



ESG Day Ukraine 9. November 2013

Hallo zusammen

Der ESG Tag ist im Anmarsch und wir wollen diesen wirklich interessanten Tag gemeinsam mit euch feiern. Also macht eure Jungschargruppe bereit und habt Spass mit unserem ukrainischen Jungscharprogramm. Das Programm dauert ungefähr zwei Stunden und kann zu jeder Tages- oder Nachtzeit durchgeführt werden. Ihr könnt natürlich auch nur Ausschnitte des Programms für euren Jungscharnachmittag gebrauchen oder Anpassungen daran vornehmen. Das Programm wurde von den Scouts des YMCA Ukraine bereitgestellt und mit allen anderen Scouts und Jungschargruppen des YMCA geteilt. Wenn euch das Programm gefallen hat, freuen wir uns, wenn wir eine Postkarte mit eurem Feedback bekommen würden.

Viktor Melnyk; YMCA Ukraine; 13 Kikvidze Str., office 43; Kyiv, 01103, Ukraine

Hast du zuvor schon einmal etwas über ESG gehört? ESG ist eine Programmgruppe im YMCA Europe und steht für „European YMCA Scouting and Jungschar Group“. Jedes Jahr bietet die Gruppe Seminare und Leadership-Trainings für Leiter aus ganz Europa. Dieses Jahr haben wir uns während des YMCA Festivals in Prag getroffen.

Wenn du mehr wissen willst über den YMCA Ukraine, besuche unsere Homepage: <http://ymca.org.ua/en/>. Dort kannst du dich informieren über alle Arbeitsgebieten und Programme des YMCA Ukraine.

Also seid ihr bereit für den ESG-Day im ukrainischen Styl?

Input

Lasst uns mit einer kurzen Geschichte starten, wie es im YMCA Ukraine üblich ist. Wir möchten euch gerne Geschichte mit dem Namen „Zeit“ erzählen, also hört gut zu...

Stell dir vor, du hast ein Bankkonto bei einer Bank, die dir jeden Morgen 86'400 CHF überweist. Das Bankkonto übernimmt der Saldo vom Vortag nicht, jeden Abend wird dein restliches Guthaben, welches du durch den Tag nicht aufgebraucht hast, gelöscht. Was würdest du also machen? - Jeden Rappen ausgeben natürlich!

Jeder von hat so ein Konto bei einer Bank, ihr Name ist Zeit. Jeden Morgen überweist sie uns 86'400 Sekunden und jede Nacht schreibt die Bank alles ab, was wir nicht für einen guten Zweck genutzt haben. Die Zeit erlaubt uns nicht sie zu sparen und sie für einen späteren Zeitpunkt aufzuheben, denn jeder Tag wird ein neues Konto eröffnet. Wenn du es nicht schaffst dein ganzes Guthaben auszugeben, musst du den Verlust akzeptieren. Du kannst nicht zurückgehen oder für morgen sparen. Du musst im heute leben mit dem Guthaben, das du im Moment besitzt. Investiere es so, dass du gesund bleibst, glücklich bist und Erfolg hast! Den die Zeit rennt! Mache das Beste aus deinem Tag! Um den Wert eines Jahres

abzuschätzen, frage einen Studenten der seine Prüfungen nicht bestanden hat und sein Studienjahr wiederholen muss. Um den Wert eines Monats abzuschätzen, frage die Mutter eines zu früh geborenen Kindes. Um den Wert einer Woche abzuschätzen, frage den Redakteur einer Wochenzeitung. Um den Wert einer Stunde abzuschätzen, frage zwei Verliebte, die darauf warten sich wiederzusehen. Um den Wert einer Minute abzuschätzen, frage eine Person, die gerade den Zug verpasst hat. Und um den Wert einer Sekunde abzuschätzen, frage jemanden der gerade einem Unfall entkommen ist. Schätze jeden Moment den du hast! Und schätze ihn noch mehr, wenn du ihn mit jemandem speziellen teilen könntest, jemandem, der so speziell ist, dass du deine Zeit mit ihm verbringst. Sei dir bewusst, dass die Zeit nicht auf dich wartet. Gestern ist Geschichte und Morgen ist eine Überraschung. Heute ist ein Geschenk! Darum heisst es auch auf Englisch „present“!

Spiele

Nach diesem Gedankenanstoss denke ich, dass wir bereit sind für ein paar Spiele! Wir hoffen ihr habt die Möglichkeit sowohl das Spiel für Drinnen (Bizz Buzz) und das für Draussen (Stalker=Anschleicher) durchführen. Lasst uns beginnen!

Bizz Buzz

Bemerkungen:

Fördert das schnelle Überlegen und die Konzentration

Eignet sich gut als Zeitüberbrücker beim Herumsitzen und Warten

Anleitung:

Die Gruppe sitzt in einem Kreis und schaut zum Mittelpunkt.

Im Uhrzeigersinn zählen die Cevianer von 1 an aufwärts.

Anstelle von sieben und allen Vielfachen von sieben und allen Zahlen die sieben enthalten sagen die Cevianer `Buzz`. Das tönt dann so; 1, 2, 3, 4, 5, 6, Buzz, 8, 9, 10, 11, 12, 13, Buzz, 15, 16, Buzz, 18...

