

N°1 / 2021

– Das Magazin der Alpenvereinsjugend Österreich –

DREI D



Denkraum für die Jugendarbeit



VERWEGEN

Nächte
draußen

THEMA

Was macht die Jugend- und
Familienarbeit im Alpenverein aus?

THEMA

Pädagogische Potenziale
beim Klettern

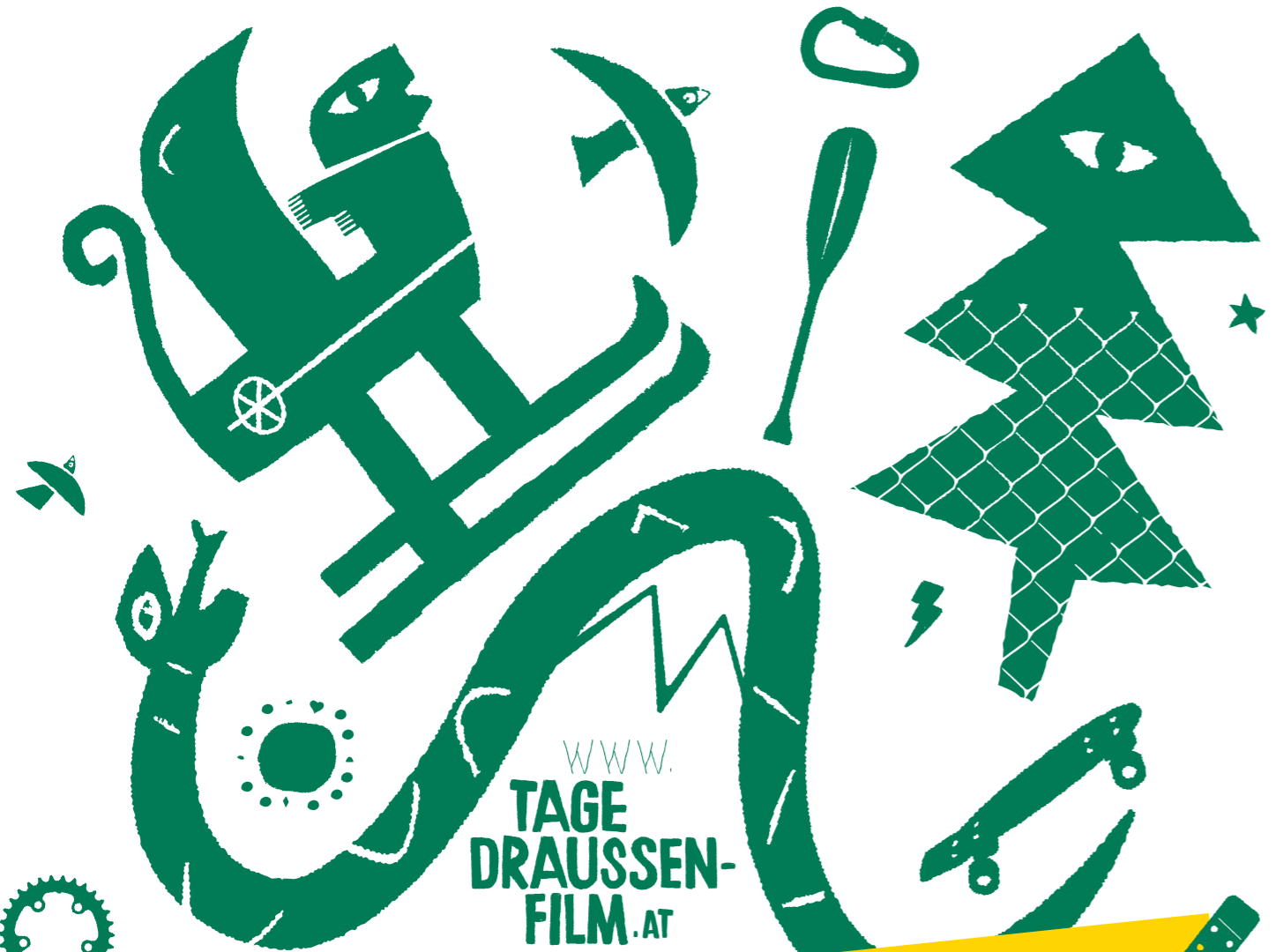
alpenvereinsjugend
österreich



TAGE DRAUßEN!

Ein Film der Alpenvereinsjugend über **Freiräume, Zuversicht und gesunde Risiken.**

VON FRANZ WALTER

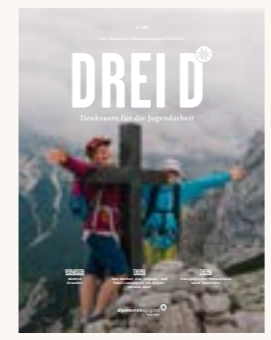


WWW.TAGE DRAUßEN-FILM.AT

IN DEINER SEKTION: als Filmabend, Open Air-Event, mit Workshop oder draußen mit dem risk'n'fun Team



alpenvereinsjugend österreich



Fotograf: Julian Pernsteiner
Alpenvereinsjugend Hall in Tirol – bei der Überschreitung am Lafatscher Joch am Weg zur gemeinsamen Übernachtung im Hallerangerhaus im Karwendel

Impressum

Medieninhaber:
Österreichischer Alpenverein,
Olympiastraße 37 in 6020 Innsbruck
Telefon +43 0 512 59547-55
Fax +43 0 512 575528
Mail: jugend@alpenverein.at

ZVR-Zahl: 989190235
Redaktion: Pia Payer (Ch.-Red.)

Abo- und Adressverwaltung:
Martina Pfurtscheller

Korrektur: Isolde Ladstätter,
Gestaltung und Produktion:
Büro Rene, René Raggl,
A-6426 Roppen, www.reneraggl.at
Druck: Alpina Druck, 6020 Innsbruck

Blattlinie: DREID ist ein Fachmagazin für Jugendarbeit. Jugendarbeit wird dabei als breites und vielschichtiges Thema betrachtet – offene, verbandliche Arbeit, jugendbezogene Themen und Jugendliche selbst finden Berücksichtigung. DREID ist überparteilich und konfessionell nicht gebunden.

Das Papier dieses Magazins wird zu 100 Prozent aus Altpapier gewonnen und der Druck erfolgt klimaneutral.

Gefördert von:

Bundeskantleramt
Bundesministerin für Frauen,
Familien und Jugend



VORWORT

Gemeinsam DRAUSSEN – GEMEINSAM draußen

Ich sitze nun schon zum x-ten Mal vor dem Computer und soll ein Vorwort schreiben - über Themen wie Familien- und Jugendarbeit, draußen unterwegs sein, Zeit miteinander verbringen -, in einer Zeit, wo all dies durch eine Pandemie deutlich erschwert und teilweise verhindert wird. Gerade deswegen ist es aber vielleicht wichtig, sich darauf zu konzentrieren, was danach kommt. Wir werden wieder durchstarten, wir wissen noch nicht genau wann und auch noch nicht wie, aber wissen, dass wir wieder gemeinsam draußen sein werden!

Die Verbindung zu den Bergen bekommt man sehr oft über die Eltern mit, von ihnen hängt es ab, ob man Vertrauen in sich selbst und in die eigenen Fähigkeiten hat. Darum braucht es alle Varianten: gemeinsam ohne Eltern unterwegs sein, aber auch gemeinsam im Familienverband. Mit unseren Familien- und Jugendleiterausbildungen bieten wir viele Anregungen, selbst eine Gruppe zu leiten und andere Menschen zu begleiten. Unsere Arbeit in der Alpenvereinsjugend ist genauso bunt und vielfältig wie die Menschen an sich sind und trotzdem haben alle eine Gemeinsamkeit: die Liebe zum Bergsport und den Bergen. Natürlich bietet auch das Klettern in der Halle unglaubliche pädagogische Möglichkeiten, aber nichts geht über das Gefühl, mit der Hand den Felsen zu spüren.

Darum ist es uns in der Jugend auch ein besonderes Anliegen, die Familien- und Jugendarbeit unter ökologischen Aspekten zu betrachten. Denn, was hätten wir davon, wenn wir jene Orte zerstören, die unserer Seele so guttun? Auch hier gilt: Nur im Einklang – also Mensch und Natur gemeinsam – lässt sich unsere Zukunft sichern. Dafür müssen wir uns genauso intensiv engagieren wie gegen eine Pandemie.

Macht dabei mit, mit Spaß und Verantwortung gemeinsam draußen und draußen gemeinsam Freunde zu treffen und die Natur zu entdecken, passt gut auf euch und die anderen auf und bleibt gesund.



Nicole Slupetzky,
Bundesjugendleiterin der Alpenvereinsjugend



DREI D SPECIAL GEWALTPRÄVENTION – NEUAUFLAGE 2021

Gewalt und Übergriffe haben bei uns keinen Platz. Als Alpenvereinsjugend fordern wir Respekt, Wertschätzung und Vertrauen als Grundlage für ein gelungenes Miteinander gegenüber allen unseren Vereinsmitgliedern und Mitmenschen. In der aktuellen Ausgabe des DREI D Specials Gewaltprävention findet ihr viele praktische Infos zum Thema und fiktive Fallbeispiele, die unser Bewusstsein schärfen sollen. **Kostenlos anfordern unter jugend@alpenverein.at.**

JUNGE ALPINISTEN FÖRDERUNG – 1. ABGABETERMIN 16. MAI 2021

Bergsteiger*innen bis 30 Jahre erhalten bis zu **500 Euro** finanzielle Unterstützung für selbstständig geplante alpine Unternehmungen! Gefördert werden: alpines Sportklettern, Alpinklettern, Skihochtouren, Hochtouren, Winterbergsteigen, Skitouren. Alle Infos und den Antrag zur Förderung findet ihr auf www.jungealpinisten.at.



EDELWEISS ISLAND VERSCHOBEN AUF 2022

Edelweiß Island 2021 wird aufgrund der momentanen Situation auf Pfingsten 2022 verschoben. Es ist nicht abzuschätzen, ob und in welcher Form das Durchführen von Großveranstaltungen im Mai 2021 möglich sein wird. Wir blicken aber voller Vorfreude auf Pfingsten 2022 und haben die Location in der Steiermark fix vorreserviert!

SAVE THE NEW DATE: Leibnitz 03.-06. Juni 2022. Euer Alpenvereinsjugend-Team

DREI D ONLINE LESEN!

Wenn ihr das DREI D-Printmagazin nicht mehr erhalten möchtet, bitten wir euch, eine E-Mail mit eurem Namen und eurer Mitgliedsnummer an jugend@alpenverein.at zu senden. Viele DREI D-Beiträge findet ihr online auf unserem Blog www.tagedraussen.at und das gesamte Heft immer als PDF-Datei auf unserer Website.

LANDESJUGENDTAGE 2021

Am **27. März 2021** findet der Landesjugendtag in Tirol statt, am **10. April 2021** in Oberösterreich und am **12. Juni 2021** in Wien. Bitte vormerken! **Sobald weitere Termine feststehen, stellen wir sie online auf www.alpenvereinsjugend.at/termine.**

RISK'N'FUN FREERIDE & BIKE

Dynamische Zeiten bei risk'n'fun. Alle aktuellen Infos zu freien Plätzen und Absagen bei risk'n'fun FREERIDE gibt es unter www.risk-fun.com. Wenn die Vorfreude auf den Sommer überwiegt, könnt ihr euch ab **1. Februar 2021** auch schon für die risk'n'fun-Bike-Kurse anmelden!

THEMA:

JUGENDARBEIT IN DER ALPENVEREINSJUGEND

- 06 **Ein Bild vom Tun**
Was macht die Jugend- und Familienarbeit im Alpenverein aus?
Matthias Pramstaller & Jürgen Einwanger
- 09 **So bunt ist unsere Jugendarbeit!**
- 16 **Pädagogische Potenziale beim Klettern**
David Kupsa

BACK? TO THE FUTURE!

- 19 **Eine Serie des Alpenverein Museum & Archiv**

VERWEGEN

- 20 **Nächte draußen**
Gerhard Mössmer

VERWACHSEN

- 24 **Ehrenmann und Ehrenfrau im Tierreich**
Birgit Kantner
- 25 **Tage draußen und die Potenziale unseres Arbeitsplatzes Natur**
Sybille Kalas

VERSPIELT

- 28 **Schatzsuche im Schnee**
Bianca Somavilla
- 30 **Kletterspiele der Alpenvereinsjugend Hohe Munde**
Laura Kogler

SEILSALAT

- 32 **Sauerteigbrot backen**
Christina Düringer
- 34 **Please keep talking!**
David Kupsa & Eva Schider
- 36 **Fit for the future – Alpenverein Coaching**
Julia Rappich
- 38 **Colour your way! Wege-Markierungsprojekt der Alpenvereinsjugend Steiermark**
Pia Derler
- 40 **Unser Hausberg: der hohe Fraßen**
Sabine Klapf
- 42 **quergedacht**

EIN BILD VOM TUN

Was macht die
„Jugend- & Familienarbeit“ im Alpenverein aus?

Matthias Pramstaller im Interview mit Jürgen Einwanger



Foto: Julian Pernsteiner

Die Jugendarbeit des Alpenvereins war von Beginn an von Zielen geleitet. Die Position des Vereins zum Jugendwandern oder zum Jugendbergsteigen folgte einem gewissen Bild vom Alpinismus, einem Bild vom Menschen. Ernst Enzensberger (der Gründer der Jugendarbeit im Alpenverein) schrieb 1908 eine Lehrschrift mit dem Titel: „Wie soll unsere Jugend die Alpen bereisen?“ und vertrat die Ansicht, dass Jugendliche nur mit geeigneten Führern in die Berge gehen dürfen. Als Verteidiger der „alten Schule“ stellt er sich damit gegen die Jugend, die in diesen Jahren zum Sinnbild der Rebellion gegen das Überkommene und Veraltete geworden ist. Zum Beispiel kommt in diesen Jahren die Bewegung der „Wandervögel“ auf. Hier wollen Jugendliche ohne ihre Eltern unterwegs sein und bevorzugen Gleichaltrige oder nur wenig Ältere als Führer. Selbstverwaltung und Selbsterziehung sind die Ausgangspunkte dieser deutschen Jugendbewegung und

gelten als wichtige Wegbereiter für Reformpädagogik und Erlebnispädagogik.

Wir sehen in diesen wenigen Zeilen, dass pädagogische Überlegungen immer eingebunden sind in eine „Sichtweise über den Menschen“, in ein „Bild vom Menschen und des Zusammenlebens“ sowie in die Überlegung: Wer bringt wem was bei, wer kann und soll wem was beibringen?

Jürgen, nach diesem einleitenden Blick zurück, schauen wir ins Jetzt! Die Alpenvereinsjugend verwendet Begriffe wie „begleiten“ / „Risikoverantwortung“ / „Verantwortung ermöglichen“. Welches Bild vom Menschen siehst du hier grundgelegt?

Die Ambivalenz, die sich vor 100 Jahren in der Autonomiebestrebung der „Wandervögel“ als Gegenentwurf zum „geführten Lebensweg“ Ausdruck verliehen hat, hat sich

nicht grundsätzlich verändert. Es gab in der „Erziehung“ quasi schon immer die **Gegenspieler Selbstbestimmung und Bevormundung**. Natürlich in deutlich unterschiedlichen Ausprägungen und Erscheinungsbildern. Diesen Widerspruch erleben wir derzeit wieder sehr stark. Er spiegelt sich in dem gesellschaftlichen Diskurs wider, der zwischen Überbehütung und Sicherheitsbedürfnissen versus Erkenntnissen von Neurobiologie und Lerntheorien geführt wird. Diese Pole stehen sich teils unversöhnlich gegenüber, wollen aber beide unbedingt ernst genommen werden – es geht nicht um richtig oder falsch, sondern um die Balance, um das richtige Maß.

In den letzten drei Jahrzehnten hat sich die Alpenvereinsjugend sehr stark in die Richtung der „Ermöglichung“ entwickelt. Begegnung auf „Augenhöhe“ und ein ehrlicher Umgang mit „Verantwortungslernen“ sind mehr und mehr in den Mittelpunkt gerückt. Vor 20 Jahren haben wir mit risk'n'fun diese Ansätze versucht und



Foto: Gabriel Ortet Boll

mittlerweile ist das Bild **des gemeinsamen Lernens auf Augenhöhe** in nahezu allen Angeboten fester Bestandteil. Die Erfahrungen, die beispielsweise auch mit dem Ansatz des Lernens von Mentor*innen bei den Jungen Alpinisten gelebt werden, lassen sich, in unterschiedlichen Formen, auf alle Altersgruppen übertragen.

Das Bild, das diesem Handeln zugrunde liegt, ist das eines lernfreudigen und intrinsisch motivierten Menschen. Wir begleiten Kinder und Jugendliche in entscheidenden Phasen ihres Lebens und haben die Möglichkeit, über sehr attraktive Handlungsfelder ins gemeinsame Erleben zu gehen. Diese Erfahrungen sind prägend. Wir können Gelegenheiten schaffen, in denen Kinder und Jugendliche ein Gefühl für sich, für das, was sie können, für das, was sie noch ausprobieren wollen und für ihre Grenzen kennenlernen. Dieses Gefühl kann man nur selbst entwickeln – daher „beg-leiten“, und diese Fähigkeit hat viel mit Verantwortung zu tun. Verantwortungsübernahme kann man nur lernen, wenn es die Bereitschaft gibt, diese auch zu übergeben.

