



Ideensammlung für soziale und nachhaltige Projekte im „Covid-Zeitalter“

Soziale Projekte und Aktionen sind meist wesentliche Bestandteile in der Firmvorbereitung. Heuer sind diese – wie so vieles andere auch- nur erschwert umsetzbar. Die vorliegende Ideensammlung, der die Aufgaben der „[challenge 9aus72](#)“ (Herbst 2020) zugrunde liegen, soll dazu beitragen und ermutigen, sich in der Firmvorbereitung auch über dieses Thema zu trauen! Die Ideen können sehr einfach auf die jeweiligen pfarrlichen Gegebenheiten sowie die aktuellen gesetzlichen Vorgaben angepasst werden.

Gutes Gelingen beim Umsetzen!

Kreativität	
Pimpen statt Wegwerfen	Du hast ein Kleidungsstück, das dir nicht mehr gefällt oder nicht mehr richtig sitzt? Wie wärs mit einem Make-over, damit es wieder passt? Youtube hilft dir dabei.
Ein liebes Wort	Viele Menschen, die in sozialen Einrichtungen leben und arbeiten, sind in diesen Tagen einsam. Mach ihnen eine Freude und schreibe einen Brief zum Beispiel an eine Person im Seniorenheim. Wer weiß, vielleicht entsteht eine Brieffreundschaft. Hier findest du eine youngCaritas Kontaktliste , wo du dich für weitere Infos und Unterstützung gerne melden kannst.
Kreativwerkstatt	Jetzt wird's kreativ: Näh dir zum Beispiel deine eigene Stofftasche (am besten aus nachhaltigen Biostoffen), um so in Zukunft auf Plastiktaschen verzichten zu können oder gestalte dir deine eigene Mehrweg-Glasflasche und verzichte so auf Wegwerfflaschen. Deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.
Selbst ist die Frau/der Mann	Lass deiner Kreativität freien Lauf und überlege dir selbst eine Sozialaktion. Was wird in deiner Umgebung dringend gebraucht? Wer braucht gerade Unterstützung? Du weißt am besten, wo deine Hilfe wichtig ist.
Regenschutz für Menschen auf der Straße	Nähe einen eigenen Biwag Sack (hier eine Anleitung dazu) für obdachlose Menschen, der sie vor dem Regen schützt. Nimm dazu ein altes Zelt oder eine Plane, die du upcyclest. Die Biwag Säcke kannst du zum Beispiel bei der youngCaritas abgeben. Hier findest du eine youngCaritas Kontaktliste , wo du dich für weitere Infos und Unterstützung gerne melden kannst.

Gesellschaftspolitik	
Setz dich ein	Setz dich ein für Dinge, die dir am Herzen liegen, zum Beispiel durch das Unterschreiben einer Petition (hier ist eine Liste der aktuellen Petitionen ab dem 16. Lebensjahr), durch die Teilnahme an einer Aktion (z.B. Fridays for Future)
Woher kommt mein T-Shirt?	Versuche herauszufinden woher deine Kleidung kommt und vor allem wo sie produziert wird. Halte dies auf einer Weltkarte fest und tausche dich mit deinen FreundInnen darüber aus.
Genderstereotyp	„Mädchen tragen rosa Schuhe mit Einhörnern, Buben müssen blaue mit Dinos drauf tragen.“ Diese Geschlechterrollen-Klischees umgeben uns. Mache dich auf die Suche nach negativen Beispielen, aber schaue auch darauf, wo es etwas Positives gibt und mach ein Foto davon!
RASSIMUS-MOGINED	Rassismus ist leider immer noch ein aktuelles Thema. Überlege dir, wie du genau auf diese Thematik auf kreative Art und Weise aufmerksam machen kannst (Aktionen in der Schule setzen, Social Media Posts mit dem Hashtag #Challenge9aus72, etc.).
Alternative Maps	Erstelle einen Lageplan mit interessanten Orten wie zum Beispiel Bioläden, Fairtrade-Shops, Second-Hand-Läden, Bauernmärkten, Orten mit gratis Trinkwasser, öffentliche Radpumpen, etc. und verbreite das gesammelte Wissen
Nachhaltigkeit	
Plastikverzicht	In puncto Verpackungen gibt es noch viel Verbesserungspotenzial. Trag zu einer positiven Entwicklung bei und verzichte drei Tage lang auf jegliche Art von Plastik (Hier findest du ein paar Inspirationen)
Vegan Kochen	Besorge die Zutaten für ein leckeres veganes Gericht und lade FreundInnen, deine Familie oder deine Jugendgruppe zu einem Kochabend ein. Während ihr gemeinsam kocht, könnt ihr Vorsätze fassen, um eure Essgewohnheiten langfristig nachhaltiger zu gestalten.
Kleidersammlung	Überprüf deinen Kleiderschrank auf Dinge, die du schon lange nicht mehr getragen hast und stell diese Kleidungsstücke einem Carla-Shop der Caritas zur Verfügung. Der Re-Use-Gedanke wird damit von dir in die Tat umgesetzt. Kontaktdaten findest du unter www.carla.at .
Klimapost	Du bist am Wort! Was wolltest du zum Thema Klima in Richtung Politik immer schon einmal loswerden? Schick deine Klimapost unter timeforchange und verschaff deinem Anliegen Gehör.

