsere Wohnungen angenehm temperiert sind und funktionelle Kleidung uns nie frieren lässt. Doch Widerstandsfähigkeit kann man trainieren, zum Beispiel mit Wassertretern in der Badewanne. Am besten behutsam anfangen, erst warm, dann kalt - auf die Regelmäßigkeit kommt es an. Schöner Nebeneffekt: Es entspannt und lässt euch abends wohligh schlafen.

Kalt Duschen senkt den Stress-Level

Mit kaltem Wasser stärkt ihr nicht nur die Gefäße, sondern auch eure Nerven. Ihr trainiert nämlich eine Verschiebung vom Leistungsnerv zum Nerv, der für die Erholung des Körpers zuständig ist. Wichtig: Zu Beginn muss der Kör-



per warm sein. Hinterher Wasser einfach nur abtropfen und dann gleich was Warmes anziehen. Ist einen Versuch wert, oder? Vielleicht gelingt es euch ja dann auch, mit Stress gelassener umzugehen.

Kalt Duschen macht die Haut schön

Kaltes Wasser lässt den natürlichen Schutzfilm der Haut intakt, denn es verschließt die Poren von Haut und Haaren. Damit beugt ihr Falten und Spliss vor.

Kalt Duschen macht schlank

Kältereize aktivieren im Körper braune Fettzellen. Die funktionieren wie ein Verbrennungsmotor: Sie produzieren Wärme und verbrauchen dafür Kalorien.

Jetzt bist du an der Reihe. Wann traust du dich, deine Komfortzone zu verlassen und die Dusche mal auf kalt zu stellen? ;)

✧ Janne Matz

Was dich erwartet

Im 16+ und JE-Bereich

JE-Klausur.

Nachdem sich das Kernteam des JE-Bereiches im Frühjahr 2020 neu (er)find und die Idee des PUBliCo entwickelt wurde, steht erneut eine vertiefte Auseinandersetzung der vergangenen Monate auf dem Programm. Dazu ist ein **Klausurwochenende vom 07.-09. Januar 2022** geplant. Dieses wollen wir auch nutzen, um uns im Team noch besser kennen zu lernen. Denn viele der gemeinsamen Planungen und Events im Jahr 2021 fanden ausschließlich digital statt.

Wir wollen auf die vergangenen Monate zurück blicken und über zukünftige Aktionen im Jungen Erwachsenenbereich nachdenken.

Wir sind gespannt, was sich entwickelt und halten euch natürlich auf dem Laufenden ;)



Wintergrillen 2022.

Wie bereits 2020 möchten wir ein Wintergrillen in unser Klausurwochenende integrieren. Dazu laden wir dich recht herzlich ein, am **08. Januar 2022** beim **CVJM-Platz im Forchenwald (Rutesheim)** dabei zu sein. Für Verpflegung wird reichlich gesorgt sein. Um aktuelle Entwicklungen nicht zu verpassen, folge uns doch auf den sozialen Netzwerken oder schau auf der Homepage vorbei.

PUBliCo-Termine 2022.

Wir haben bereits die PUBliCo-Termine für das Kalenderjahr 2022 festgelegt. Wir würden uns freuen, dich an diesen Tagen im PUBliCo begrüßen zu können:

12. März
07. Mai
25. Juni
24. September
19. November



Janne Matz

Erlebtes

Ein Rückblick auf unsere ChurchNight und das BAK-Klausur-WE

ChurchNight 2021. Über 110 Menschen, die wieder gemeinsam (mit Maske) Lobpreislieder singen. Was für ein Gänsehautmoment!

Diesen durften wir am 31.10. in der frisch renovierten Laurentiuskirche in Flacht erleben. Gemeinsam mit dem CVJM Flacht veranstalten wir einen Gottesdienst zum Thema „Augen auf?!“.

Im Anschluss ließen wir den Abend mit einem gemütlichen Bistro im Freien ausklingen. Mit Feuertonnen, warmem Punsch und Crêpes, ließ sich der Herbstabend gut aushalten.



BAK-Klausur-WE. Im Oktober gewählt – im November schon auf Klausur. In neuer Zusammensetzung war der neu gewählte BAK bereits Mitte November auf seinem jährlichen Klausurwochenende, dieses Jahr in Beilstein. Hoch auf dem Schloss Beilstein stand das Wochenende ganz unter dem Zeichen: ejw-Strukturen kennenlernen, verstehen, Rolle finden, sortieren und strukturieren: Wer ist wer? Wer macht was? Wie wollen wir als Gremium arbeiten?