Das heißt, die Alpenvereinsjugend hat beim Thema Lernen quasi Heimvorteil. Klettern, Biken, Freeriding: Das ist attraktive freie Zeit pur, an Lernmotivation kann/wird es hier nicht mangeln. Beste Voraussetzungen also, dass sich Kinder und Jugendliche auf die Fakten der Sportart, aber auch auf Themen, die zu den Sportarten gehören, einlassen. Ich denke hier an die auch in der Berufswelt oft zitierten Soft-Skills. Auf was achtet ihr hier?

Lernen muss freudvoll sein, sonst ist es für unser Gehirn schwierig, die Neuigkeiten als so attraktiv zu empfinden,

dass sie gemerkt werden – das gilt für Wissen ebenso wie für Verhalten. Beim freiwilligen und selbst gewählten Draußen-Sein ist diese positive Basis geschaffen. In Lernoffenheit, in Kontakt mit Gleichgesinnten und ohne Leistungsdruck lassen sich auch soziale Lösungsstrategien ausprobieren, die für die persönliche Entwicklung in der Sportart, aber auch für berufliche Qualifikationen entscheidend sind. Ein Beispiel: Viele Unternehmer*innen in meinem privaten Umfeld, die Lehrlinge und andere junge Mitarbeiter*innen suchen, stellen fest, dass deren Bereitschaft, gestalterische Verantwortung zu übernehmen, nachlässt. Und das ist ja nun nicht per se ein Versäumnis dieser jungen Menschen, sondern eher ein Systemversagen von Bildungs- und Erziehungsansätzen. Wer nicht lernen darf, Verantwortung zu übernehmen, kann diese Fähigkeit später auch nicht einsetzen. Wenn wir als Alpenvereinsjugend also versuchen, in dem uns zur Verfügung stehenden Einflussrahmen, Ver-

antwortung zu ermöglichen, kann das auch ein Impuls für wichtige Skills im weiteren Leben sein. Hier gäbe es noch viele andere Beispiele. Zum Beispiel das Treffen von Entscheidungen, die Kommunikation in Gruppen oder der Umgang mit Unterschiedlichkeit – **all diese Skills haben mit Erfahrungslernen in Gruppen zu tun** und dafür bieten unsere Angebote ein breites Spektrum.

In diesem Sinne ist Jugendarbeit soziale Bildung, die unabhängig von unterrichtsartigen Veranstaltungen passiert, also ungeplant und nicht-intendiert zustande kommt. Kann man das so sagen?

Man geht davon aus, dass ca. 90 Prozent unserer Bildung auf „informell erworbenem Wissen“ und „informell angeeigneten Kompetenzen“ basieren. Das heißt, den deutlich größeren Anteil dessen, was wir zum Leben brauchen, lernen wir quasi nebenbei – also nicht in Schule und Ausbildung. Gerade für den Bereich der sozialen Kompetenzen, der Soft Skills, bieten Lernorte, wie sie zum Beispiel die Alpenvereinsjugend bereithält, große Chancen. In manchen unserer Konzepte sind Situationen - wie zum Beispiel der Umgang mit Gruppendruck - durchaus intendiert und konzeptionell verankert. Das meiste geschieht aber einfach, weil die Rahmenbedingungen es ermöglichen.

Aus meiner Sicht tut sich die Jugendarbeit seit jeher schwer, ihren Wert darzustellen: für die Gesellschaft, aber auch auf individuell-persönlicher Ebene. Dieser Diskurs wurde lange Zeit mit dem Begriff „Bildung“ geführt; derzeit eignen sich Jugendliche bei Angeboten der Jugendarbeit vor allem Kompetenzen an. Diese Art der Beschreibung scheint greifbarer

und damit auch verstehbarer – was ist schon Bildung? Geht damit aus deiner Sicht eine Verengung der Diskussion auf Nutzen und Verwertung einher?

Das ist ein schwierig lösbares Dilemma. In einer Gesellschaft, in der Messbarkeit das Wichtigste zu sein scheint, kann Jugendarbeit, sprich Pädagogik, mit weichen Werten wie **Empathie, Achtsamkeit, Solidarität oder Kommunikationsfähigkeit** kaum mithalten. Obwohl sich (fast) alle einig sind, dass diese Werte für unser Zusammenleben wichtiger sind als außergewöhnlich gute Kenntnisse der Mathematik oder hervorragende Leistungen im Sport, ist deren Stellenwert im gesellschaftlichen Ranking eher niedrig, weil nicht leicht messbar. Nicht zuletzt aus diesem Zusammenhang wurde es notwendig, den „Lernleistungen“, die nichtformale Jugendarbeit ermöglicht, einen Namen zu geben. Das sind dann eben Kompetenzen, Fähigkeiten und Fertigkeiten. Diese Kategorien sind nun auch Basisbegriffe des Nationalen Qualifikationsrahmens und sollen helfen, formal, nichtformal und informell Gelerntes vergleichbar zu machen und so den Stellenwert von z.B. Jugendarbeit sichtbar machen. Eine Verengung kann entstehen, wenn diese Instrumente wiederum ins alte Muster fallen und lediglich der Messung dienen – sie haben aber das Potenzial, ein deutlich differenziertes Bild über persönliche Entwicklung entstehen zu lassen.



Foto: Heli Düringer

Ich möchte noch einmal auf deine Aussage zu Beginn zurückkommen: Das gemeinsame Lernen auf Augenhöhe, das Begleiten, öffnet den Raum für Beziehung zwischen Lernenden. Aus meiner Sicht braucht es hier die Möglichkeit situativ, vielleicht passt sogar der Ausdruck „flexibel“, zu arbeiten. Verträgt sich dieser Anspruch mit einer klassischen Tagesplanung oder sogar Curriculumdenken? Wie können wir uns hier die Planung von Aktionen oder sogar von mehrtägigen Kursen vorstellen?

An dieser Stelle müssen wir meines Erachtens unterscheiden zwischen Angeboten für Kinder und Jugendliche und Ausbildungsangeboten für Menschen, die diese begleiten. Bei Kindern und Jugendlichen geht es sehr um den Moment ... oder wie das in der Pädagogik heißt: um das prozessorientierte Arbeiten. Hier machen curriculare Ansätze wenig Sinn – wohl aber ein gewisser Rahmen,

um Orientierung zu bieten. Dafür finde ich es durchaus wichtig, dass Beg-leiter*innen eine Idee entwickeln, welche Rahmenbedingungen für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen wertvolle Impulse setzen können. Es ist aber nicht zielführend, einen durchstrukturierten Tagesplan abzuarbeiten. Gerade wenn wir von Flexibilität oder Kreativität als in Zukunft wichtige Eigenschaften ausgehen, wird deutlich, dass das gestalterische und selbstbestimmte Handeln in der Freizeit eine zentrale Rolle einnehmen sollte.

Bei der Ausbildung von Menschen, die mit Kindern und Jugendlichen unterwegs sind, halte ich ein Qualifizierungsangebot mit bestimmten Inhalten aber durchaus für sinnvoll. Natürlich bringen Interessierte bereits unterschiedliche Erfahrungen mit - mithilfe eines Curriculums können aber einige der für die Alpenvereinsjugend zentralen Themen verankert werden. So war es mir ein wirklich großes Anliegen, gemeinsam mit den Landesjugendteams die Ausbildung für Jugend- und Familiengruppenleiter*innen weiterzuentwickeln und diese auch zertifizieren zu lassen. Und klar freut es mich, dass unsere Lehrgänge am 24.11.2020 im Nationalen Qualifikationsrahmen (NQR) zugeordnet und auf www.qualifikationsregister.at eingetragen wurden. Die Qualifikation der Beg-leiter*innen ist meiner Meinung nach einer der entscheidenden Bausteine für unseren Bildungsauftrag und auch die Anerkennung und Weiterentwicklung von Jugendarbeit im Alpenverein.

Wir können Gelegenheiten schaffen, in denen Kinder und Jugendliche ein Gefühl für sich, für das, was sie können, für das, was sie noch ausprobieren wollen und für ihre Grenzen bekommen. Dieses Gefühl kann man nur selbst entwickeln – daher „beg-leiten“.



Matthias Pramstaller
Bundesjugendsekretär
der Alpenvereinsjugend



Jürgen Einwanger ist Leiter der Alpenverein Akademie und Bildungsreferent der Alpenvereinsjugend. Seit Projektstart im Jahr 2000 ist er im Leitungsteam von risk'n'fun.

SO BUNT IST UNSERE JUGENDARBEIT

ALPENVEREINSJUGEND EURATSFELD – NIEDERÖSTERREICH

Hi, wir sind die Alpenvereinsjugend Euratsfeld - Juniors (11-14 Jahre). Die Junior-Gruppe gibt es seit Anfang 2020; sie ist aus einem Kinderkletterkurs heraus entstanden, der im November und Dezember 2019 stattgefunden hat. Leider ist uns Corona dazwischengekommen, deswegen waren unsere ersten Gruppenaktivitäten Online-Challenges, die wir über unsere Whatsapp-Gruppe organisiert haben, wie zum Beispiel einen Stock auf den Fußsohlen balancieren und damit am Bo-

den einmal rollen. Bei unserem ersten offiziellen Treffen, das direkt nach dem Lockdown und unter strenger Einhaltung der Hygieneregeln stattfand, haben wir eine GPS-Schnitzeljagd durch unsere Ortschaft gemacht. Seitdem treffen wir uns sehr unregelmäßig - immer wenn eine von uns zwei Betreuerinnen Zeit hat, schreiben wir eine Nachricht mit der geplanten Tätigkeit in unsere Nachrichtengruppe und die Juniors melden sich, wenn sie Zeit und Lust haben, dabei zu sein.



Wenn wir uns treffen, gehen wir entweder bouldern in unseren neuen Boulderraum oder draußen, Seilklettern drinnen oder draußen, wir gehen Klettersteige, zum Mountainbiken, Wandern, Schlauchbootfahren, Schneeschuhwandern, auf Skitour oder was uns sonst noch so einfällt. Im Juli waren ein paar von den Juniors bei ihrer ersten Hochtour dabei und im August fand das (CO₂-freie) Abenteuerwochenende in der Wachau statt.

Eines meiner Highlights mit den Juniors letztes Jahr war sicher das Abenteuerwochenende. Die Juniors sind schon einen Halbtag früher als die jüngeren Teilnehmer*innen per Rad angereist und nach der 60 Kilometer langen Radtour gab's ein Lagerfeuer direkt an der Donau. Der (kurze) Klettersteig, den wir am dritten Tag gemacht haben, wird mir noch lange im Kopf bleiben: Nachdem ihn jede*r - Groß und Klein - einmal durchstiegen ist, hat sich jede*r Junior eine*n jüngere*n Teilnehmer*in als Buddy geschnappt und ist mit ihr/ihm den Klettersteig noch einmal gegangen.

Christina Vanek – Jugendteam Euratsfeld

ALPENVEREINSJUGEND RANKWEIL - VORARLBERG

Ein Zündhölzle für alle Wir Leiter*innen stehen gemeinsam mit den neun- bis dreizehn-jährigen Jugendlichen unserer Gruppe in einem Kreis. Unser bester Mann (Hilfsjockey = Jugendmitarbeiter) Lukas erklärt die Aufgabe: Die Jugendlichen sollen mit diesem einen

Zündholz pro Nase ein Feuer entfachen. Die Feuerstellen sind vorgegeben (es gibt davon eine ganze Menge im Umkreis unseres Alpenvereinsheimes) und ob jede und jeder für sich oder alle gemeinsam wird den Jugendlichen überlassen. Die Mädchen beschließen schnell, dass sie eine Challenge gegen die Jungs wollen. Ganz schön mutig, immerhin sind sie nur zu viert und die Jungs zu zwölf. Klare Sache, dass die Jungs die Herausforderung annehmen. Die Aufgabe zeigt sich knifflig. In den Tagen zuvor hat es geregnet

und das Geäst ist feucht. Die Teams werden erfinderisch. Während die Mädchen gaaaanz dringend auf die Toilette müssen und dann plötzlich das Klopapier flackert, nutzen die Jungs die Gelegenheit, einen alten Flyer in Stücke zu reißen. Wir Leiter*innen drücken ein paar Augen zu.

Wer gewonnen hat? Zweitrangig. Viel wichtiger ist, dass wir schlussendlich gemeinsam ums Lagerfeuer stehen und ein paar herrliche Muffins genießen, die ein Mädchen aus der Gruppe anlässlich ihres Geburtstages mitgebracht hat. Die Jugend der Alpenvereinsjugend Rankweil (Sektion Vorarlberg) trifft sich auf wöchentlicher Basis jeweils für eineinhalb Stunden zur Heimstunde. Meistens wird diese Zeit für Spiel und Spaß im und ums Alpenvereinsheim genutzt.

Anna Meusburger – Jugendteam Rankweil



ALPENVEREINSJUGEND JENBACH - TIROL

Die Familiengruppe der Sektion Jenbach gibt es seit mittlerweile acht Jahren und sie ist besser bekannt unter „BaB“ - Bobbelen am Berg. Namensgeberinnen und Namensgeber sind die damaligen „Gründungs-bobbelen“, die inzwischen bereits die 3. Klasse der Volksschule besuchen und mittlerweile auch tatkräftig von ihren jüngeren Geschwistern unterstützt werden. Wir sind als Familien unterwegs und freuen uns immer wieder auf neue Menschen – von klein (ab Tragealter) bis groß. Es geht darum, gemeinsam Zeit in der Natur zu verbringen, gemeinsam Erfahrungen zu machen und gemeinsame Erlebnisse zu ermöglichen. Dafür bietet unser buntes Jahresprogramm mit ungefähr acht bis zehn Aktionen eine gute Basis. Es gibt Aktivitäten, die in der Zwischenzeit zu jährlichen Fixpunkten geworden sind, weil sie sich großer Beliebtheit erfreuen.

Wir sind unterwegs auf Wanderwegen, im Bachbett, im Wald, am Berg, auf dem Rücken von Ponys, unter den Schwingen von Greifvögeln, an Boulderblöcken, auf dem Rad, mit Rodeln und auf Skiern im Schnee ... und mit Fackeln, Tee, Glühwein und Keksen am vorletzten Abend des Jahres.

Dorothea Loske – Jugendteam Jenbach



ALPENVEREINSJUGEND SILLIAN - TIROL

Hallo, wir sind die Alpenvereinsjugendgruppe der Sektion Sillian in Osttirol! Bei unserer Gruppe machen Kinder von vier bis 14 Jahren mit und wir haben etwa sieben bis acht Veranstaltungen im Jahr. Da die Altersspanne so weit auseinandergeht, machen wir einmal ein Programm für kleinere, dann wieder eine Veranstaltung für größere Kids.

Die Gegend in und um Osttirol ist sehr abwechslungsreich, daher ist auch unser Programm recht unterschiedlich. 2020 veranstalteten wir zum Beispiel ein Jux-Langlauf-Faschingsevent mit vielen lustigen Hindernisparcours, eine Skitour mit einem Bergführer inklusive Piepsübung und einen Mountainbike-Nachmittag, bei dem Geschicklichkeit und Gleichgewicht trainiert wurden. Auch eine Kletterveranstaltung, eine Burgführung und eine Sonnenuntergangstour auf unseren Hausberg standen am Programm.

Im Jahr davor, zum 100-jährigen Jubiläum der Alpenvereinsjugend, übernachteten wir mit unserer Nachbar-Jugendgruppe aus Südtirol auf unserer Sektionshütte. Die Sillianer Hütte wurde letztes Jahr neu renoviert und die Alpenvereinsjugend durfte sie sozusagen "einweihen". Das Lagerfeuer und der anschließende Hüttenabend waren für alle ein unvergessliches Erlebnis!

Da wir nun Schnee in Hülle und Fülle haben, freuen wir uns schon auf viele weitere Winterveranstaltungen hier bei uns in Osttirol!

Franziska Walder – Jugendteam Sillian

ALPENVEREINSJUGEND OTTENSHEIM - OBERÖSTERREICH

Hey, liebe DREI D -Leser*innen, wir sind die Mountainbike-Truppe der Alpenvereinsjugend Ottensheim! Jeden Mittwoch treffen sich rund 20 Kinder und drei bis vier Betreuer*innen im Rodlgebiet zum gemeinsamen Training. Unsere jüngsten Biker*innen sind sechs und die ältesten schon fast 12 Jahre alt. Meist sind die Jungs leicht in der Überzahl, aber das kann unsere coolen Mädels nicht beeindrucken! Gerne bauen wir uns lässige Parcours mit Europaletten und Schalfeln oder cruisen auf den „Trails“ der Donauauen über Stock und Stein. Zum Abschluss machen wir meist ein Spiel, wie zum Beispiel: Zwei Kids fahren mit einem kurzen Seil in der Hand über den Parcours, machen ein Schneckenrennen oder wir bauen uns einfach ein paar Rampen und jumpen so lange, bis die Eltern die Kinder wieder



abholen. Ob bei lustigen Spielen im Techniktraining oder auf kleinen Biketouren über Wald- und Wiesenwege, wir sind immer auf der Suche nach einem kleinen Abenteuer. Eine Aktion ist uns noch sehr gut in Erinnerung: An einem heißen Sommertag fuhren wir mit unseren Bikes durchs Wasser auf eine Schotterbank in der Donau, das war vielleicht ein Riesenspaß!