DIY Bienenwachstuch	Bienenwachstücher sind eine nachhaltige Alternative zu Alu- und Frischhaltefolie. Lass dich von den zahlreichen Do-It-Yourself-Anleitungen im Internet inspirieren und stell deine eigenen Tücher her. So kreativ macht Nachhaltigkeit noch mehr Spaß!
CO2 verringern	Fahrrad statt Moped, Öffi statt PKW, zu Fuß gehen statt motorisiert fahren... Nutze eine Woche lang jede Gelegenheit, um deinen CO2-Ausstoß zu verringern.
Upcycling	Mach dich auf die Suche nach Dingen, die sich zum Upcycling eignen und schaff daraus etwas Neues (z. B. kannst du aus Kerzenresten und leeren Sugogläsern neue bunte Kerzen basteln). Mit den kreativen Produkten kannst du bestimmt jemandem eine Freude machen.
Natur	
Bienenwiese	Bienenfreundliche Pflanzen sind wichtige Lebensräume und tragen zur Artenvielfalt bei. Säe an einem geeigneten Ort (vom Blumentopf bis zum Garten ist alles möglich) Samen aus und kümmere dich um gutes Wachstum der Pflanzen.
Flurreinigung	Frag bei deiner Gemeinde nach, ob es eine Flurreinigungsaktion gibt, an der du dich beteiligen kannst. Falls nicht, mach einen Spaziergang durch deinen Wohnort und sammle dabei so viel Müll von Wegen, Wiesen und aus Gewässern wie möglich.
Essen erwandern	Halte bei einem Spaziergang die Augen besonders offen für Lebensmittel, die uns die Natur schenkt. Sammle essbare Pilze, Beeren oder Wildkräuter, zaubere damit kleine Mitbringsel (z. B. Marmelade oder Pesto) und mach jemandem eine Freude. Hol dir hier Inspiration zum Thema.
Spread the word	Dreh ein Video, um auf ein Umweltthema (Globale Erwärmung, Artenvielfalt, Konsumverhalten etc.) aufmerksam zu machen und poste es öffentlich (auf Social Media unter dem Hashtag #Challenge9aus72, Pfarrhomepage etc.).
Kreative Kresse	Kresse wächst schnell, ist gesund und schmeckt lecker. Außerdem kann man sie in allen möglich Behältern ansetzen und dabei kreativ werden. Beschenke jemanden mit deiner selbstgezüchteten Kresse. Wie wär's, wenn du den Menschen in einer Sozialeinrichtung eine Freude mit deiner Kresse machst?
Handwerk	
Winter is coming	Der Winter steht vor der Tür und wird bald alles in weiß einkleiden. So auch jegliche Hochbeete, Blumentöpfe und weitere Bestandteile im Garten. Mache daher deinen oder den Garten von einem Bekannten winterfit, kleide die Beete ein und schütze andere Gegenstände im Garten vor der Kälte.