Nun sind wir bestens ausgerüstet, um gemeinsam als Gremium in die kommenden 3 Jahre zu starten, Kinder- und Jugendarbeit im Bezirk mit Euch zu gestalten und für Euch in den Orten da zu sein. Wir sind bereit und freuen uns auf diese Zeit.



☀ Jannika Alber, Catrin Mörk

Kolumne

„Baby, it's cold outside“

Knack. Knack. Knack. Die gefrorenen Blätter knacken unter jedem Schritt. Die Lichtstrahlen der Straßenlaterne bahnen sich den Weg durch den Nebel und die Dunkelheit. Der Atem wird sichtbar. Ich laufe. Knack. Knack. Knack. Ein Lächeln huscht über das Gesicht. Ich habe ein Meme auf dem erleuchtenden Smartphone Display. „Klimaerwärmung mit Sozialer Kälte besiegen. – Friedrich Merz“ Ein Bild von der Satire Partei „Die Partei“. Ein Frösteln huscht mir durch den Körper. Dicke Schneeflocken rieseln herab. ‚Mist! Ich bin im Haus heute für´s Schneeschippen zuständig.‘ ‚Den Einkauf muss ich auch noch machen und das Auto freikratzen.‘ Josua meldet sich. Mein kleiner Sohn beschwert sich in der Trage an meinem Körper. Ich habe ein Stück des Reißverschlusses offen gelassen. Sein Wimmern zeigt mir, dass ihm kalt ist. Ich ziehe die Jacke weiter zu. Es ist kalt geworden. Kalt hier draußen. Ich beginne schneller zu laufen. Vom Feld zurück in die Stadt. Hell erleuchtete Fenster. Schöne Lichterketten und Menschen, die in Frieden zusammensitzen. Das Schloss dreht sich und warme Heizungs-luft kommt mir entgegen, als ich die Wohnung aufschließe. ‚Baby it's cold outside but it's

warm inside.‘ In dieser kalten Jahreszeit merke ich, dass sich meine Gedanken mehr auf lästige ToDo's richten, auf Hürden. Krafraubende Dinge nehmen immer mehr und mehr Raum ein. Aber auch wenn sich alles kalt anfühlt und es draußen kalt ist, ist es umso wichtiger, dass wir innen warm sind. In unserem Miteinander, in unserem Umgang und in der Art und Weise, wie wir Menschen in unser Herz einladen. Kälte spaltet und sorgt dafür, dass sich alles ungemütlich anfühlt. Aber wir als Christinnen und Christen haben die Hoffnung, die wie ein warmer prasselnder Kaminofen in unserer Brust brennt und die Wärme ausstrahlen lässt.

Aber diese Wärme und Hoffnung nur für uns zu behalten wäre vermessen und nicht zielführend. Vor allem in der aktuellen Debatte und dem rauen Ton ist es umso wichtiger, dass wir Wärme und Liebe ausstrahlen lassen und Hoffnung den Menschen geben. Wir gehen mit gutem Beispiel voran. Wir bringen die Hoffnung in die kalte Welt und sorgen dafür, dass das Dunkel und die Kälte bricht.

Es ist kalt draußen, aber warm in den Herzen.

✿ Thorsten Pfister

Aus der Geschäftsstelle

Verabschiedung von Jörg Gaiser

Im August haben sich die Wege des Jugendwerks und von Jörg Gaiser im Einvernehmen getrennt. Wir danken an dieser Stelle Jörg sehr herzlich für sein Engagement als leitender Referent im ejwleo und seinen Einsatz bei den verschiedensten Veranstaltungen und Freizeiten. Ein besonders eindrückliches Erlebnis, welches mir hierbei in Erinnerung bleiben wird, ist sein Einsatz an seinem ersten Konficamp. Seine Slush-Maschine hatte hierbei für große Freude und Geschmacksgenuss gesorgt.



Auf eigenen Wunsch wurde im September eine Verabschiedung im corona-konformen Kreise der Kirchenverwaltung und des BAKs organisiert. Wir wünschen Jörg Gaiser an dieser Stelle alles Gute für seinen weiteren Lebensweg sowie Gottes Segen für die neuen Herausforderungen.

✳ Matze Lamparter

Was dich erwartet

Christmette 2021: „Weihnachten–Herausforderung angenommen“



In diesem Jahr möchten wir einen Livestream der Christmette anbieten. Dieser sendet am 25.12. um 7 Uhr aus dem Gemeindehaus in Weissach.

Das Thema für den Gottesdienst lautet - ganz passend zum diesjährigen Fest - "Weihnachten: Herausforderung angenommen".

Den Link zur Christmette findet ihr auf unserer Homepage.