Heinz Zechner, Jugendteamleiter AV Linz OG Ottensheim und Mitarbeiter im Landesjugendteam Oberösterreich



ALPENVEREINSJUGEND MÖDLING - NIEDERÖSTERREICH

Hallo, mein Name ist Gerlinde und ich bin die Jugendteamreferentin beim Alpenverein Mödling. Wir organisieren ein- bis zweimal pro Monat Ausflüge unterschiedlichster Art für zwei fixe Gruppen. Die Frischlinge (0-4 Jahre) gehen mit dem Kinderwagen in die Natur. Eine Spinne, ein Käfer und eine Raupe, mit der Becherlupe betrachtet, bringt auch ein quirliges Kleinkind für einen Moment ins ruhige Staunen. So werden Erfahrungen auch für Erwachsene spürbar. Mit den Eichhörchen (4-10 Jahre) geht es dann schon mal zackiger voran. Hier entdecken wir die Natur auf abenteuerliche Weise! Mal fahren wir mit dem Kanu oder Raftingboot durch einen Fluss - z.B. die Donau - oder wir seilen die Kinder in eine Höhle ab. Die Wilden Wiesel (ab 10 Jahre) gehen schon alleine mit uns auf Tour, wie z.B. über den Klettersteig Mödling oder auf eine Bachwanderung. Egal, welchem Abenteuer wir uns stellen, geht es darum, den Kindern die Natur als schützenswert und lebenswert näherzubringen. Und dass sie dabei lernen, eine Gemeinschaft in der Gruppe aufzubauen, die tiefe Beziehungen fördert, und sich ausprobieren, ihre Grenzen testen und dabei Spaß haben.

Die letzte coole Aktion vor dem zweiten Lockdown war ein Ausflug auf die Mödlinger Hütte. Die Idee entstand ein Jahr zuvor durch eine kurze Bemerkung unseres Wegewarts: „Wir können ja mit den Kindern mal Wegarbeiten machen“. Auch wenn der erste Gedanke - „Mein Kind mit einer Axt oder Säge?“ - einen als Elternteil erschauern lässt, so folgt: „Ja, warum nicht? Mut zum Abenteuer!“ Weg aus der Komfortzone und hin zu einem Erlebnis der besonderen Art. Eine Gruppe von Kindern hat an einem Wochenende einen Weg entwässert und Wege ausgeschnitten bzw. neu markiert. Die Kinder waren voll in ihrem Element und ehrgeizig, mit Spitzhacke und Schaufel richtig was voranzubringen! Unser Mut zum Risiko hat sich bezahlt gemacht! Seid ihr nächstes Mal auch dabei?



Gerlinde Koll – Jugendteam Mödling

ALPENVEREINSJUGEND LEOGANG - SALZBURG

Servus erstmals aus dem Pinzgau! Ich darf euch von unserer Waldgruppe in der Sektion Leogang berichten: Wir sind mittlerweile zwei Gruppen mit je 15 Kids im Volksschulalter plus acht Betreuer*innen und treffen uns einmal im Monat. Wir sind gemeinsam unterwegs im Lebensraum Wald, manchmal aber auch im Flussbett, in der Wiese, oder im Bach zu finden. Den Wald als Lebensraum zu entdecken und wertzuschätzen, ist das Motto der Waldgruppe. Nur wenn unsere Kinder die Möglichkeit haben, Mutter Natur, den Wald, die Wiesen und unsere Berge wirklich kennenzulernen, werden sie alles tun, um sie zu schützen. Dabei werden Tiere und Pflanzen untersucht, Waldtipis gebaut, wir machen Fackelwanderungen, schmücken den Wald zu Weihnachten für die Tiere oder bauen eine Waldkrippe. Wir bauen gemeinsam Iglus, gehen auf Fährtsuche, basteln mit Naturmaterialien, bauen Waldkugelbahnen, färben Ostereier mit Wiesenkräutern, „verstecken“ bemalte Steine, besuchen Imker, lauschen spannenden Geschichten und spielen inmitten der Natur.

Aber was wäre die Waldgruppe ohne Lagerfeuer? Ganz besonders interessant wird's, wenn wir mit dem Feuerstein das Feuer entzünden, unsere Stecken für Würstel selber aus dem Wald holen und sich jeder und jede als Schnitzmeister versuchen darf. So wird jeder Waldnachmittag zum besonderen Abenteuer!

Karina Strobl – Jugendteam Leogang



ALPENVEREINSJUGEND ST. GILGEN - SALZBURG

Hi, ich bin Vera und wir sind die Bergfexe-Gruppe der Alpenvereinsjugend Sektion St. Gilgen. Unsere Kinder und Jugendlichen sind zwischen fünf und 14 Jahre alt. Bei uns gibt's auch eine kleine Familiengruppe mit Kindern von null bis fünf Jahren. Wir treffen uns regelmäßig ein- bis zweimal im Monat. Je nachdem, was die Rahmenbedingungen (Corona...) gerade zulassen, gestalten wir unser Programm. Im März und April haben wir uns online getroffen, da sind Knotenkunde und Spiele am Programm gestanden. Wenn gerade kein Lockdown ist, lieben wir es, indoor und outdoor klettern zu gehen. Am liebsten sind wir im Klettergebiet am Plombergstein. Wir treffen uns auch regelmäßig zu abenteuerlichen Wanderungen. Auf der Weißwand kann man super rodeln – das machen wir einmal im Winter. Im Sommer bieten wir auch Aktivitäten am Wasser an; dieses Jahr waren wir zum Beispiel Stand-up-Paddeln bei uns am Wolfgangsee. Am meisten lieben wir das Hüttenwochenende, das jährlich im Juli stattfindet. Dieses Jahr haben wir eine ganze Woche Feriencamp auf der Ferienwiese in Weißbach geplant.

Das Hüttenwochenende im Juli 2020 war eine der coolsten Aktionen – daran erinnere ich mich sehr gerne. Mir hat am meisten gefallen, wie engagiert sich die Jugendlichen aus unserer Gruppe in die Organisation eingebracht haben. Sie haben (trotz des massiven Regenwetters) ein buntes Programm zusammengestellt: eine Schnitzeljagd, eine Rätsel-Rallye, eine Wanderung - und es wurde sogar ein Film gedreht! Gerade weil wir uns so wenig gesehen haben dieses Jahr, war dieses Wochenende umso schöner und intensiver.

Vera Kadletz – Jugendteam St. Gilgen

ALPENVEREINSJUGEND TEXING - NIEDERÖSTERREICH

Wir haben ein sehr vielfältiges Programm bei uns in Texing, diese „eine“ Jugendgruppe gibt es bei uns nicht. Vielmehr sind es einzelne größere Events, welche mit den monatlichen Treffen zusammengefügt werden. Diesen ganzen „Kosmos“ nennen wir Jugendgruppe Salamander und so wird es auch nach außen kommuniziert. Den Vorteil sehen wir darin, dass sich jede/r Betreuer*in mit ihren/seinen einzelnen Fähigkeiten und Vorlieben einbringen kann und

somit das Jugendprogramm positiv mitgestalten kann. Unsere Jugendarbeit ist sehr vielfältig und das ganze Jahr über spannend. Im Winter gibt es seit Jahrzehnten unseren Skikurs, der für drei Tage am Hochkar über die Bühne geht. Bei jedem Wetter sind die Kinder mit voller Freude auf den Pisten unterwegs. Das zweite Jahreshighlight findet in Wildalpen statt, das Abenteuerlager.

Fünf Tage lang campieren wir am Ufer der Salzach. Wir raften, klettern, wandern oder chillen ganz einfach am

Lagerplatz. Natürlich haben wir auch mehrere Klettergruppen. Es gibt zwei Anfänger- & eine Fortgeschrittenen-Gruppe, welche sich alle 14 Tage trifft. Auch bei uns hat der Lockdown die Jugendarbeit eingeschränkt. Bei den Klettergruppen sind wir auf Distance-Learning umgestiegen. Wir haben den Kindern ein Set mit Seil, Gurt, Schuhen und Sicherungsgerät vor die Haustür gestellt und posten jetzt regelmäßig selbstgedrehte Videotutorials zum Thema Kletter- & Sicherungstechnik in unsere Whatsapp-Gruppe.

Unter dem Jahr gibt es zusätzlich, um den Kontakt zwischen den Jahreshighlights nicht zu verlieren, unsere monatlichen „Salamander-Treffen“. Wir unternehmen hier unterschiedlichste Aktivitäten wie Flusswanderungen, Sternentrekking oder auch eine Hütten-Weihnachtsfeier. Das Naturerlebnis steht hier im Vordergrund. Begleitet werden all diese Aktivitäten mit einem Stempelpass. Jede Aktivität wird eingetragen und bei der Jahreshauptversammlung bekommt jedes Kind mit vollem Stempel-Pass ein kleines Geschenk überreicht. Der letzte lustige Moment, an den ich mich gern zurückerinnere, ist jener am Abenteuerlager, als wir Betreuer*innen von den Kindern im Zuge des „bunten Abends“ parodiert wurden. Ein unvergesslicher Moment, der uns auf nette Art gezeigt hat, dass den Kindern das Lager gefallen hat!

Gregor Leitner – Jugendteam Texing



ALPENVEREINSJUGEND WARTBERG IM MÜRZTAL - STEIERMARK

Jugendarbeit bei uns im Verein sieht so aus: Im Winter gehen wir jede Woche am Freitag in der Kletterakademie klettern. Zuerst eineinhalb Stunden mit kleinen Kindern und ihren Eltern. Anschließend klettern dann ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene gemeinsam. Bei uns ist das dann eher ein freies Klettern, an dem jede/r teilnehmen kann und es ergibt sich immer ein perfektes Zusammenspiel der unterschiedlichen Altersgruppen. Ansonsten ver-

suchen wir immer, ein breites Spektrum an Ausschreibungen in unserem Jahresprogramm zu haben.

Vom gemeinsamen Rodeln in den Weihnachtsferien über Langlaufen, Skifahren und Wandertouren im Winter bis hin zu Kombibergtouren mit unserem Alpineteam (Klettersteig und wandern). Bei unseren Veranstaltungen sind des Öfteren Kinder, Jugendliche und Erwachsene zusammen unterwegs. Die Älteren nehmen auf die Jüngeren Rücksicht und es ergeben sich immer wieder sehr lustige Ge-

sprache und Situationen. Es ist jedes Mal eine Bereicherung, zusammen unterwegs zu sein und großartige Erlebnisse zu teilen.

Auch ausgefallene Aktivitäten wie Escape-Room oder Paintball-Spielen haben wir schon ausgeschrieben. Ich denke, ich spreche für alle, wenn ich sage: Es ist das Wichtigste, gemeinsam ein schönes Erlebnis zu teilen, an das man gerne zurückdenkt und das einem ein Lächeln ins Gesicht zaubert.

Uwe Schwarz – Jugendteam Wartberg im Mürztal



WAS HAT KLETTERN JE FÜR UNS GETAN?

Über die pädagogischen Potenziale beim Klettern

Text — David Kupsa, Fotos — Jugendteam Hohe Munde



Der Kletterboom ist ungebrochen, Kletter- und Boulderhallen sprießen wie Schwammerl aus dem Boden und bei so manchem beliebten Klettergarten muss man früh dran sein, um die begrenzten Liegestühle rechtzeitig mit seinem Badetuch zu markieren. Damit einher geht eine Professionalisierung, die nicht nur den Leistungssport, sondern auch den Hobbybereich und den Alpenverein erreicht hat. Viele unserer Sektionen profitieren von der großen Nachfrage nach Kletterkursen und dem Zulauf von neuen kletterhungrigen jungen Mitgliedern.

Frei nach Monty Python frage ich euch also, neben den ganzen positiven Aspekten wie den vielen Trainingsmöglichkeiten, der Zeit draußen in der freien Natur, den spannenden Kletterreisen in andere Länder, den vielen neuen Mitgliedern im Verein, den vielzähligen gesundheitlichen Vorteilen und dem Spaß, ...

... WAS SONST HAT KLETTERN JE FÜR UNS GETAN?

Diese natürliche Art der Fortbewegung ist uns in die Wiege gelegt bzw. nützen wir diese schon recht früh, um aus ebendieser zu entfliehen. Unsere Kletterstunden in der Halle, unsere Ausflüge in die Klettergärten und unsere alpinen Abenteuer bieten über die oben erwähnten positiven Aspekte hinaus jede Menge Potenzial, Kindern und Jugendlichen so einiges mit auf den Weg zu geben.

Man geht nicht nach dem Klettern zum Kaffeetrinken, Kaffeetrinken ist integraler Bestandteil des Kletterns. (Wolfgang Güllich)

Doch was versteckt sich eigentlich hinter dem sprichwörtlichen Kaffee, der, laut Wolfgang Güllich, integraler Bestandteil des Kletterns ist? Und welche pädagogischen Potenziale schlummern im vermeintlich simplen Klettern?

KLETTERKIDS SIND MUTIG

Ausnahmen (wie ich) bestätigen die Regel. Auf Nichtkletterer und Nichtkletterinnen mag unser Tun manchmal angsteinflößend wirken: Stürze, Steinschlag, jede Menge Luft unterm Hintern, Abschürfungen und blutige Finger. Warum tut man sich das an? Im vermeintlich geschützten Rahmen der Kletterhallen sind die Berührungsängste dann doch nicht mehr so groß und so gut wie alle Aspirant*innen überwinden ihren anfänglichen Respekt und die vormals oft selbst diagnostizierte Höhenangst. Nach den ersten Toprope-Versuchen fragen Kinder oft, warum die anderen Kletterinnen und Kletterer das Seil selbst einhängen. Sofort wollen sie dann Vorstieg klettern. Sind die Hände auch noch so klein, die Abstände noch so groß, ein Sturzrisiko wird mutig in Kauf genommen.

Wer mit Kindern im Klettergarten unterwegs ist, kennt die Situation: In einer Kletterroute versucht ein Kind bereits seit einer gefühlten Ewigkeit, das Seil in die Expressschlinge zu klinken. Immer und immer wieder wird Seil nachgeholt, diese und jene kreative Lösung probiert, es werden die Hände gewechselt, geschüttelt, die Kräfte lassen nach, wieder fällt das Seil, wieder wird es mühsam hochgeholt und in dem Moment, wenn man glaubt es geht nicht mehr, *klick*, ist es geschafft. Das stolze Lächeln des Kindes verrät, dass es mit sich und der gemeisterten Herausforderung mehr als zufrieden ist. Auch der Puls des/der Begleiter*in am Boden beruhigt sich wieder. Zwei Meter höher beginnt das Spiel wieder von Neuem.

Egal, ob Kletterhalle oder Nordwand: Die verschiedenen Handlungsfelder beim Klettern bieten Kindern und Jugendlichen unzählige Möglichkeiten, aus einem oftmals überbehüteten und risikolosen Alltag auszubrechen. Wir als Alpenvereinsjugend begleiten dabei, schaffen die

passenden Rahmenbedingungen und unterstützen, wenn notwendig. Die Kinder und Jugendlichen suchen sich ständig neue Herausforderungen und sind bereit, dafür Risiken einzugehen. An neuen Herausforderungen können sie wachsen. Spätestens wo Risiko zu Gefahr wird, sind wir gefordert, einzugreifen.

Welche positive Risikoerfahrung deiner Kinder und Jugendlichen ist dir besonders in Erinnerung geblieben?

KLETTERKIDS LIEBEN VERANTWORTUNG

Okay, lieben ist vielleicht ein zu starkes Wort. Riskante Entscheidungen für sich selbst zu treffen, ist eine Sache. Doch beim Klettern sind wir, zum Glück, selten alleine unterwegs. Da bleibt es nicht aus, Verantwortung für andere zu übernehmen. Bereitwillig stellen sich bereits kleine Kinder dieser Aufgabe und sichern selbstbewusst ihre Kletterpartner*innen. Draußen auf Klettertour gilt es, Entscheidungen zu treffen, die nicht nur mich selbst, sondern auch meine Freunde bzw. Freundinnen betreffen. Welche Route suchen wir aus? Wie legen wir den Zustieg an? Wer übernimmt die Führung in einer schwierigen Seillänge? Wer richtet den Abseilstand ein? Welches ist der beste Abstieg für die Gruppe? Hält das Wetter oder sollen wir besser umkehren?

Viele dieser Entscheidungen sind nicht alleine zu treffen. Handlungen und Entscheidungen fallen wir bewusster, wenn es dabei auch um andere geht. Unsere Kinder und Jugendlichen sollen sich, wenn sie dann ohne uns mit ihren Freunden und Freundinnen unterwegs sind, trauen, diese Verantwortung zu übernehmen. Deshalb müssen wir ihnen dazu, während unserer gemeinsamen Zeit am Fels, auch die Gelegenheit zum Üben geben.

Wir als Jugendleiter*innen und Familiengruppenleiter*innen müssen lernen, Verantwortung abzugeben, um diese zu ermöglichen. Auch wenn uns das manchmal schwerfällt. Umso schöner ist es dann, mitanzusehen, wenn ehemalige Kletterkids aus ihrer Rolle herauswachsen, Ausbildungen besuchen und mit ihrer eigenen Gruppe draußen unterwegs sind. Sie übernehmen bereitwillig Verantwortung für die Begleitung der nächsten Generation. Wir müssen sie nur lassen.