Reparaturen	Dieses eine Ding gehört schön längst repariert? Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, das Werkzeug zu holen und es endlich wieder in Gang zu bringen. Schau dich um, ob Zuhause, im Jugendraum oder im Pfarrzentrum, und setze es wieder instand.
Insektenhotel	Insekten sind die artenreichste Klasse der Tierwelt mit fast einer Million Insektenarten! Diese brauchen vor allem im Winter eine Überwinterungshilfe. Baue daher ein Insektenhotel und gib unterschiedlichen Arten so einen Unterschlupf. Eine genaue Anleitung zum Bau findest du hier .
Schmiererei	In deiner Gemeinde oder Stadt gibt es Plätze und Orte, die mit Farbe oder anderen Schmierereien versehen sind? Dann frag bei der Gemeinde oder Stadt nach, ob du diese Schmierereien kreativ übermalen oder entfernen kannst und verschönere somit den Platz.
Nachbarschaftshilfe	
Einkauf für NachbarIn	Vielleicht können deine NachbarInnen gerade nicht außer Haus oder es fällt ihnen schwer, sich an öffentlichen Orten aufzuhalten. Gehe daher für deine NachbarIn einkaufen oder erledige Postwege und unterstütze sie dabei im Alltag.
Zeichen der Dankbarkeit	Viele Menschen haben in den letzten Monaten großartiges geleistet - bedanke dich mit einem selbstgebackenen Kuchen oder einem Blumenstrauß bei diesen Menschen (SupermarktmitarbeiterInnen, BusfahrerInnen, etc.).
Helfende Hand	Frage in deiner Nachbarschaft, ob jemand bei etwas Hilfe braucht z.B. beim Rasen mähen, beim Obst sammeln, etc.
Talente teilen	Du bist handwerklich geschickt, gestaltest gerne kreative Dinge für deine Mitmenschen oder hast andere Talente, die du gerne teilst? Dann hänge ein Plakat in deiner Nachbarschaft auf und biete deine Talente an.
Neighbour´s Talk	Nimm dir Zeit für ein ausführliches Gespräch mit einer/m deiner NachbarInnen. Überlege dir eine lustige Frage als Gesprächseinstieg.
Kochtöpfe der Welt	Nicht nur Liebe geht durch den Magen, auch ein breiteres Verständnis für dein Gegenüber. Bitte eine/n NachbarIn um ein typisches, traditionelles oder ganz persönliches Kochrezept aus ihrer/seiner Herkunftsregion. Hinter jeder Lieblingspeise steht oft eine persönliche Geschichte. Versuch das Gericht zu Hause nachzukochen.

Spiritualität	
Geliebt	Du bist geliebt, vor jeder Leistung. Deshalb frag dich was dir gut tut und mach eine Liste für dein Wohlbefinden! Musik? Gutes Essen? Sport? Eine Gesichtsmaske? Fühl dich geliebt und vergiss nicht dir was Gutes zu tun!
Mutig	Oftmals verspüren wir ein beklemmendes und banges Gefühl, bedroht zu sein. Wovor hast du Angst? Warum macht es dir Angst? Versuch dich eine deiner Ängste zu stellen, indem du dich bewusst mit diesen Ängsten auseinandersetzt und entweder mit deiner Familie, deiner besten FreundInnen oder mit Gott darüber sprichst. Denn Gott spricht uns zu: "Sei mutig und stark" (Jos 1,9)
Dankbar	Wofür bist du im Leben dankbar? Sowohl im Großen als auch im Kleinen. Mach dich auf die Suche und wenn du fündig geworden bist, dann wende dich an Gott und sprich deinen Dank aus.
Anerkennen	Jeder Mensch ist mit Talenten beschenkt. Sie anzuerkennen und wahrzunehmen ist oft nicht so einfach, vor allem von anderen. Denke an jemanden deren/dessen Talente du bewunderst und schreibe dieser Person eine Nachricht oder sage ihr, was du an so an ihr/ihm schätzt.
Vergeben	Bist du schon mal von jemanden verletzt worden? Hast du jemanden verletzt? Hast du diesem Menschen vergeben oder ist dir vergeben worden? Es fällt uns oft schwer zu vergeben oder vergeben zu werden. Es kostet Überwindung und Mut und ist eine echte Challenge. Überlege dir, was es braucht damit du vergeben kannst. Vielleicht hilft dir bei deinen Überlegungen dieses Zitat von Sören Kierkegaard: "Gott kann machen, dass das Falsche zum noch Besseren wird, als das Richtige gewesen wäre."
Blickwinkel	Betrachte die Welt aus einem neuen Blickwinkel. Lass der Kreativität freies Spiel und versuche die Dinge aus einem anderem Licht zu betrachten. Mache ein Foto von deiner neuen Perspektive und zeige wie sich dabei deine Sicht geändert hat.
Gebet	Organisiere ein Gebet für dich und deine Umgebung, entweder in der Gemeinde, im Rahmen deiner Konfession oder in der Schulklasse. Von interreligiösen Gebeten, Taizégebeten bis hin zu politischen Gebeten, im Kleinen oder Großen, gemeinsam oder allein: wende dich an Gott mit all dem was dich beschäftigt. Hier eine Liste mit Anregungen.