✳ Catrin Mörk

Aus dem Förderverein

Gedanken zum Thema „Solidarität“

Oft und in den verschiedensten Zusammenhängen begegnet uns dieses Wort – gerade auch in dieser herausfordernden Zeit der Pandemie. Wir wissen: Wir werden die Herausforderungen vor die die gesamte Gesellschaft gestellt ist, nur bewältigen, wenn wir zusammenstehen und füreinander sorgen. Aber gerade das wird immer schwieriger und fällt immer schwerer. Durch unsre Gesellschaft geht ein tiefer Graben des Unverständnisses. Gereiztheit und Aggressivität nehmen zu. Ich habe im alten „Duden“ nachgeschlagen.


Im „Herkunftswörterbuch“ lese ich zu Solidarität: „Zusammengehörigkeitsgefühl, Gemeinnutzen, enge Verbundenheit“. Das Wort leitet sich von dem lateinischen Rechtsbegriff „solidus“ ab, der „wechselseitig für das Ganze haftend“ bedeutet. Was für ein toller Gedanke: Solidarisch sein bedeutet, für andere, ja für alle um mich herum Verantwortung zu übernehmen. Und: zusammen zu halten, auch über Differenzen hinweg. Beides ist in diesen Wochen dringend geboten.

Der Förderverein hat auch Solidarität auf seine Fahnen geschrieben. Er ermöglicht Solidarität Ehemaliger mit der Jugendarbeit heute. Diese Solidarität hat sich

bereits über eine lange Zeit bewährt. Menschen, die für ihr Leben dem Jugendwerk wesentliche Impulse verdanken, Menschen, deren Herz für Kinder und Jugendliche schlägt, geben Geld, damit das Jugendwerk personell stark gemacht werden kann. Eine wunderbare Sache! Dank an alle, die mit dem EJW solidarisch sind!

An Weihnachten feiern wir, dass der Schöpfer des Himmels und der Erde sich mit uns Menschen solidarisch macht. Der Größte macht sich ganz klein, um uns ganz nahe zu sein, um ganz für uns zu sein. Das ist doch der beste Grund, dass wir uns solidarisch verhalten.

✶ Harald Klingler



Schweren Herzens müssen wir das geplante **Sponsorturnier** am 22. und 23.01.2022 leider absagen.

Kennst du schon...

...den „p-shuttle“ Jugendgottesdienst?

Hallo, wir sind das Mitarbeiterteam vom P-Shuttle. Wir – das sind Lara, Nathalie, Lars, Louisa, Jannis, Christoph, Tim und Dennis.

Burning hearts. For Jesus. People. Community. Das ist unser Leitsatz. Er beschreibt das Herz von P-Shuttle, wofür wir brennen, sozusagen unsere Basis: **Jesus, Menschen und Gemeinschaft.**

Wir freuen uns, dass wir P-Shuttle in diesem Rahmen vorstellen dürfen. P-Shuttle ist ein Kollektiv von CVJM Heimerdingen und CVJM Flacht und schafft Raum für junge Menschen. Gott, ermutigende Begegnungen und Gemeinschaft begeistern unser Herz. Wir sind Familie und lieben es, Jesus nachzufolgen, Jüngerschaftskultur zu leben, Leben zu teilen.

Wer ist eingeladen?

Wir richten uns an alle Jugendliche ab dem Konfirmandenalter. In den letzten Jahre entstand eine Vernetzung auch über die beiden Ortschaften hinaus. Zu unserem zweiwöchentlichen Gottesdienst am Sonntagabend, welcher der Kern von P-Shuttle ist, kommen rund 60-70 Jugendliche, JugendleiterInnen und junge Erwachsene.



Was erwartet einen bei euch?

Neben der Predigt ist gemeinsamer Lobpreis ein zentrales Element. Die Predigten werden von verschiedenen Leuten vorbereitet und gliedern sich in Themenreihen ein. Die kommende Predigtreihe handelt von der Jahreslosung 2022. Außerdem: Gebets- und Austauschrunden, kreative Stationen und praktische Aktionen. Sie fordern heraus, Gehörtes in die Tat umzusetzen, sich gegenseitig zu ermutigen und Glauben miteinander zu teilen.

Was möchtet ihr mit eurem Angebot erreichen?

P-Shuttle ist nicht nur der Gottesdienst: Winter- und Sommerfreizeiten, WG-Wochen, Jüngerschaftsgruppen uvm. tragen dazu bei, im Glauben zu wachsen, Jesus tiefer kennenzulernen, Abenteuer zu erleben und über den eigenen Tellerrand hinauszublicken.