Welche inspirierenden Momente, in denen deine Kinder und Jugendlichen beim Klettern Verantwortung übernommen haben, fallen dir ein?

KLETTERKIDS SIND ACHTSAM

Okay, das klingt zu schön, um wahr zu sein. Obwohl, bei genauerem Hinsehen ist da schon was dran. Klettern mag zwar Einzelsport sein, doch sind wir eng mit unserer eigenen und der Gefühlswelt der anderen verbunden. Die Stimmung hat große Auswirkung auf die Kletterperformance und die Gefühle unserer Kletterpartner*innen lesen wir oft – wie die Züge einer Route. Bei den ersten Kletterzügen lässt sich oft bereits erkennen, wie es um meinen Partner oder meine Partnerin heute bestellt ist. Kinder merken in der Regel instinktiv, wenn sich jemand fürchtet und teilen uns Begleiter*innen das auch mit. Sind

die Züge eher zaghaft und ängstlich, ist die Tour vielleicht zu schwierig oder er bzw. sie ist mit dem Kopf heute nicht so ganz bei der Sache. Durch gutes Zureden, Anfeuern, Tipps-Geben oder einfach durch konzentriertes Sichern helfen wir einander aus. Wir freuen uns gemeinsam, wenn eine Route geschafft oder ein Boulderproblem geknackt wurde. Wenn es mal nicht so läuft, bauen wir uns gegenseitig auf. Nur mit Achtsamkeit und Einfühlungsvermögen kann ich Stimmungen erkennen, die mein Gegenüber so noch gar nicht ausgesprochen hat. Das kann beispielsweise helfen, eine schwierige Tour rechtzeitig abubrechen oder sich bereits im Vorhinein für andere Ziele zu entscheiden. Wichtig ist dabei, auch vor den Kindern und Jugendlichen mit der eigenen Gefühlswelt nicht hinter dem Berg zu halten. Wer immer selbst den starken Mann oder respektive die Frau gibt, kann nicht erwarten, dass seine Kinder das einmal anders machen. Eine Begleitung auf Augenhöhe ist die Basis dafür.

Was bedeutet für dich Begleitung auf Augenhöhe?

KLETTERKIDS LERNEN FÜRS LEBEN

Klingt etwas überspitzt, ist aber so. Nach diesem Lobgesang aufs Klettern sollten Kinder wohl weniger die Schulbank drücken und mehr klettern gehen. Die beim Klettern erlernten Soft Skills sind jedenfalls auch in anderen Lebenssituationen hilfreich. Egal, ob in der Familie, im Umgang mit Freunden und Freundinnen, in der Schule oder im Beruf und vielem mehr. Im Gegensatz zur Erlebnispädagogik ist es in der Alpenvereinsjugend zwar nicht primär unsere Aufgabe, klettern zu gehen, um ein bestimmtes Ziel zu erreichen oder vorab festgelegte Kompetenzen zu fördern. Doch sollten wir uns die pädagogischen Potenziale des Kletterns immer wieder bewusst machen. Wenn wir es verabsäumen, diese Handlungsräume zu eröffnen, haben wir den Kindern und Jugendlichen potenzielle Wachstumschancen vorenthalten.

Was hat dich das Klettern gelehrt?

KLETTERKIDS LIEBEN KAFFEE

Nein, Kletterkinder lieben natürlich Kakao. Was Wolfgang Güllich mit dem Kaffee wohl meinte, ist, dass die Gemeinschaft beim Klettern auf keinen Fall zu kurz kommen darf. Wir in der Alpenvereinsjugend schaffen ein Umfeld, in dem Kinder und Jugendliche aus ihrem oft sehr durchgeplanten Alltag entfliehen können. Unter Gleichgesinnten dürfen und sollen sie sich auch mal austoben, einfach Spaß haben und ganz sie selber sein dürfen. Und wenn sie, Gott bewahre, mal keine Lust zum Klettern haben, dann gehen wir halt Kakao trinken.



David Kupsa ist pädagogischer Mitarbeiter in der Alpenvereinsjugend und für das Junge Alpinisten-Projekt verantwortlich.

BACK? TO THE FUTURE!

Gedanken weiterspinnen



*Ich hasse das Virtuositentum
wie in der Arbeit,
wie in den Bergen,
so auch in der Musik.*

Zitat Julius Kugy, Bildvorlage OeAV LB 72.14_34
Zusammenstellung u. Bearbeitung Michael Guggenberger.

NÄCHTE DRAUSSEN



Text & Fotos — Gerhard Mössmer

Im Gegensatz zu Tagen draußen können uns Nächte draußen – insbesondere, wenn sie ungewollt und unfreiwillig am Berg stattfinden - ganz schön in Schwierigkeiten bringen. In solchen Situationen entscheiden Know-how und die richtige Ausrüstung darüber, ob man das nächtliche Biwak am Berg unbeschadet übersteht oder nicht. Was es beim Biwakieren zu beachten gilt, wollen wir später näher beleuchten. Zuvor werfen wir kurz einen Blick darauf, was wir tun können, damit wir erst gar nicht in die Notsituation kommen.

BIWAK VERMEIDEN! SCHLÜSSELFAKTOREN ZEIT, SCHWIERIGKEIT UND EIGENKÖNNEN SOWIE VERHÄLTNISS UND WETTER

Wie so oft liegt der Erfolg bei anspruchsvollen und langen Touren in einer realistischen Planung, bei der wir folgende Punkte genau und ehrlich zu uns selbst abklären:

Check Zeitplan und Wetterbericht! Passen Aufbruchszeit und veranschlagte Gesamtzeit zu Wetterbericht, Länge und Schwierigkeit der Tour? Detail am Rande: Von einer Kaltfront sollte man heutzutage ebenso wenig überrascht werden wie von der Dunkelheit.

Check Schlüsselstellen und Selbsteinschätzung! In welchen Abschnitten liegen die Schwierigkeiten der Tour? Sind diese eher am Beginn oder am Ende? Sind wir diesen gewachsen und wenn ja, wie schnell werden wir vorankommen?

Check die Verhältnisse! Wie sind die Verhältnisse im Auf- und Abstieg und mit welchen unvorhergesehenen Faktoren - wie z. B. schwierige Orientierung - müssen wir rechnen und sie in der Zeitplanung mitberücksichtigen? Kommen wir am Berg in Bedrängnis, ist dafür immer (außer bei Unfällen) eine Fehleinschätzung einer oder mehrerer dieser Punkte ausschlaggebend.

WIE BIWAKIEREN?

Grundsätzlich müssen wir vorweg zwischen Notbiwak und geplantem Biwak unterscheiden. Das geplante Biwak beziehen wir dann, wenn sich eine Bergtour nicht in einem Tag bewältigen lässt und dabei keine Hütteninfrastruktur zur Verfügung steht. In der Regel stellt das geplante Biwak, außer einem schwereren Rucksack, keine besonderen Herausforderungen dar, da man 1. solche großen Touren nur unternimmt, wenn Wetter und Verhältnisse passen, 2. man die entsprechende Ausrüstung wie Isomatte, Schlafsack, warme Kleidung, Kocher und Proviant mit dabei hat und 3. man relativ genau weiß, wo man biwakieren wird, denn in den meisten Routenbeschreibungen sind Übernachtungsmöglichkeiten schon eingezeichnet. Dort trifft man dann auch häufig auf bereits vorbereitete Biwakplätze.

Das Notbiwak hingegen müssen wir ungeplant – also unfreiwillig – machen, wenn wir zum Beispiel in die Dunkelheit oder in einen Wettersturz geraten, verletzt oder erschöpft sind oder aufgrund der Schwierigkeiten nicht mehr weiterkommen – also „blockiert“ sind. Solche Notsituationen können ohne Schutzmaßnahmen vor Wind, Kälte, und Niederschlag potenziell lebensbedrohlich werden. Ein gut eingerichtetes Notbiwak kann Schlimmstes verhindern.

DIE RICHTIGE NOTFALL-AUSRÜSTUNG IST ELEMENTAR.

Um eine Nacht im Freien im Hochgebirge unbeschadet zu überleben, ist eine entsprechende Notfallausrüstung essenziell. Dazu gehören ein Zwei-Personen-Biwaksack (bzw. pro zwei Gruppenmitgliedern einer), idealerweise mit einer Öffnung zum Überstülpen und einer zweiten Öffnung auf der gegenüberliegenden Seite für die Frischluftzufuhr. Ebenfalls unverzichtbar ist eine Alu-Rettungsdecke pro Person, die in der sogenannten Windeltechnik¹⁾ über den Kopf und unter die Jacke gestülpt, den Körperkern vor Auskühlung schützt. Zudem gehören eine Mütze und eine leichte Daunenjacke bei jeder anspruchsvolleren Hochtour für Notfälle in den Rucksack. Bei größeren Touren, wo wir eventuell sogar mit einem Biwak rechnen müssen, und speziell im Winter kann eine Ready HeatTM Wärmeweste²⁾ wertvolle (Überlebens-)Dienste leisten. Sie besitzt eingearbeitete Wärmeelemente, die beim Öffnen mit Sauerstoff reagieren und über acht Stunden eine Temperatur von 40 Grad Celsius halten.

WEITERFÜHRENDE INFOS:

1. **Wärmeerhalt**
www.alpenverein.at/portal/bergsport/sicheramberg/alpinmedizin/index.php
Bergundsteigen #106 / Frühling 2019 / Know-how Notbiwak, S. 80 ff.

2. **Ready HeatTM Wärmeweste**
www.medicalscg.de/at/



Ohne Biwaksack kann eine Nacht im Gebirge lebensbedrohlich werden. Hat man zumindest eine Alu-Rettungsdecke im Erste Hilfe-Paket mit dabei, kann man diese oberhalb der untersten Bekleidungsschicht in der Windeltechnik verwenden. Zudem zieht man nach dem Zwiebelprinzip alles an, was zur Verfügung steht. Wichtig ist dabei, dass wir nasse Kleidungsstücke vom Körper entfernen und uns gegen Kälte vom Boden schützen. Dabei kann z.B. der Rucksack als Isolation dienen.



Mit Biwaksack ist die Chance – insbesondere bei Niederschlag – die Nacht gut zu überstehen, deutlich höher.



Der richtige Standort spielt eine entscheidende Rolle: Sicher vor alpinen Gefahren, windgeschützt und im besten Fall trocken, sind die wesentlichen Kriterien. Ist der Platz absturzfähig, bleiben wir gesichert.



In einem Panzerknacker ist genug Platz für die gesamte Gruppe, um die Nacht unbeschadet zu überstehen. Voraussetzung: Man beginnt rechtzeitig mit dem Bau.

RECHTZEITIG HANDELN

Die „Flucht nach vorne“ hilft selten. Erfahrungsgemäß macht sie die Situation am Berg meist nur schlimmer. Besser ist es, sich die Notlage einzugestehen und frühzeitig, nicht erst in der Dämmerung, den Notruf abzusetzen bzw. mit der Suche nach dem richtigen Standort für die bevorstehende Nacht zu beginnen und sich das Biwak gut einzurichten. Bei Dunkelheit, völlig ausgepowert und verschwitzt, ist es schwierig, sich adäquat auf eine lange, kalte Nacht vorzubereiten.

STANDORT

Mindestens genauso wichtig wie die richtige Ausrüstung ist ein geeigneter Platz. Dieser muss – insbesondere bei Starkregen, Gewitter oder Schneefall – frei von alpinen Gefahren wie Steinschlag, Muren, Lawinen oder Blitzschlag (weg vom Grat) sein. Im besten Fall ist der Biwakplatz trocken und windgeschützt, z. B. unter Felsvorsprüngen. Ist der einzige Platz, den wir vorfinden, windexponiert, kann mittels Steinen ein Windschutz (kleine Mauer) errichtet werden. Bei Absturzgefahr - etwa in einer Wand oder am Grat – müssen wir auch während der Nacht gesichert bleiben.

AUSKÜHLUNG VERMEIDEN

Während der Nacht ist es wichtig, dass wir eine mehr oder weniger starke Unterkühlung (Hypothermie) vermeiden. Dies gelingt uns am besten - wie beschrieben - mittels Biwaksack und Alu-Rettungsdecke. Dabei ist es effizienter, wenn zwei Personen in einem Biwaksack liegen und sich so gegenseitig wärmen. Nasse Kleidung muss unbedingt vom Körper, alle anderen zur Verfügung stehenden Kleidungsstücke ziehen wir – dem Schichtprinzip entsprechend - selbstverständlich an. Isolation von unten erreichen wir, indem wir uns auf die Rucksäcke und – falls vorhanden - Seile setzen bzw. legen. Gelingt es nicht, uns durch Isolationsmaßnahmen warmzuhalten, bleibt uns nur mehr Bewegung bzw. gegenseitige Massage, um eine Unterkühlung zu vermeiden.

NOTBIWAK IM WINTER

Eine besondere Herausforderung stellt ein Biwak im Winter dar. Natürlich gelten dieselben Grundregeln (siehe oben), aber durch die längere Dunkelheit und die viel tieferen Temperaturen – ein rascher Temperaturabfall innerhalb weniger Stunden in den zweistelligen Minusbereich ist die Regel – kann noch

schneller eine lebensbedrohliche Situation entstehen. Einen Vorteil haben wir allerdings im Winter auch: Mit Schnee steht uns ein gut geeigneter, isolierender Baustoff zur Verfügung. Entgegen früherer Lehrmeinungen sind aber Schneehöhlen in Wechten oder Windkolken bei starkem Wind bzw. Sturm durchaus problematisch, wie dies leider auch Unfallbeispiele³⁾ zeigen: Der Wind bläst den Schnee zum einen permanent ins Lee und verschließt die Höhle, zum anderen führt der kalte Wind während des Ausgrabens zu viel schnellerer Auskühlung.

PANZERKNACKER-BIWAK

Eine bessere und standortunabhängige Möglichkeit, die Nacht im Winter unbeschadet zu überstehen, ist das sogenannte Panzerknacker-Biwak⁴⁾. Auch hier ist es wichtig, dass der Eingang nicht im Lee liegt, denn dies hätte zur Folge, dass der Innenraum mit Triebschnee vollgeblasen wird. Besser ist es, die Öffnung 90 Grad zur Windrichtung anzuordnen.



An einem lawinensicheren, möglichst windgeschützten Standort wird rechtzeitig mit dem Biwakbau begonnen. Dafür wird der Boden verdichtet, die Rucksäcke werden auf einen Haufen gelegt und mit einem Biwaksack abgedeckt. Anschließend werden die Rucksäcke so lange mit Schnee – dieser wird immer wieder verdichtet – zugeschaufelt, bis eine ausreichende Überdeckung entsteht.



Nun wird – 90 Grad verdreht zur Windrichtung – eine Öffnung gegraben und die Rucksäcke werden herausgeholt. Abschließend wird die Höhle im Inneren so vergrößert, dass alle darin Platz finden.

WELCHER BIWAKSACK FÜR WELCHEN ZWECK?

Art der Tour (Berglauf, Klettertour, Skitour, Mehrtagestour, Expedition, ...), Gegend (vielleicht begangen, entlegen, außeralpin, ...) sowie Verwendungszweck (geplantes Biwak, Notbiwak, Pausen, ...) und letztendlich die Zusammensetzung der Gruppe (allein, privat, geführt, ...) entscheiden darüber, welche Art von Biwaksack am besten für die jeweilige Unternehmung geeignet ist und jedenfalls mit dabei sein sollte.

DER MINIMALISTISCHE

Für einfache Tagestouren, bei denen es sehr unwahrscheinlich ist, dass Notsituationen auftreten, oder für Klettertouren, bei denen jedes Gramm zählt, ist ein ultraleichter Biwaksack das Mittel der Wahl. Frei nach dem Motto „besser wie nix“ überzeugt er durch sein extrem geringes Gewicht und Packmaß. Durch die Silberbeschichtung auf der Innenseite bietet er – vergleichbar mit einer Alu-Rettungsdecke (und in Kombination mit dieser) - bis zu einem gewissen Maß Schutz vor Kälte und durch die PU-Beschichtung außen Schutz vor Niederschlag. Definitiv nicht geeignet ist ein Ultralight-Biwaksack für diverse Abtransporte (Biwaksackschleife, etc...), der aber ohnehin nur im äußersten Notfall angewendet werden soll. Der Biwaksack ist sowohl in Ein- als auch in Zwei-Personen-Ausführung erhältlich.

Ultralite Bivi Double von Mountain Equipment: Gewicht 180 g, Maße (L x B): 213 x 152 cm, Packmaß (L x B) 12 x 6 cm, Preis: ca. 30 €. Bivy Ultralight von Ortovox: Gewicht 150 g, Packmaß (L x B) 9 x 5 cm, Preis: ca. 25 €.

DER UNIVERSELLE

Dieser Biwaksack ist praktisch für jede Unternehmung geeignet. Klar ist er um einiges schwerer als ein Ultralight, dafür ist er robuster und kann durch seine seitlichen Befestigungsösen und das verarbeitete, reißfeste Ripstop-Gewebe sowohl als Biwaksackschleife als auch als Segel (Tarp) verwendet werden. Besonders bei winterlichen Touren und jenen in entlegenen, außeralpinen Gebieten kann er seine Vorteile ausspielen. Zusätzliches Feature: Bei der Jause kann er auch als Sitzpolster verwendet werden.