Vision	Das Leben ist voller Ziele und Erwartungen, die wir an die Zukunft haben. Es ist für uns sinnvoll, wenn wir das tun, was uns wichtig erscheint. Wie soll deine Welt aussehen, welche Veränderung möchtest du sehen und was kannst du dazu beitragen? Teile deine Visionen der Welt unter dem Hashtag #Challenge9aus72 und inspiriere dadurch auch andere.
Gemeinschaft	
Get together	Du hast deine Familie, Freunde oder NachbarInnen schon länger nicht mehr gesehen und willst dich wieder einmal mit ihnen austauschen und einfach einen netten Nachmittag mit ihnen verbringen? Dann organisiere ein "get together", entweder online oder im Freien mit einem kleinen Umtrunk und ein paar Snacks.
Tierheim	Tierheime dienen als vorübergehendes Zuhause für (Klein-) Tiere, bis diese eine/n neue/n BesitzerIn gefunden haben. Unterstütze ein lokales Tierheim und frage nach, ob du z.B.: bei der Futterbeschaffung oder der Pflege der Tiere helfen kannst.
Nachhilfe	Du bist in einem oder mehreren Schulfächern besonders gut und willst dein Wissen weitergeben? Biete deine Hilfe an und unterstütze eine/n MitschülerIn, die Nachbarskinder oder Personen in deiner Umgebung bei der Hausübung, vor einer Schularbeit oder beim Verstehen des Unterrichtsstoffes.
Sammelaktion	Schau dich um und frag nach, ob jemand in deinem Umfeld etwas Bestimmtes braucht. Seien es Schulsachen, bestimmtes Werkzeug, Kleidung oder sonstiges, organisiere eine Sammelaktion und unterstütze damit deine Gemeinschaft bei ihrer Suche. Falls du nichts passendes findest, kannst du auch bei füreinander vorbei schauen und deine Hilfe anbieten.
helping is caring	Gibt es jemanden in deiner Familie, in deinem Freundeskreis, in deiner Pfarre oder Gemeinde, der Hilfe benötigt? Biete deine Hilfe an und unterstütze die Personen, wo du kannst. Das reicht von einfachen Hausarbeiten bis hin zur Sammlung von Lebensmitteln für eine Sammelstelle für Obdachlose in deiner Gegend.
Videobotschaft	Sende eine Videobotschaft an Verwandte, Freunde oder Bekannte, die im Ausland leben oder die du schon länger nicht mehr gesehen hast und überrasche sie mit einem netten und aufmerksamen Gruß. Gerade in diesen herausfordernden Zeiten verliert man sich oft aus den Augen. Ein kurzes Video von dir hilft diese Distanzen zu überbrücken und zeigt, dass wir nicht alleine sind.

Together online	Gestalte einen Social Media Post zum Thema Gemeinschaft. Was bedeutet für dich Gemeinschaft? Wie sieht die Gemeinschaft in Zeiten von Covid-19 aus? Was tust du, um die Gemeinschaft in deiner Umgebung aufrecht zu erhalten? Teile deine Einstellungen und Ideen auf Social Media, indem du entweder ein kurzes IGTV, eine Story oder einen Post mit deinen Gedanken machst.
------------------------	---