☀ Euer P-Shuttle-Team

Was dich erwartet

Die nächsten Jugendgottesdienste im Bezirk



BEZIEHUNGS+WEISE

06.03.
18:00 Uhr
Kirche Mönshheim

06.02.
Ev. Kirche Heimsheim

pursue him

P·SHUTTLE
BURNING HEARTS. FOR JESUS. PEOPLE. COMMUNITY.

09.01., 23.01, 06.02,
13.02, 20.02, 20.03

jeweils um 18:15

Ev. Gemeindehaus
Heimerdingen

UPsidedown

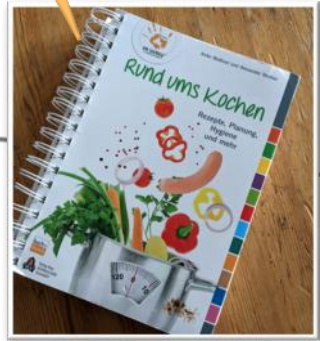
am 23.01. um 19:00 Uhr
Ev. Gemeindehaus
Malmsheim

30.01. & 20.03.
ab 17:30 Uhr
im HdB Leonberg

TOUCH UP

Pinnwand

Hier auf dem Bild seht ihr unser Bücherregal. Die Bücher sind dazu da um ausgeliehen zu werden. Ihr könnt gerne vorbeikommen und euch die Bücher anschauen und ausleihen. In den nächsten Ausgaben vom JiB werden wir euch immer wieder neue Bücher vorstellen, welche man hier im Bücherregal findet.



BUCHTIPP NO. 1

Rund ums Kochen - Rezepte, Planung, Hygiene und mehr (von Anke Walliser und Alexander Strobel).

Du machst das erste mal die Küche auf einer Freizeit? Dann darf dieses Buch auf keinen Fall fehlen. Über die ersten Basics, zu Hygienevorschriften und Essenspläne, bis hin zu Rezepten für große Gruppen, ist hier alles dabei.

Bei Interesse kannst du dir das Buch kostenlos bei uns im Jugendwerk ausleihen.



Auch unser neues **Elsa-Kostüm** steht nun, nach dem Jungscharlager, zur Verleihung bereit!

Meldet euch gerne jederzeit, bei Bedarf an Kostümen aller Art!

Unsere FSJler stehen bei Fragen bereit: info@ejwleo.de



Jungenschaft Malsheim

Jeden Mittwoch um 18 Uhr

Treffpunkt: Gemeindehaus
Malsheim oder Westerfeld-Gelände
Kontakt: 015738459752

Gourmet-Grillen, Fußball und Rugby auf dem Westerfeld-Gelände oder besondere Highlights wie Kanufahren – all das erwartet dich in der Jungenschaft Malsheim.

Alle Jungs zwischen 13 und 18 Jahren sind bei uns willkommen.

Wir freuen uns auf dich!

Die Jungenschaftsleiter - Rüdiger, Michi, Manu, Martin, Markus, Moritz

Impressum

Redaktion: Jannika Alber, Janne Matz, Lukas Volkmann und Julia Zukunft

Layout: Christina Mörk, Lars Pfeiffer, Frederik Smit, Cora Straubinger und Catrin Mörk

Druck: Druckerei Reichert, Leonberg

Coverbild: Achim Blanarsch, 2021

Auflage: 700 Exemplare

Redaktionsschluss nächste Ausgabe:

01. März 2022

Zuschriften: info@ejwleo.de

Geschäftsstelle und Kontakt **Evang. Jugendwerk Bezirk Leonberg**

Elsässer Straße 6, 71229 Leonberg

tel.: 07152 9470-50

fax: 07152 9470-59

info@ejwleo.de

www.ejwleo.de

Jugendreferenten und Jugendreferentinnen

Julia Zukunft

tel. (d): 07152/9470-52

tel. (mobil): 0157-529 849 87

julia.zukunft@ejwleo.de

Thorsten Pfister

tel. (d): 07152/9470-53

tel. (mobil): 0159-063 567 36

thorsten.pfister@ejwleo.de

Catrin Mörk

tel. (d): 07152/9470-54

tel. (mobil): 0176-427 149 26

catrin.moerk@ejwleo.de

1. Vorsitzender (BAK):

Matthias Lamparter

Rosenstraße 35, 71272 Renningen

matthias.lamparter@ejwleo.de

Bankverbindung

KSK Böblingen

BIC: BBKRDE6B

Jugendwerk

IBAN DE31 6035 0130 0008 6495 66

Förderverein

IBAN DE16 6035 0130 0007 1188 85