Zwei-Personen-Biwaksack von Pieps/ ÖAV: Gewicht 500 g, Maße (L x B): 190 x 138 cm, Packmaß (L x B) 24 x 8 cm, Preis: ca. 85 €.

DER LUXURIÖSE

Für Tourenführer*innen ist das Biwakzelt – das sogenannte Bothy - eine echte Alternative. Je nach Ausführung bietet es Platz für vier bis sechs Personen. Durch die seitlichen Belüftungstutzen kann das Biwakzelt über die ganze Gruppe gestülpt werden. Einige Modelle haben zudem ein transparentes Fenster für Wetterbeobachtungen. So dient es nicht nur für Notfälle, sondern kann auch als Wind- und Wetterschutz für Pausen genutzt werden. Hat man als Leiter*in so ein Teil dabei, werden das die Teilnehmer*innen spätestens bei einer wohligen Jause im Inneren des Zeltes gehörig honorieren. Nachteil: Bothys sind unten offen und eignen sich deshalb nur bedingt zum hineinlegen.

Munro Bothy 4 von MSR: Gewicht 670 g, Maße (L x B): 152 x 142 cm, Packmaß (L x B) 23 x 15 cm, Preis: ca. 150 €, Group Shelter 4 Bothy von RAB: Gewicht 620 g, Maße (L x B): 145 x 145 cm, Packmaß (L x B) 23 x 15 cm, Preis: ca. 65 €



3. Tödliches Biwak am Warscheneck
analyse:berg Winter 2013-14
Biwakieren im winterlichen Hochgebirge, W. Würtl

4. Biwakieren im Winter
Bergundsteigen 1/2012
Panzerknackerbiwak, W. Würtl
und P. Plattner, S. 84 ff.

5. Zelten und Biwakieren im alpinen Ödland
www.alpenverein.at/portal/natur-umwelt/bergsport_umwelt/zelten-biwakieren.php



Gerhard Mössmer ist Berg- und Skiführer, Mitarbeiter in der Abteilung Bergsport und zuständig für Lehrschriften und Lehrteam.

EHRENFRAU UND EHRENMANN IM TIERREICH

Text — Birgit Kantner

Richtig gehört! Auch in der Tierwelt gibt es viele helfende „Hände“, die sich gegenseitig unterstützen. Wir kennen sie alle, die emsigen Honigbienen und die fleißigen Ameisen. Und wir haben sie euch in vergangenen Ausgaben auch schon vorgestellt. Warum also nochmal? In dieser DREI D-Ausgabe wird das Thema Ehrenamt hervorgehoben. Leider konnte ich, trotz aller Anstrengungen und Nachforschungen, kein Tier finden, das ehrenamtlich arbeitet. Denn das würde ja voraussetzen, dass ein Tier völlig uneigennützig handelt. Fehlanzeige. Im Tierreich gilt grundsätzlich: Jeder ist sich selbst der Nächste (Jedes Tier kämpft ums eigene Überleben und sichert sich die eigene Nachkommenschar, um die Gene weiterzugeben). Es gibt aber sehr wohl Tierarten, die sehr sozial eingestellt sind. Ameisen, Bienen und Termiten eben. Da die Termiten jedoch in Österreich eher eine untergeordnete Rolle spielen, möchte ich mich auf die Bienen und Ameisen konzentrieren:

In Ameisenhaufen und Bienenstöcken herrscht eine strikte Rollenverteilung und eine strenge Arbeits(ein)teilung. Das macht die Völker aber überhaupt erst so effizient. Es gibt in jedem Staat oder in jedem Volk eine Königin, die für den Fortbestand des Staates, des Volkes zuständig ist sowie eine Vielzahl an Arbeiterinnen, die unterschiedlichste Aufgaben innerhalb des Volkes wie Brutpflege, Nahrungsbeschaffung oder Verteidigung erfüllen. Ja, und dann gibt es noch die Drohnen, die männlichen Tiere, deren einzige, aber wichtige Bestimmung es ist, die Königin zu begatten.

Diese Art der Lebensweise wird wissenschaftlich als eusozial (von griechisch εὖ ‚gut‘ und lateinisch socialis ‚kameradschaftlich‘) bezeichnet und beschreibt die höchste Form des Sozialverhaltens bei Tieren. Gemeinsame Nahrungsbeschaffung und deren Auf- bzw. Verteilung, hohe Arbeitsteilung von verschiedenen Gruppen eines Volkes, gemeinsame Brutpflege und mehrere Generationen in einem Volk sind also die Verhaltensmerkmale, mit der „Eusozialität“ beschrieben wird.

Das Wohl der Gemeinschaft steht über dem des Einzelindividuums. Jedes Individuum ist nur daseinsfähig, weil es die anderen gibt. Eine Königin z.B. wäre ohne ihr Volk nicht lebensfähig: Ihr Aufgabenbereich ist nur die Eiablage, von Nahrungsbeschaffung und Verteidigungsstrategie keine Spur. Somit würde sie ohne die anderen einfach verhungern oder einem Feind zum Opfer fallen.

Ein weiteres Merkmal dieser Form des Zusammenlebens ist, dass es nicht jedem Einzelindividuum bestimmt ist, Nachkommen zu zeugen. Um die ihnen im Staat bzw. Volk zugedachte Rolle bestens zu erfüllen, verzichten diese Ehrenfrauen auf eigene Nachkommen. Wissenschaftler*innen sprechen hier von Altruismus, also von einer selbstlosen Tat oder von einer durch Rücksicht auf andere geprägte Handlungsweise.

Und wisst ihr, was für mich das Spannendste daran ist? Wir sprechen hier von Insekten, also von Tieren, die uns nicht unähnlicher sein könnten.



Birgit Kantner ist Ökologin und seit 2013 beim Österreichischen Alpenverein in der Abteilung Raumplanung und Naturschutz tätig.

JEDEN TAG WAS NEUES ENTDECKEN ...

mit Kindern und Familien unterwegs

Text & Fotos — Sybille Kalas



**„UNSER HANDLUNGSFELD IST DIE NATUR“
— DER SCHÖNSTE ARBEITSPLATZ DER WELT!**

VIelfALT DER MOTIVATIONEN

Je nach persönlichen Interessen und Motivationen nutzen wir die Angebote des Handlungsfeldes Natur privat, oder mit unseren Gruppen mit unterschiedlichen Schwerpunkten Tage*draußen begleiten wir auf vielen Ebenen. Dabei gewichten wir Landschaften und Lebensräume unterschiedlich. Liegt der Fokus auf „Sport“, kann die uns umgebende Landschaft oft nur als Substrat und Kulisse ins Bewusstsein rücken. Sie wird zum Sportgerät mit besonderer Struktur, Oberflächen-Beschaffenheit, Neigung, Benutzbarkeit. Leiten wir Spiele an, wird das vielleicht als „Zeitvertreib“ verstanden. Langeweile - kreative, neugierige Lange-Weile im Sinn von Zeitwohlstand - wird im Wortsinn vertrieben. Sehen wir in „Natur“ einen „Abenteuerspielplatz“, tun wir sowohl dem Naturraum in seiner lebendigen Vielfalt, als auch der Bedeutung von Abenteuer als etwas in seinem Wesen Un-planbarem unrecht. Verstehen wir Natur als

„Lern-Raum“, kann sie ein vielfältiges, anregendes „Klassenzimmer“ für erkundendes Lernen sein.

Sehen wir in der Landschaft, in der wir unterwegs sind, einen Lebensraum, haben wir die Chance, ein kleinräumiges Mosaik zu entdecken... Verflechtungen, Beziehungen, Anpassungen ... Was alle Tage*draußen verbindet, ist die Wertschätzung von und Verantwortung für dieses vielfältige, lebendige „Substrat“, auf und in dem wir uns bewegen.

Um das Substrat zum Lebensraum werden zu lassen, braucht man Aufmerksamkeit, Hinwendung zum „Objekt“ und Hinwendung zum Interesse der Teilnehmenden. Und natürlich Neugierde und die Bereitschaft, das eigene Natur-Wissen wachsen zu lassen.

TAGE* DRAUSSEN ... UND DIE POTENZIALE UNSERES ARBEITSPLATZES NATUR

Tage*draußen mit Kindern, Familien, altersgemischten Gruppen jeder Zusammensetzung bieten jede Menge Gelegenheiten. Die Potenziale von Landschaften und Lebensräumen sind einfach da und wirken. Unsere Aufgabe ist es, ihnen Raum zu geben, sie bei uns und unseren Gruppen ankommen zu lassen. Der Arbeitsplatz Natur bietet die großartige Möglichkeit, ökologische Zusammenhänge sichtbar und durchblickbar zu machen.

„Das brauch ich nicht – interessiert mich nicht?“ – Doch! Es interessiert uns, muss es sogar.

Der Alpenverein versteht sich als Anwalt der Alpen. Mit Kinder- und Familiengruppen sind wir nicht nur in den Bergen unterwegs. Anwält*innen für die uns umgebende Natur wollen wir aber in jedem Fall sein.

BETRACHTEN WIR DEN STELLENWERT ÖKOLOGISCHEN VERSTÄNDNISSES ANHAND DER UNTERSCHIEDLICHEN MOTIVATIONEN FÜR DAS DRAUSSEN-SEIN:

FÜR DIE GEHENDEN ...

Ein Tag in den Bergen, ist das Sport oder was anderes? Manche nennen es Leidenschaft, das trifft es besser und lenkt den Blick von Höhenmetern, Zeitlimits und Leistung hin zu großartigen Aussichten und kleinsten Entdeckungen. Das nomadische Grundgefühl des Homo sapiens kommt zu Wort. Besonders im kindlichen, ziellosen, zeitlosen „Rumstromern“. Wir sollten uns das von Kindern abschauen und öfter mal zu Planänderungen bereit sein, vom Weg abweichen, einfach da sein. Wandern ist mehr als das Ankommen an einem Ziel, es kann auch das menschliche Nomadisieren sein, das Bruce Chatwin unterwegs auf den australischen Songlines erlebt und beschrieben hat.

Das klassische Beispiel für „Umweltsünden beim Bergsteigen“ sind die Abschneider. Beim kindlichen „Rumstromern“ haben wir keine Eile, Zeitersparnis ist kein Thema. Weder Weg noch Zeit muss "abgeschnitten" werden. Dagegen können wir achtsam und interessiert weglos unterwegs sein. Wer Lebensräume im Detail betrachtet, kann Zusammenhänge erkennen. Und Verletzlichkeiten. Und Verletzungen. Die Gründe, nicht alles tun zu müssen, was man kann, werden zur Maxime des Handelns. Das Betreten von Feuchtgebieten und Mooren oder hochalpinen Rasen und Flechtenkrusten tut dann weh.

FÜR DIE SPORTLICHEN ...

Skilift, Piste, Bikepark: Hier tritt uns Landschaft als Substrat zum Runterfahren entgegen. Sie wird zur Kulisse und meist auch nur als solche wahrgenommen.

Bei vordergründig sportlichen Aktivitäten draußen müssen wir als ökologisch Engagierte im Blick haben, was wir dem Lebensraum abverlangen. Wir müssen den Impact sehen: Pistenvegetation, Landschaftsverbrauch, Erosionsschäden, Übernutzung.

Es geht nicht nur um ein friedliches Nebeneinander aller, die draußen unterwegs sind, es geht manchmal auch um bewussten Verzicht: Wanderweg oder Bike-Trail, Klettergarten oder vertikaler Lebensraum für viele ...

Wie gesagt: Nicht alles, was geht, muss man auch tun. Wandern und „Rumstromern“ kann man auch in winterlicher Landschaft. Wer genau hinschaut, entdeckt Lebenszeichen. Wir werden zu Fährtenleser*innen und manchmal selber zum Fuchs, der da unterwegs war. Auf Skitour und mit Schneeschuhen unterwegs, fällt es mit ökologischen Einblicken und Einsichten leicht, Rücksicht zu nehmen.

FÜR DIE SPIELER*INNEN ...

Freies Kinderspiel gelingt draußen ganz von allein. Es liegt an uns, die geeigneten Plätze mit beispielbarer Natur zu finden. Dort werden Kinder sich selbst und ihre Umgebung mit ihren Bewegungsangeboten und Materialien ausprobieren. Kinder sind Entdecker*innen. Erwachsenen-Wissen schafft bei unseren Teilnehmenden Aha-Erlebnisse, Verständnis und Vernetzung. Solches Wissen haben oft auch die Teilnehmer*innen; wir können nur gewinnen, wenn wir ihm wertschätzend Raum geben.

Uns als Begleiter*innen gibt ökologisches Know-how Sicherheit und einen großen Fundus an Fachwissen, Geschichten und Gelegenheiten. So werden ökologische Themen selbstverständlich. Worauf muss ich achten, wenn ich Moos benutze? Welche Pflanzen, Tiere und Biotope sind geschützt oder besonders sensibel? Und warum? Welche Beeren kann ich essen und welche sind giftig?

Die Bedeutung ökologischen Wissens für den Umgang mit und in Naturräumen wird offenbar. Der Draußen-Spielplatz ist ein Lebensraum. Wir teilen ihn mit denen, die unsere Ein- und Rücksicht brauchen. Wir können und wollen nicht das eine vom anderen trennen. Damit ergibt sich eine andere Sichtweise - auch auf das Anleiten von Spielen und Übungen draußen. Denk mal andersrum: Was passt an diesem Platz? Was kann seine Botschaft verdeutlichen, seine Wirkung verstärken?

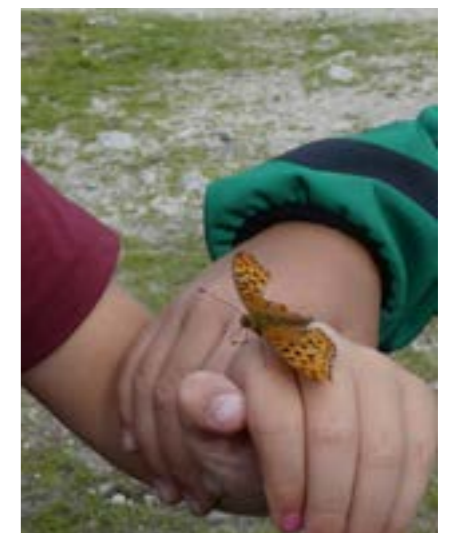
FÜR NEUGIERIGE, FORSCHER*INNEN, LERNENDE UND LEHRENDE...

Das sind wir alle immer. Als Begleiter*innen, Teilnehmer*innen, Auszubildende und als die in Ausbildung. Die lebendigen Themen der Lebensräume sehen wir mit Leitungskompetenz und Bergsport-fachlichen Themen gleichberechtigt nebeneinander. Gerade für die, die mit Kindern unterwegs sind, eröffnen sie so viele Möglichkeiten: „Das Coole an der Biologie ist, dass man jeden Tag was Neues entdecken kann!“ Damit fegen Begeisterungstürme durchs Leben, wie Gerald Hüther es nennt.

Ökologisch verantwortungsvolles Handeln mit Gruppen unterwegs gelingt mit dem „Ökologischen Blick“. Er führt uns einerseits in spannende Naturräume, zeigt uns aber auch die Grenzen unseres Handelns auf.

Biodiversitätskrise und Klimawandel werden nur viele engagierte, bewusste, leidenschaftliche Menschen in den Griff kriegen. Ein wichtiger Baustein dazu ist die Einstellung zu Naturräumen und das Verstehen großer Zusammenhänge.

Wo ist das besser zu vermitteln als an unserem „schönsten Arbeitsplatz der Welt“? – und zwar von Anfang an, indem wir Kinder und Familien „draußen“ heimisch werden lassen. Nicht „zum Zeitvertreib“, nicht auf „Sport-Substraten“, sondern in einem Raum, den wir als Lebensraum verstehen, zu dessen Bewohner*innen auch wir gehören – gemeinsam mit vielen anderen.



Sybille Kalas, Diplombiologin, ZQ Erlebnispädagogik, Referentin für Kinder und Familien und so oft und lang wie's geht draußen unterwegs.

INDOOR- & OUTDOOR-SPIELE

Text & Fotos — Bianca Somavilla

Schnee. Winterlandschaft. Kalte Luft. Atmen. Sporteln. Spielen. Gemeinsam unterwegs sein. All dies gehört für uns zu einem tollen Tag draußen in der Natur dazu und genau das möchten wir auch mit Kindern und Jugendlichen gemeinsam erleben. Wir möchten sie dabei begleiten, neue Wege zu erkunden, neue Dinge auszuprobieren, unsere Welt zu genießen und zu entdecken.

Wir möchten gemeinsam lachen, Spaß haben und uns austoben. Gleichzeitig möchten wir in der Gruppe unterwegs sein, Aktivitäten unternehmen, bei denen es eine Gruppe braucht, die spannend und lehrreich sind und bei denen wir Kindern und Jugendlichen etwas Neues zeigen können. Das klingt nach einem sehr hohen Anspruch an uns Erwachsene. Aber es ist eigentlich ganz einfach.

Wir nutzen das, was uns die Natur bietet und erforschen Neues. Wir mischen eine bunte Gruppe zusammen und verbringen Zeit draußen. Wir geben etwas Bewegung hinzu. Und genau aus diesen Zutaten entsteht ein toller Tag für Kinder und Jugendliche. Umsetzen lässt sich das zum Beispiel bei einer ...



Schatzsuche mit Schneeschuhen im Winter

Wir gehen auf Schatzsuche und zwar mit Schneeschuhen. Die Schneeschuhe und Snowboardboots leihen wir uns für diesen Tag im nächstgelegenen Sportgeschäft aus. Snowboardboots sind deshalb notwendig, da Kinder ansonsten oftmals nicht in die Schneeschuhe passen. Je nach Wetter und Schneebedingungen entscheiden wir, wo genau wir unsere Schatzsuche durchführen möchten. Je verschneiter die Landschaft, umso eindrucksvoller ist das Abenteuer. Allerdings ist auch das Wandern mit den Schneeschuhen für unsere Kids anstrengender, je tiefer der Schnee ist. Die Schatzsuche muss von einem/ einer Übungsleiter*in oder Erwachsenen geplant und vorbereitet werden. Wir starten gemeinsam mit einer Rätselaufgabe und geben dadurch einen Weg zu verschiedenen Stationen vor, an denen weitere kleine Rätsel warten. Am Schluss ist das gemeinsame Ziel, einen Schatz im Schnee zu finden. Unterwegs gehen wir auch einigen Tierspuren – vom Eichhörnchen und seinen Genossen – auf den Grund. Je nach Alter und Kondition der Kinder fokussieren wir uns häufig nur auf die Spurensuche und verzichten auf die Schatzsuche, um niemanden zu überfordern.

Schneeschuhtouren finden in der Regel im lawinensicheren Gelände, also in Wäldern, auf Wiesen oder im flachen Gelände ohne Lawineneinzugsgebiet statt. Deshalb gehört die Lawinennotfallausrüstung beim Schneeschuhgehen auch nicht zum Standard. Sind wir mit Kindern unterwegs, müssen wir umso mehr darauf achten, dass wir in lawinensicherem Gelände unterwegs sind. Deshalb informieren wir uns vorab mittels Lawinenlagebericht über die herrschende Lawinensituation und befolgen unbedingt etwaige Wegsperrungen aufgrund von Lawinengefahr.



Spurensuche mit Schneeschuhen im Winter



Bei der Spurensuche mit Schneeschuhen gibt uns unsere Naturschutzreferentin eine kleine Einführung, worauf wir besonders achten sollen. Jedes Tier hinterlässt einen typischen Fußabdruck im Schnee. Dieser wird auch Trittsiegel genannt und unterscheidet sich je nach Tier. Anhand der Form des Trittsiegels lässt sich meistens die Tierart bestimmen, die über den Schnee gewandert ist. Eine ganze Spur besteht aus einer Abfolge von Trittsiegeln. Auch bei den Spuren gibt es Unterschiede zwischen den Tierarten, denn nicht jedes Tier hat den gleichen Körperbau und läuft gleich. So unterscheiden sich Spuren zum Beispiel durch den Abstand zwischen den einzelnen Tritten.

Die häufigsten Spuren im Schnee:

- Marder bzw. Wiesel
- Fuchs
- Waldmaus
- Eichhörnchen
- Feldhase bzw. Schneehase (höher oben)
- Rothirsch
- Reh
- Gämse (höher oben)
- Vögel, z.B. Amsel

Eine Übersicht hilft uns dabei, die Spuren zu identifizieren. Jede Spur, die wir entdecken, notieren wir uns, gemeinsam mit der Information, wer sie gefunden hat und um welches Tier es sich handelt.

Wir schauen nicht nur auf die Spuren der Tiere, sondern achten auch auf andere Hinweise, die sie hinterlassen haben. Sehr häufig findet man von Hirschen verfestigte Äste oder abgenagte Zapfen von Mäusen oder Eichhörnchen. Wo viele Zirben wachsen, stößt man oft auf Zapfen, deren Samen vom Tannenhäher herausgehackt wurden. Tiefe Löcher im Schnee können auf Nahrungsvorräte dieser Vögel hinweisen. Auch kann nach dem Kot von Rot- und Rehwild oder Füchsen gesucht werden.

Spurensuche im Schnee:

- Hilfestellung zur Bestimmung mitnehmen
- Kindern und Jugendlichen erklären, wonach wir suchen
- Wir schauen nicht nur auf Spuren, sondern auch auf andere Anzeichen von Tieren
- Wir schreiben uns alles auf, was wir entdeckt haben

Den Tag gemeinsam ausklingen lassen

Nach dem Schneeschuhwandern, Spurensuchen und Fährtenlesen lassen wir den Tag mit einem Abschlussspiel ausklingen. Wir bauen eine kleine Mauer aus Schnee, hinter die wir eine brennende Kerze stellen. Es gibt zwei Teams und jedes Team versucht, die Kerze mit Schneebällen auszulöschen. Das Team, dem dies zuerst gelingt, hat gewonnen. Eine Jause bekommen anschließend dennoch alle.

Während des Essens wird viel gelacht, es werden die Erlebnisse des Tages ausgetauscht und "Stille Post" gespielt.

Eine Hilfestellung zur Bestimmung der Tierspuren von „Natur im Bild“ findet ihr zum Beispiel unter:

www.naturimbild.at/index.php?frame=download.php



Bianca Somavilla ist Jugendleiterin im Alpenverein Sektion Stubai und leitet dort den Bereich Klettern mit Kindern und Familien. In ihrer Freizeit verbringt sie jede freie Minute draußen – im Winter mit Skiern, im Sommer am Mountainbike.



KLETTERSPIELE

Text — Laura Kogler

Jede*r Übungsleiter*in weiß, dass es bei einer Klettereinheit vor allem darauf ankommt, dass Kinder sowohl Interesse als auch Spaß haben. Oft geht es darum, relativ trockene Technikinputs in etwas Spannendes zu verwandeln und dazu braucht man Spiele. Die jüngeren Kinder lieben

es, wenn es eine Geschichte für die jeweilige Einheit gibt, die älteren wiederum, wenn sie die Stunde oder die Trainingszeit mitgestalten dürfen. Deshalb gleich zu Beginn eines der Lieblingsspiele meiner älteren Jungs (9-11 Jahre):



Piratenschiff

Du brauchst: einen Ball

So geht's: Auf der Boulderwand wird entweder am Wandbeginn oder bei einem definierten Griff gestartet und die Boulderstrecke ebenfalls mit einem Zielgriff definiert. Es gibt einen "Piraten", der versucht, mit seiner „Kanone“ (Ball) die Kletter*innen "abzuschießen". Die anderen „Seefahrer*innen“ können versuchen, den Ball zu fangen und dann wegzuerwerfen. Wer "abgeschossen" wird, bouldert wieder vom Startgriff. Wer den Zielgriff erreicht hat, ist der/die nächste „Pirat*in“.

Variante 1: Bei zu guten Ballschütz*innen kann zum Beispiel nur mit der linken Hand geschossen werden. Und der Abstand zur Boulderwand ist natürlich auch variabel.

Variante 2: Es gibt ein/en „Schiffsjungen/-mädchen“, der/das dafür zuständig ist, den Ball für den/die „Pirat*in“ zu holen. Beide Varianten können auch miteinander kombiniert werden.

Wie viele Züge in welcher Farbe?

Bouldertechnik, Vorbereitung und Stabilität

Du brauchst: einen Würfel mit Zahlen und einen Würfel mit Farben

So geht's: Die Kinder werden in zwei oder mehrere Gruppen aufgeteilt oder in Paare (je nach Platzangebot und Gruppengröße). Es gibt eine Kletter- und eine Würfelgruppe. Die Kletter*innen müssen versuchen, die Anzahl der gewürfelten Züge nur mit Griffen in der gewürfelten Farbe zu klettern. Ziel ist es, nicht runter zu fallen und immer eine stabile Position zu bewahren, um auf die neuen Anweisungen der Würfelnden zu warten. Je länger die zu kletternde Strecke ist, desto schwieriger ist es, bis zum Ende durchzuhalten.

Ein Klassiker: Feuer, Wasser, Sturm ...

Dieses Spiel kennt wahrscheinlich jeder und jede noch aus der Kindertageszeit. Es ist super, um sich vor dem Training aufzuwärmen oder die Kinder an die Boulderwand zu gewöhnen. Dieses Spiel gefällt vor allen den jüngeren Kindern.

Variante 1: "Feuer", "Wasser", "Sturm" ohne Wand

So geht's: Vor dem Spiel wird definiert, was bei „Feuer“, „Wasser“ und „Sturm“ zu tun ist. Bei „Feuer“ müssen sich alle in eine Ecke retten. Bei „Sturm“ liegt jeder flach auf dem Boden und bei „Wasser“ retten sich alle auf eine Matte oder einen gut sichtbaren Platz.

Während die Kinder im Kreis laufen, ruft der/die Übungsleiter*in „Feuer“/ „Wasser“/ „Sturm“ und alle retten sich in (auf) die/den Ecke/Matte/Boden. Der oder die Letzte ist ausgeschieden.

Variante 2: "Feuer", "Wasser", "Sturm" an der Kletterwand

So geht's: Es wird wieder vor dem Spiel definiert, was bei „Feuer“, „Wasser“ oder „Sturm“ zu tun ist. Bei „Feuer“ müssen sich alle Kinder an einen roten und/oder gelben Griff retten, die Füße dürfen den Boden nicht mehr berühren. Bei „Sturm“ liegen die Kinder flach auf dem Boden. Bei „Wasser“ rettet sich jeder an einen blauen Griff. Zwischen den Rufen laufen die Kinder wieder im Kreis. Der oder die Letzte ist ausgeschieden.

Variante 3: "Feuer", "Wasser", "Sturm" an der Kletterwand für Fortgeschrittene

Du brauchst: eventuell Tape oder eine andere Möglichkeit zum Markieren

Diese Variante ist perfekt, wenn die Kinder sich schon an die Kletterwand gewöhnt haben und über sich hinauswachsen können.

So geht's: Dieses Mal müssen die Kinder bei „Feuer“ Füße und Hände an einem roten und/oder gelben Griff haben. Bei „Wasser“ versuchen sich alle vor der "Flut" zu retten und klettern so hoch, bis sie das Ende der Boulderwand berühren oder bis zu einer definierten Höhe. Bei „Sturm“ sind die Kinder wieder an der Kletterwand und müssen eine möglichst stabile Position finden. Der/Die Übungsleiter*in geht durch und rüttelt leicht an den Kindern, wie ein fester Sturm, und testet, ob sie an der Wand hängen bleiben oder der „Wind“ sie verbläst. Der oder die Letzte ist ausgeschieden. Es kann natürlich jederzeit eine weitere Aktion eingeführt werden, wie z.B. „Blitz“. Bei „Blitz“ erstarren alle Kinder.



Stille Post

Dieses Spiel ist super, um ein wenig Ruhe in die Gruppe zu bringen. Die Jüngeren mögen das Spiel erstaunlicherweise immer sehr gerne.

So geht's: Die Kinder sind in einer Reihe an der Kletterwand und flüstern sich ein Wort der Reihe nach ins Ohr. Der/Die Letzte in der Reihe spricht das Wort laut aus. Ist am Ende das richtige Wort angekommen?

Variante: Das Spiel kann auch mit auf den Rücken schreiben oder zeichnen gespielt werden. Durch diese Variante wird geübt, mit nur einer Hand und den Füßen für eine längere Zeit stabil an der Wand zu hängen. Es ist jedoch auch wesentlich herausfordernder für die Kinder.



Laura Kogler studiert Europäische Ethnologie im Master und ist seit fast zehn Jahren ein begeisterter Teil der Stoanhupfer, dem Kletter- und Jugendteam der Sektion Hohe Munde. Sie lebt ganz nach dem Motto: Jede Erfahrung macht die Welt bunter.

Hüttenessen, Campküche & Lagerfeuer-Classics

VOM SAUERTEIGSTARTER BIS ZUM SELBSTGEBACKENEN BROT!

Text & Fotos — Christina Düringer



GIPFELFOTOS & SAUERTEIG

Wenn man sich im Jahre 2020 auf sozialen Medien umhergetrieben hat, ist man um zwei Dinge nicht herumgekommen: Gipfelfotos und selbstgebackene Brote. Ersteres ist bei dir als Person - mit diesem Magazin in den Händen - sicher schon länger ein Ding. Zweites vielleicht nicht. Noch nicht! Zu Hause backen und vor allem Sauerteigstarter als auch -brote sind im Trend. Das ist keine Frage. Doch wenige haben wirklich eine Ahnung, was beim Backen mit Sauerteig so vor sich geht. Man kann sich in das Thema einlesen und merkt schnell: Es ist eine eigene Wissenschaft. Für Normalverbraucher*innen reichen aber hoffentlich diese zwei Seiten aus, um erfolgreich damit herumexperimentieren zu können und bald die erste Scheibe hausgemachten Sauerteigbrot mit Butter beschmieren und genießen zu können! Das Wichtigste, wenn man sich einen Starter züchtet, ist: Der Starter ist wie ein Haustier. Er braucht Liebe, er muss sich wohlfühlen und will natürlich gefüttert werden, wie jedes Lebewesen eben – nur dann ist er dein Freund und macht beim Backen das, was du dir von ihm erwartest. Hoffentlich! ;)



SAUERTEIGSTARTER

Mit Roggenmehl ist das Sauerteigzüchten besonders einfach, deshalb wird in diesem Rezept damit gearbeitet. Für deinen ersten Starter mischst du einfach in einem kleinen Glas 50g BIO Roggen-Vollkornmehl mit 50ml handwarmem Wasser zu einer glatten Masse. Dann stellst du den Kleinen einen Tag lang mit einem Spalt Luft am Deckel an ein schattiges Plätzchen in der Küche, dann hat er zum ersten Mal „Hunger“ und du kannst ihn mit 100g Mehl und 75ml handwarmem Wasser füttern. Nach weiteren 24 Stunden sollte er Bläschen bilden, der Sauerteig wird in zwei geteilt und verschenkt oder eben weggeworfen (sonst wird es irgendwann viel zu viel) und das Prozedere wird nochmal wiederholt. Nach einem halben Tag sollte er dann richtig große Bläschen werfen und angenehm säuerlich riechen. Keine Angst, das ist ein gutes Zeichen! Wenn der Geruch in Richtung Nagellackentferner geht, dann weg damit und neu anfangen! Er sollte an Hefe erinnern oder an Apfelessig und sollte sich innerhalb von drei Stunden bei Zimmertemperatur verdoppeln: Dann herzlichen Glückwunsch, dir ist gerade dein erster Sauerteigstarter geglückt!

REZEPT ROGGEN-SAUERTEIGBROT:

Für den Vorteig nimmst du 50g deines Starters und mischst ihn mit 100g BIO Roggen-Vollkornmehl und 100ml Wasser. Das Gemisch lässt du dann über Nacht (ca. 10-12 Stunden) an einem warmen Ort gehen, am besten neben den noch warmen Ofen stellen – aber über 30 Grad sollte es nicht haben. Von diesem Teig nimmst du nun 3 EL weg und verwendest es weiter als Starter.

Karamellierte Baumüsse (optional):

- 100g halbierte Baumüsse
- 1 EL Butter oder Margarine
- 40ml Wasser
- 60g Honig oder Ahornsirup

Für die Nüsse kannst du einfach die Zutaten in ein Töpfchen geben und unter Rühren erhitzen, bis die Flüssigkeit eindickt und leicht zäh wird, dann alles auf ein Backpapier geben und abkühlen lassen.

Hauptteig:

- der ganze Vorteig
- 100g BIO Roggenmehl
- 100g BIO Dinkel-Vollkornmehl
- 200g BIO Dinkelmehl hell
- 10g hochwertiges Salz
- 40g Honig oder Ahornsirup
- 270g Wasser (50 Grad Celsius)

Alle Zutaten des Hauptteigs werden vermischt und zehn Minuten lang gut durchgeknetet, erst am Schluss kannst du optional die karamellisierten Baumüsse unterkneten. Jetzt mit einem Handtuch zudecken und eine Stunde gehen lassen und dann vorsichtig in die gewünschte Form bringen: entweder eine geölte Kastenform oder ein tüchtig mit Mehl bestreutes Strohkörbchen in der gewünschten Brotgröße – und nochmal zwei Stunden aufgehen lassen.

Den Backofen kannst du gegen Ende auf **250 Grad Heißluft** vorheizen und schon ein Schüsselchen mit Wasser ganz

unten hineinstellen. Wenn die Temperatur erreicht ist, wird der Teig aus den Körbchen auf ein Backblech gestürzt und in den Ofen geschoben, bei der Kastenform einfach die Form reinschieben, wie man es eben so macht. Nach den ersten zehn Minuten kannst du die Temperatur auf 200 Grad runterdrehen und so lange weiterbacken lassen, bis die Brote schön braun sind – insgesamt sollten das **ca. 40 Minuten** sein.

Ich wünsche viel Spaß & gutes Gelingen – und immer schön an euren kleinen Kumpel im Kühlschrank denken, tüchtig weiterfüttern und auch damit backen!

PS: Sauerteig kann auch eingefroren werden.



Christina Düringer aus Vorarlberg ist 20 Jahre alt, hat die Tourismusschule abgeschlossen und probiert sich beruflich gerade in kreativen Bereichen wie Kochen, Kunst, Schreiben und Videografie aus. Nachhaltigkeit ist ihr wichtig und sie geht viel mit ihrem Papa Heli in die Berge.



PLEASE KEEP TALKING!

Text — Eva Schider und David Kupsa, Fotos — Heli Düringer

Im letzten Heft haben wir euch an dieser Stelle die Stop talking-App vorgestellt. Ein digitales Helferlein für Jugendleiter*innen, das die Kommunikation mit den Jugendlichen und das Treffen von Entscheidungen scheinbar obsolet macht. Diese eierlegende Wollmilchsau scheint die Lösung für alle Probleme, Herausforderungen und Schwierigkeiten zu sein, auf die man in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen so stoßen kann. Wir können euch beruhigen. Die App gibt es nicht, soll es nie geben und muss es nicht geben. Was wir in der Jugendarbeit manchmal als Herausforderung empfinden mögen, gehört einfach dazu. Es macht unsere Tätigkeit spannend und bietet uns die Möglichkeit, daran zu wachsen. Es braucht keine App, sondern manchmal nur ein bisschen Mut, uns auszuprobieren und die ein oder andere Unsicherheit auch zuzulassen. Etwas Unterstützung und das Lernen von den Erfahrungen anderer kann natürlich auch nicht schaden.

Deshalb habe ich Eva Schider, langjährige Kursleiterin unserer Youngsters-Kurse, zum Interview gebeten und sie gefragt, warum sie die Stop talking-App nicht braucht und wie das bei den Youngsters-Kursen so abläuft.

Liebe Eva! Gleich vorweg, warum brauchst du die Stop talking-App nicht?

Zum einen glaube ich nicht daran, dass so eine App funktionieren würde. Zum anderen bin ich davon überzeugt, dass man sich als Begleiterin einer Gruppe einfach nur eine Grundsatz-Frage stellen muss: Wie will ich leben und wie will ich das Kindern und Jugendlichen vermitteln? Konkret heißt das für mich, dass ich mir als Begleiterin von Gruppen drüber klar werden muss, wofür ich stehe. Ich, zum Beispiel, bin davon überzeugt, dass Kinder und Jugendliche, wenn sie sich riskieren dürfen und dabei begleitet werden, lernen und wachsen und somit gestärkt in alle weiteren riskanten Situationen ihres Lebens gehen können. Das wiederum, finde ich, ist essenziell, weil man im Leben so wie im Bergsport nicht alles zu jeder Zeit kontrollieren kann und es somit wichtig ist, von klein auf zu lernen, wie man abwägt, was man kann und was man besser lassen sollte. Und dafür muss und darf man lernen, eigenständige Entscheidungen zu treffen. Ganz ohne irgendeine App. Sondern mit einem ganzen Haufen Eigenverantwortung.

Zum Kurs Alpinklettern beispielsweise kommen acht bis über beide Ohren mit Motivation „bewaffnete“ junge Nachwuchsalpinist*innen aus ganz Österreich. Die Altersspanne ist 14 bis 20, die Vorerfahrung variiert und untereinander kennen sie sich oft auch noch nicht. Das klingt herausfordernd. Die Stop talking-App hätte hier, für ein homogenes Ergebnis, vorab bereits gnadenlos aussortiert. Welche Chancen bieten heterogene Gruppen aus deiner Sicht?

Eine heterogene Gruppe ist das Abbild der Realität und damit ein großes Lernfeld für die Teilnehmenden und die Begleiter*innen. Plus ist ja auch immer die Frage, wie man heterogen definiert. Bezogen auf ihre Motivation und die Tätigkeit, also das, was sie gern tun und wofür sie brennen, ist das ja meist eine durchaus homogene Gruppe. Somit passiert dann vieles von selbst. Die Erfahreneren nehmen am Anfang die Unerfahreneren unter ihre Fittiche und zeigen ihnen, wie's geht. Gleichzeitig lernen aber die dabei viel über sich selbst, über Geduld oder über verschiedene Zugänge zu Risiko. Ein kleiner feiner Nebeneffekt ist auch: Beim Erklären lernt man selber am allermeisten. So profitieren alle - die einen, weil sie Verantwortung

übernehmen dürfen, und die anderen, weil sie aus ihrer Peer-Gruppe lernen und nicht nur von uns „Oldies“.

Wie schafft ihr es, speziell in der stürmischen Gruppenanfangsphase eine Umgebung zu schaffen, in der sich jede/r wohlfühlt und die Jugendlichen nicht den Druck haben, sich klettertechnisch übertrumpfen zu müssen?

Im Grunde geht's für mich da um eine eigene Haltung und um eine Atmosphäre, die damit geschaffen wird. Wie gebe ich mich und warum? Muss ich als Begleiterin schon alle übertrumpfen oder bin ich zurückhaltend und gemütlich? Und dann ist da noch die Augenhöhe. Wir versuchen von Anfang an, nicht Kontrolle und von oben herab zu leben, sondern zuzutrauen, ernst und für voll zu nehmen. Damit wird allen schnell klar, dass die Verantwortung zu einem großen Teil bei jedem und jeder selbst liegt. Was ja auch so ist, denn alles kann ich z.B. beim Alpinklettern nie kontrollieren. Und diese, unsere Haltung überträgt sich schnell auf die Gruppe, denn das Meiste muss man gar nicht sagen bzw. würde es gesagt nicht wirken. Die wichtigen Dinge muss man vorleben.

Die fiktive Stop talking-App hätte dem Jugendleiter bzw. der Jugendleiterin automatisch Tourenvorschläge gemacht, die Teilnehmer*innen hatten dabei nichts zu sagen. Wie macht ihr das bei den Youngsters und was ist die Idee dahinter?

Wieder geht's um mich als Begleiterin und was mein Ziel ist. Will ich Schafe haben, die mir brav nachlaufen und das machen, was ich ihnen sage, oder will ich, dass die Teilnehmer*innen, wenn sie eine Woche nach dem Kurs alleine in den Bergen unterwegs sind, und das werden sie so oder so sein, handlungsfähig sind und die Verantwortung für sich und ihre Entscheidungen übernehmen können. Wie die Science Busters sagen: Wer nichts weiß, muss alles glauben!

Bei uns läuft das so, dass die Teilnehmenden entweder schon Ideen mitbringen oder wir ihnen Touren vorschlagen. In den Vierer-Gruppen entscheiden sie sich dann für eine und planen die. Wir helfen ihnen dabei,

indem wir Fragen stellen. Wie ist das Wetter morgen? Wann müssen wir losgehen? Schaffen wir das bis zum Abendessen? Wer ist schon mal 1000 Höhenmeter gegangen? Was muss in den Rucksack? Usw. Das reicht schon oft, um ein anderes Tourenziel zu wählen – wenn das erste sehr ambitioniert für das Wetter oder die Gruppe war. Oder eben dabeizubleiben und einen Plan für die Tour zu haben.

Als Kursleiterin ist es sicher oft schwierig, hier nicht zu sehr einzugreifen. Sicher hast du dir schon das ein oder andere Mal im Vorhinein gedacht, dass die Tour nicht optimal ist. Wie gehst du selbst mit dieser Unsicherheit um?

Das ist ein wichtiger Punkt, den du da ansprichst. Ich habe, ehrlich gesagt, auch immer mal wieder in ungutes Gefühl oder sogar ein wenig Angst, dass was passiert. Was ich im Laufe der Jahre gelernt habe, ist, dass die Grundlage für so eine Art des Arbeitens mit Menschen immer sein muss, dass es mir als Begleiterin gut geht. Ich muss mich wohl fühlen bei dem, was ich mache. Das geht nur, wenn ich ehrlich zu mir selbst und zu den anderen bin. Was konkret heißt: Wenn ich unsicher bin, spreche ich das aus, teile es mit der Gruppe. Denn nur auf Gesagtes kann ein Gegenüber auch reagieren und für mich ist alleine das Aussprechen oft schon ein großer Schritt zum Mich-wieder-besser-Fühlen. Natürlich ist das ein Weg der Entwicklung, etwas, was man lernen darf. Das ist das Eine. Das Andere, würd' ich sagen, ist die Schnittstelle zwischen dem, wie's mir geht und dem, was ich dann draus mache. Es gibt viele Situationen, in denen ich defensiv und unsicher bin. Mich also nicht gut fühle. Das sage ich den Youngsters dann auch: „Puh, bin nicht sicher, ob das klappt – ob das nicht zu nass ist oder ihr euch da nicht übernehmt.“ Dann frage ich z.B. nach ihrem Plan B. Was wäre wenn? Und oft wird dann schnell klar, dass da viel Motivation auf den harten Boden der Realität fällt.

Auf Tour sind ständig Entscheidungen von, für und mit der Gruppe zu treffen. Die Stop talking-App hätte das in einer dystopischen Zukunft völlig anonym übernommen. Wie geht ihr im Kurs damit um?

Entscheidungen sind in der Tat etwas sehr Lästiges. Man muss nachdenken, diskutieren und dann oft auch noch zurückstecken. Deshalb wundert es mich nicht, dass manchmal gar nicht entschieden, sondern einfach irgendwas gemacht wird. Um genau das zu verhindern, versuchen wir, mit den Youngsters immer eine „break“ zu machen, wenn eine Entscheidung ansteht. Das ist ein kurzer Stopp - Stimmt der Einstieg? Passt der Eisfall? Den Hang fahren? Fakten sammeln, sagen, wie jeder selbst dazu steht, und dann entscheiden. Es geht nicht drum, richtig zu entscheiden – denn die Kategorie gibt's im Bergsport wohl nicht. Wer weiß das schon, was richtig und was falsch ist. Es geht nur drum, bewusst zu entscheiden und jedem in der Gruppe Zeit zu geben, drüber nachzudenken, sich reinzufühlen und was dazu sagen zu können. Wenn man will. Das klappt eigentlich ganz gut. Aber natürlich gibt's auch da hin und wieder Grenzen und wir Begleiter*innen springen dann mit einem Veto ein – wenn eine Gruppe beispielsweise drauf und dran ist, in einen Hang einzufahren, obwohl die Analyse der Fakten ein sehr klares „Stop“ ergab. Das sprechen wir dann danach schon an – dass da Fakten und Wollen oft nicht zusammenpassen und ein Realitätscheck von Nöten ist.

Eva! Vielen Dank für den spannenden Einblick in die Youngsters-Kurse und deine ehrlichen Antworten. Viel Spaß bei deinen nächsten Kursen!

**Das Interview haben wir vor dem Druck aufgezichnet und um etwa zwei Fragen gekürzt. Wie das mit dem Feedback bei Youngsters so abläuft und was Eva anderen Jugendleiter*innen bei Schwierigkeiten rät, könnt ihr ab dem Erscheinungstermin des DREID auf unserem blog www.tagedraussen.at nachlesen.*



Eva Schider ist freiberufliche Berg- und Skiführerin und macht für die Alpenvereinsjugend u.a. die Jungen Alpinisten Youngsters- und risk'n'fun-Kurse.

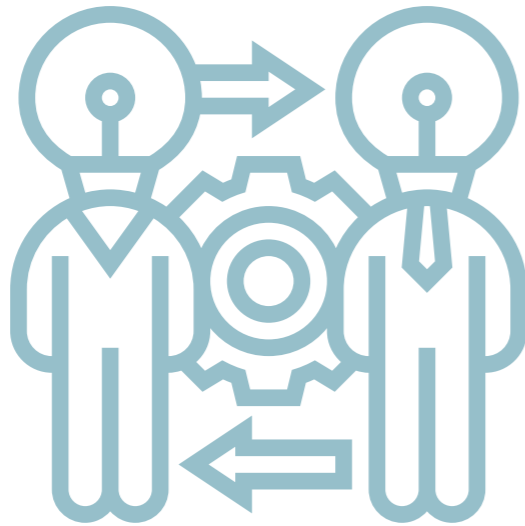


David Kupsa ist pädagogischer Mitarbeiter in der Alpenvereinsjugend und für das Junge Alpinisten-Projekt verantwortlich.

FIT FOR THE FUTURE

Coaching in der Alpenvereinsjugend – ein kleiner Einblick

Text — Julia Rappich



WER SIND WIR?

Wir, das Alpenverein Coaching Team, werden von Sektionen, Ortsgruppen, Vorständen und Jugendgruppen des Alpenvereins Österreich um Unterstützung und Begleitung angefragt. Wir sind ein Team von fünf Coaches (Andreas, Manfred, Rainer, Ingo und ich – Julia). Wir sind alle Expert*innen in der Begleitung von Teams, Gruppen und Organisationen; wir sind selbst im Alpenverein aktiv und gut über die einzelnen Regionen in Österreich verteilt. Eure Anfragen via E-Mail oder Telefon erreichen Asia, die unsere Koordinatorin in Innsbruck ist.

WAS TUN WIR?

Das ist ganz einfach – wir begleiten euch bei Herausforderungen jeglicher Art, die euch in eurer Tätigkeit in der Jugendarbeit des Alpenvereins beschäftigen. Überall wo ihr den Eindruck habt, ihr steht an, da geht nix weiter, da ist die Luft draußen, da streiten wir nur noch, da brodeln es im Untergrund, aber niemand sagt was, etc. Auch begleiten wir euch gerne bei jährlichen Klausuren oder Koordinationen und bei der Entwicklung neuer Angebote. Ihr findet alle Infos zu uns auf der Website der Alpenvereinsjugend. Jetzt aber an die Arbeit - Hier ein paar konkrete Einblicke in unser Tun!

HERAUSFORDERUNG EINES JUGENDTEAMS:

„Wir stellen immer wieder Angebote online und auch in unsere Printmedien, machen uns viele Gedanken dazu, stecken viel Energie hinein, aber bis auf die Kletterangebote kommt nichts zustande. Das frustriert uns.“

UNSERE ERFahrungen DAZU:

Es ist schön und ihr könnt stolz auf euch sein, wenn das Klettern gut läuft. Es ist seit vielen Jahren ein Trendsport und somit ist die Hemmschwelle nicht so groß, sich dafür anzumelden. Es ist klar, was mich erwartet und ein wunderschöner Sport. Schmäleret eure Erfolge nicht, sondern feiert sie! Für alle Angebote gilt, dass neben dem Erlebnis das Zugehörigkeitsgefühl das Wichtigste für Kinder und Jugendliche ist. Das entsteht, wenn ein Angebot regelmäßig stattfindet. Immer wieder in neue Gruppen zu gehen, stresst. Es ist schön, bekannte Gesichter zu treffen und Freunde zu finden, aber das braucht Zeit. Es kann auch helfen, kleine Goodies zur Verfügung zu stellen. Z.B. hat eine Sektion berichtet, dass sie einen Sammelpass etabliert haben. Wenn dieser voll ist, dürfen die Kinder selbst auch schon ein bisschen mehr Verantwortung übernehmen oder bekommen ein kleines Geschenk bzw. eine Urkunde. Eine andere Sektion berichtet, dass sie zweimal im

Jahr ein Fest feiert mit allen Kindern und Jugendlichen, die an Angeboten teilgenommen haben, einschließlich der Eltern der jüngeren Teilnehmer*innen. So entstehen Netzwerke und gemeinsame Interessen.

Es gibt eine Altersgruppe, die eher schwierig zu erreichen ist. Nämlich die Zwölf- bis 16-Jährigen. Es gehört zu ihrem Alter, dass sie „dagegen sind“, Angebote von Erwachsenen ablehnen oder manches auch mal doof finden. Das ist wichtig und gut. Ich denke, dass sie somit auch Angebote brauchen, die etwas „Wildes“ in sich haben, etwas mehr Risiko, etwas mehr Herausforderung in der Aktion - wie z.B. die risk'n'fun-Programme -, die für die Altersgruppe Zwölf- bis 16-Jährige sind. Und oft brauchen Jugendliche auch einfach nur einen Rahmen, in dem sie selbst planerisch tätig werden können bei ihren Aktivitäten. Einen Jugendraum oder Leiter*innen als Begleiter*innen, die sie beraten und unterstützen. -Die Möglichkeiten bieten, sich an ihnen „abzuarbeiten“, die Grenzen aufzeigen, aber auch mit sich verhandeln lassen und Eigenverantwortung fördern.

Jede Dynamik im Team wirkt auf die Teilnehmer*innen. Solltet ihr als Team eine eher lose Zugehörigkeit zueinander haben, also jede*r kocht so sein bzw. ihr eigenes Süppchen, wird das auch in eure Jugend-, Familien- oder Kindergruppen „ausstrahlen“. Deshalb ist es wichtig, also eigentlich unausweichlich, dass ihr euch gut als Team findet, euch Zeit für eure Kommunikationsstrukturen nehmt, eure Visionen sowie eure Ängste, Wünsche und Freuden teilt. So macht das gemeinsame Tun gleich viel mehr Spaß. Ein regelmäßiger „Stammtisch“ oder gemeinsam als Team in der Natur unterwegs sein, können Zusammenhalt schaffende Möglichkeiten sein. Jetzt denkt ihr euch sicher, puh, ich habe eh schon so wenig Zeit. Meine Erfahrung dazu ist, dass auch die Mitarbeit mehr Spaß macht, wenn ich in ein Team eingebunden bin und Zugehörigkeit erfahre.

Eine schöne Initiative fand ich die Zusammenschließung aller Ortsgruppen einer Region zu einer Koordination, um gemeinsame Angebote zu setzen, Ideen auszutauschen und sich gegenseitig auszuwählen, wenn Mitarbeiter*innen gebraucht werden.

Das A und O der Mitarbeiter*innen-Führung

Stil, Skills, Rituale – wie kann gute Führung leichter funktionieren? Theorie wechselt mit praktischen Übungen und dem Erfahrungsaustausch bei heiklen Führungssituationen. Auch die Führung im Spannungsfeld von Ehrenamt und Hauptamt findet Platz in diesem Seminar, das das kleine Einmaleins der Mitarbeiter*innen-Führung vermittelt.

Das A und O der Mitarbeiter*innen-Führung
23.04.2021–25.04.2021
Salzburg, Webcode: 21-0002-01
www.alpenverein-akademie.at

SO GANZ ALLGEMEIN NOCH EIN PAAR TIPPS AUS DEM NÄHKÄSTCHEN:

Ihr macht im Alpenverein eine hoch geschätzte und wichtige Arbeit. Ihr kümmert euch um das Fortbestehen des Vereins, der Sektionen, der Ortgruppen. Sorgt dafür, dass die Werte, Inhalte und Haltungen des Alpenvereins schon an die Jüngsten herangetragen werden, wie z.B. Naturschutz, Sicherheit am Berg, sozialer Zusammenhalt. Bleibt gut im Kontakt mit eurem Vorstand. Meldet rück, was ihr braucht, um gut arbeiten zu können.

Findet heraus, wo eure eigene Lust und Freude hingeht, welche Angebote euch selbst erfüllen und Spaß machen. Kinder sind sensibel und merken sofort, wenn die Authentizität fehlt. Das bedeutet auch eine Beschäftigung mit den eigenen Wünschen und ein Einstehen dafür. Das ist Arbeit, die fordert, aber am Ende des Tages eine erfüllende ist! Meldet euch, wenn ihr etwas braucht! Wir werden versuchen, mit euch die besten Lösungen für eure Anliegen, Herausforderungen und Wünsche zu finden. Viel Freude beim Gestalten!



Julia Rappich Pädagogin, Trainerin und Beraterin nach dem handlungsorientierten Ansatz der Integrativen Outdoor-Aktivitäten, Gruppendynamikerin i.A., Alpenverein Coaching-Team, Alpenverein Schulprogramme, Instruktorin Wandern

COLOUR YOUR WAY MEETS HELDENTUM

Ein Wegemarkierungs-Projekt
der Alpenvereinsjugend Graz

Text — Pia Derler, Fotos — Pia Derler und Astrid Wieser



Was kann schöner sein als eine Mission zur Rettung der Welt, in einem Jahr wie 2020? Okay, zugegeben – es war nicht die ganze Welt, aber zumindest ein Teil davon. Ein wirklich schönes Plätzchen Erde sogar! Und zur Rettung ist zu sagen, dass es vielleicht eher um das „Verhindern einer potenziell zukünftigen Rettungsaktion“ ging. Aber Helden und Heldinnen waren wir auf jeden Fall, sogar in doppelter Hinsicht. Lasst mich also besser von vorne beginnen ...

Als wir ankamen, war der Rotgüldensee in herbstlicher Mystik von Nebel umhüllt. Vom Arsenhaus bei Muhr bis rauf zur Hütte war unser Weg trotz Regen recht unbeschwert.

Nicht, weil uns - heldenhaft wie wir waren - der Regen nichts anhaben konnte, sondern unbeschwert im wahrsten Sinne des Wortes: ohne zusätzliches Gepäck am Rücken ... was ja für eine Alpenvereinsaktion eher ungewöhnlich ist, außer eben, wenn man als Jugendgruppe dem Salzburger Wegewart Arbeit abnimmt und deshalb mit Gartenschere, Bürsten, Farben und Pinseln ausgerückt, um sich der Instandhaltung der Wegemarkierungen anzunehmen. Dann wird die Arbeitsausrüstung netterweise nach oben gebracht und unser Gepäck gleich mit dazu. Schließlich mussten wir uns unsere Kräfte gut einteilen: für das Markieren der Wege.

WE COLOURED OUR WAYS!

Ja, das war unsere Mission – in erster Linie. Eine ganze Woche hatten wir, von der Alpenvereinsjugend Sektion Graz, uns Zeit genommen, die Umgebung sicher zu machen. Unsere Taten reichten von: die Wege auf der Karte suchen und das Gelände bestimmen, um sich auf die Route vorzubereiten. Über: die Einteilung der am besten funktionierenden Teams und Tuning der Arbeitsgeräte zur perfekten Ausführung der Wegemarkierungen. Bis hin zu: wohl überlegtem Zeitmanagement (unter Berücksichtigung, dass es doch die letzte Ferienwoche ist und man den einen oder anderen Tag ausschlafen möchte ...) und



der Rückführung der Energie durch Germknödel, Kaiserschmarrn und Pommes mit Ketchup. Und weil die Arbeit noch nicht genug Ferien-Beschäftigung war, kamen uns so manche Geschichten in den Sinn, die wir in dieser traumhaften Kulisse in Szene setzten und einen Helden-Film drehten. Logischerweise handelt dieser davon, wie die rot-weiß-rote Markierung zur Rettung der Welt führte. Mehr wird an dieser Stelle nicht verraten. Screening coming up soon!

Vielleicht auch was für euer Jugendteam?

FACTS:

Wer? Kinder und Jugendliche von 11-18 Jahren

Wo und wie viel? Übernachtet wird immer in einer Alpenvereinshütte in der Nähe der zu markierenden Wege. Deshalb sind die Kosten für die Teilnahme mit 100€ auch sehr gering. Dabei sind Unterkunft und Verpflegung inkl. 1 Getränk).

Was? Welche Wege zu markieren sind, sagt uns unsere Sektion, weil sie hat den Überblick! Meistens geben Wegewarte bekannt, wo etwas zu tun ist. Am ersten Tag der Ankunft wird besprochen, wozu man Wege markiert (2020 hat uns der Wegewart sogar über den Rotgüldensee und das Entstehen der Alpenvereinshütte erzählt) und dann gibt es ein bisschen Kartenkunde (mit Arbeitsblättern) ... das fließt immer wieder ein, es gibt auch immer einen Kompass, den die Kinder benutzen können. Orientierung ist immer Thema.

Je nach Wetter wird das Markieren auf die Schönwettertage geschoben, weil das Malen nur möglich ist, wenn der Untergrund trocken ist, sonst hält die Lackfarbe nicht!

Was noch? Grundsätzlich richten wir uns sehr nach der momentanen Lust und Laune der Kinder. Weil das Markieren schon sehr anstrengend ist (man braucht für Wege mindestens doppelt so lange wie beschrieben), ist es Voraussetzung, dass die Kinder an diesem Tag auch Lust haben. Zu Beginn der Woche besprechen wir unseren Auftrag als Wochenziel. Was dazwischen passiert, hängt genau an der Gruppe. Dass ein Film entstanden ist, war spontan... Wir hatten für die Kreativität viel Material mit. Abends wurde immer gespielt und in Gesellschaft Zeit verbracht. Mittags gab es Zeit, um sich ein bisschen zurückzuziehen. Es gibt nicht durchgehend "Besaßung"... :) Mir ist wichtig, dass die Kinder und Jugendlichen selbst ein Gefühl für ein schönes Beisammensein bekommen, vor allem auch, was das Thema Handynutzung betrifft... und die Suche nach Empfang ist immer ein Thema.

Die Mission, die also bei Insidern schon unter dem Decknamen, Colour your way' bekannt ist, hat so das dritte Jahr in Folge stattgefunden und soll bestenfalls auf ganz Österreich ausgeweitet werden. Allen Jugendteams soll gesagt sein: Ein solches Projekt ist zwar vielleicht nur für eine kleine Zielgruppe interessant, hat aber große Wirkung! Als gutes Beispiel voran, ist das Grazer Jugendteam immer sehr froh und freut sich über neue Gesichter und motivierte junge Menschen, die sich neben dem Draußensein und Freundetreffen - ganz im Sinne der Umweltbaustellen - auch tatkräftig für viele andere Wanderer und Bergliebhaberinnen engagieren. Zu tun gibt es genug und deshalb warten jedes Jahr auch neue Wege darauf, mit frischer Farbe markiert zu werden. Oft verdecken Schwarzbeersträucher, Latschen, Erlen oder anderes Gewächs die Markierungen. Dann muss zur leichten Gartenschere oder auch zur Säge gegriffen werden. Großzügiges Ausschneiden ist angesagt, damit der Weg einige weitere Jahre hält und sicher durch die Berge führt! Sicher ist auch, dass das Projekt für die



Pia Derler liebt es, neue Perspektiven zu erkunden und kreative Wege zu beschreiten. Hauptsache draußen unterwegs!

Alpenvereinsjugend der Sektion Graz weiter bestehen bleibt. Welche neuen Ideen mit einfließen und was noch entsteht, bleibt offen. Voraussetzung für das Dabeisein ist in erster Linie die Neugierde, sich auf die Suche nach dem richtigen Weg zu machen, um nebenbei eigenverantwortlich zu entscheiden, wo und wie eine Markierung gesetzt wird. In diesem Sinne: Colour your way!

KOMMENTAR

... des „Weg-Beschneiders“ Paul Leonhardt: „Ich find's super! Das Projekt ist die perfekte Verbindung von Jugendfreizeitangebot mit Sektionsarbeit ... auch als Berg-Einsteiger*in kann man so seine Sommerferien mit Zweck erfüllen.“

... der „Weg-Bereiterin“ Pia Derler: „Fürs ‚Colour your way‘ braucht es ein gewisses Durchhaltevermögen, das Ziel vor Augen und die bereits gemalten Markierungen sind sehr motivierend, auch wenn einem die Farbe davonrinnt ... Besonders schön ist die Dankbarkeit der Menschen, die einem am Weg begegnen!“

... der „Weg-Bemalerin“ Astrid Wieser: „Entspannt und ohne Erwartungsdruck lässt es sich am besten kreativ sein. So haben ganz persönliche Ideen Zeit, sich zu entwickeln. Vor allem das Gefühl des Wirkens beflügelt das eigene Herz und ist Quelle für weitere Taten. So entstehen Bilder mit Aussagekraft und ich freue mich besonders über die ehrliche Begegnung mit den Menschen!“



Jugendteams stellen ihren Hausberg vor

Alpenvereinsjugend Vorarlberg

UNSER HAUSBERG: DER HOHE FRASSEN

Unverkennbar erwartet er uns.

Text — Sabine Klapf

Wenn ich meinen Blick vom Bildschirm hebe, sehe ich ihn – den Hohen Fraßen. Majestätisch erhebt er sich als westlichster Punkt des Lechquellengebirges. Oft sehe ich ihn in einen Wolkenkranz gehüllt und abends leuchtet ein heller Punkt – die Fraßenhütte – zu mir herunter, als würde sie rufen: „Kommt rauf – hier habt ihr den schönsten Ausblick.“ Und damit hat sie recht. Bietet doch der Gipfel mit seinem markanten Gipfelkreuz eine herrliche Aussicht über Bludenz, weiter zum Rätikon mit der Schesaplana über dem Brandnertal. Im Westen sieht man die Schweizer Alpen mit Alpstein, Säntis und Hohem Kasten. Im Osten reicht der Blick zur mächtigen Roten Wand, weiter bis in die Silvretta und nach Norden ins Große Walsertal (Bergsteigerdorf!) und zu den Bergen des Bregenzerwaldes. Spätestens jetzt weißt du, dass wir im westlichsten Bundesland, in Vorarlberg, sind. Angeblich stammt der Name „Fraßen“ von dem rätoromanischen Wort „frasume“ ab, was so viel wie „offene Gegend“ bedeutet. Zum Ausblick passt es. Als „Zuagroaste“ war mir nicht gleich klar, welcher unser „Hausberg“ sein würde. Die Auswahl ist groß! Kommen wir von einem Heimatbesuch in „Inner-Österreich“ zurück, dann seufzen beim Anblick des Hohen Fraßen alle auf – sei es, dass die lange Fahrt endlich zu Ende ist, oder, dass wir endlich wieder daheim sind. Unverkennbar und unverrückbar wartet er auf uns.

Der Hohe Fraßen mit seinen 1.979 Metern war auch der erste Berg, den ich nach meinem Umzug ins Ländle bestiegen habe. Und es ist auch der Gipfel, den viele der Kinder unserer Alpenvereins-Familiengruppe als Erstes erreichen. Viele Wege führen hinauf. Man kann ihn vom Großen Walsertal aus in Angriff nehmen oder den Aufstieg von Bludenz aus mit der Muttersbergbahn entschärfen. Gleich neben der Bergstation lockt die Kleinen ein toller Spielplatz – aber wir wollen höher hinaus. Zum Gipfel sind es immer noch 580 Höhenmeter, die man auf der Fraßenhütte (1.725m) zum Energietanken unterbrechen kann. Die Sonnenterrasse lädt dazu förmlich ein. (Jetzt kann ich es ja zugeben: Bei meinem Umzug war ich im letzten Monat schwanger und habe es eigentlich nur bis zur Hütte geschafft.)

Den besten Schoko-Bananenkuchen tischte dort Stefan Probst mit seiner Frau Dagmar viele Jahre auf. Über 30 Jahre lang bewirteten sie diese Alpenvereins-Hütte. Davor waren Stefans Eltern die Pächter der Hütte. Familienfreundlichkeit war bei



Foto: Reini Kraus



Foto: Markus Nasahl

ihnen immer großgeschrieben. Übernachtete man bei ihnen, konnte es schon vorkommen, dass der Hüttenwirt persönlich mit den Kindern in der Dämmerung auf Tierbeobachtung ging. Rotwild lässt sich gerne in den Abendstunden rund um die Hütte blicken. 2021 übernehmen neue Pächter – wir sind schon gespannt, welche Köstlichkeiten dann auf uns warten werden.

Aber jetzt auf die andere Seite des Berges. Schon fast traditionell ist das Hüttenwochenende der Familiengruppe Blumenegg. Wir quartieren uns zwar nicht auf der Fraßenhütte, sondern im Unterhof in Marul ein, aber es ist mindestens genauso aufregend. Am Fuße des Fraßen, im Großen Walsertal gelegen, warten Entdeckungstouren in die Umgebung dieser Selbstversorgerhütte auf uns: Wasserfall, Barfußweg, Postenlauf, Kaulquappenfischen (durch die Becherlupe hat sich dann gezeigt, dass es doch Molche waren!), Bötle bauen ... Dort wird uns nie langweilig. Gekocht wird gemeinsam in der Großküche oder am offenen Lagerfeuer. Das Highlight ist, wenn wir abends die selbst gebastelten Bötle auf dem nahe gelegenen Teich fahren lassen. Die Aufregung ist groß, welches der schwimmenden Bauten nur nicht untergeht und seine Fracht – die brennende Kerze – sicher ans andere Ufer bringt. Wenn jemanden doch der Lagerkoller erwischt, dann kann er/sie, wenn er/sie gut drauf ist, die etwas mehr als 1.000 Höhenmeter direkt von unserer Hütte über die Klesialpe auf den Gipfel des Hohen Fraßen in zwei Stunden bewältigen. Wenn die Kinder größer sind, dann wird das sicher auch einmal die Hüttenwochenende-Gipfeltour für alle!

Man kann natürlich auch von Ludescherberg oder Nüziders oder der Freiburgerhütte (an der Faludriga Alpe vorbei über die Gamsfreiheit) starten – viele Wege führen zum markanten Gipfelkreuz. Such dir einen aus. Der Ausblick lohnt sich!



Sabine Klapf ist mit der Familiengruppe des Alpenvereins Blumenegg unterwegs und erlebt gerne Abenteuer vor der Haustür sowie übersee.



Wenn nix passiert, passiert auch nix mehr Schönes.
 Wenn nix passiert, passiert auch nix im Hirn.
 Wenn nix passiert, passiert auch nix im Körper.
 Wenn nix passiert, passiert auch nix im Herz.
 Wenn nix passiert, passiert auch nix im Leben.
 Wenn nix passiert, passiert auch nix.

JUNG & WILD

JUNGEALPINISTEN.AT

Ausbildung für junge Bergsteiger*innen. Du bist zwischen 14 und 20 Jahre alt, hast bereits Erfahrung in den Bergen und interessierst dich für Skitouren, Alpinklettern, Hochtouren oder Eisklettern? Dann bist du bei den YOUNGSTERS richtig! Alle Infos zu den Kursen, sowie spannende Geschichten und inspirierende Bilder der letzten Jahre findet ihr auf www.jungealpinisten.at



**JUNGE
 ALPINISTEN:
 YOUNG
 STERS**



TERMINE

| | | |
|------------|-------------------------|---------------------|
| NEU | Skihochtouren | 01.-05.04.21 |
| NEU | Hochtouren II | 14.-18.07.21 |
| | Hochtouren | 21.-25.07.21 |
| | Alpinklettern | 11.-15.08.21 |
| | Alpinklettern II | 02.-05.09.21 |
| | Eisklettern | 02.-06.01.22 |
| | Skitouren | 10.-13.01.22 |

Österreichische Post AG MZ 022031486
Österreichischer Alpenverein,
Olympiastraße 37, 6020 Innsbruck



VERSCHOBEN AUF PFINGSTEN 2022

Edelweiß Island

Bundesweites Jugendteamtreffen 2022

SAVE THE NEW DATE: 03. – 06.06.2022, Leibnitz (Stmk)
www.alpenvereinsjugend.at/edelweissisland

alpenvereinsjugend 
österreich