Wenn jemand einen Fehler macht, beginnt der nächste in der Reihe wieder bei eins.

Wenn das Spiel gut läuft und die Gruppe bis fünfzig gekommen ist, stoppe sie und stelle eine neue Regel auf. Wenn die Zahl fünf, ihre Vielfachen und Zahlen die sie enthalten an der Reihe sind muss `Bizz` gesagt werden. Das tönt dann so: 1, 2, 3, 4, Bizz, 6, Buzz, 8, 9, Bizz, 11, 12, 13, Buzz, Bizz, 16, Buzz, 18, 19, Bizz, Buzz, 22, ...

Wenn eine Zahl ein Vielfaches von fünf und sieben ist oder beide Zahlen enthält, wie 35, 57, 70 oder 75 muss `Bizz Buzz` gesagt werden.

Versucht mit diesen Regeln bis 100 zu kommen und schliesse nach und nach Teilnehmer aus, die Fehler machen.

Stalking - Anschleicher

Bemerkung

Am spannendsten, wenn es im dichten Wald gespielt wird bei Dämmerung.

Anleitung:

Ein Cevianer ist das Reh und stellt sich in die Mitte des Spielfelds.

Nach einer Minute schleicht sich der Rest der Spieler dem Reh an.

Wenn das Reh einen Mitspieler entdeckt, aber ihn nicht erkennen kann darf es sich 5 Schritte in die entgegengesetzte Richtung bewegen.

Wenn das Reh jemanden sieht und ihn erkannt hat muss der erkannte Spieler mind. Schritte vom Reh weggehen.

Nach 5-10min wird das Spiel gestoppt und alle Anschleicher kommen aus ihrem Versteck hervor. Der Anschleicher, der am nächsten beim Reh steht bekommt 10 Punkte, der Zweitnächste bekommt 7 Punkte und der Drittnächste 5 Punkte.

Kochen

Natürlich haben wir ganz viel Energie für die Spiele gebraucht und müssen uns wieder stärken. Darum stellen wir euch zwei verschiedene typisch ukrainische Gerichte und ihr könnt aussuchen welches ihr nachkochen wollt.

Ukrainische Borsch

Vorbereitungszeit: 30 min

Kochzeit: 30 min

Totaler Zeitaufwand: 1 Stunde

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Rezept für 10 Personen

Zutaten:

- 2 grosse oder 3 mittlere Kartoffeln, in mundgerechte Stücke geschnitten
- ½ Chabiskopf, fein geschnitten
- 2 grosse oder 3 mittlere Randen, gewaschen und geschält
- 1 Paprikaschote (optional)
- 1 mittlere Zwiebel, fein geschnitten
- 2 Rüebli, geraffelt
- 4 EL Öl
- 5 EL Ketchup
- 2 Lorbeerblätter
- 2 EL Gemüse Bouillon Paste
- 4 EL Zitronensaft
- ¼ EL frisch gemahlener Pfeffer
- 1 TL Salz
- 2 EL geschnittener Dill
- 1 Dose weisse Bohnen mit ihrem Saft



Anleitung:

1. Rande in Streifen schneiden, Rübli raffeln und Zwiebeln fein schneiden. Paprika in feine Streifen schneiden (nur wenn ihr sie verwenden wollt)
2. Kartoffeln mundgerecht und Chabis fein schneiden.
3. Einen grossen Suppentopf mit 16 Tassen Wasser füllen und zum Kochen bringen. Kartoffeln dazugeben und zusammen 15-20 min kochen lassen, bis die Kartoffeln fast gar sind. (gar sind sie dann, wenn sie sich sehr leicht mit dem Messer zerteilen lassen)
4. Chabis dazugeben und weitere 5min kochen lassen
5. Während den 15-20 min in denen die Kartoffeln kochen, eine Bratpfanne erhitzen und die 4 EL Öl dazugeben und die Randen, Zwiebeln, Rübli und Paprika anschwitzen (10-15min). Dann die 5 EL Ketchup dazugeben und vermischen und das Ganze in den Suppentopf geben, wenn auch der Chabis fertig ist.
6. 2 EL Bouillon Paste zum Suppentopf geben und den Zitronensaft (4EL), den Pfeffer, das Salz, die Lorbeerblätter, der geschnittene Dill und die Büchse Bohnen dazugeben.
7. Das ganze zusammen weitere 5 min kochen.

Guten Appetit!

Ukrainische Kartoffel Pancakes (Deruny)

Vorbereitungszeit: 15 min

Kochzeit: 8 min

Totaler Zeitaufwand: 23 min

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Rezept für 6-8 Personen

Zutaten:

- 5 mittelgrosse Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1 Ei
- 3 EL Mehl
- 1 EL Sour Cream (kann ersetzt werden durch Creme Freche)
- 1 TL Salz und ein bisschen Pfeffer
- Pflanzenöl



Anleitung

1. Kartoffeln und Zwiebel schälen.
2. Eine grosse Schüssel nehmen und die Kartoffeln und Zwiebel reinraffeln. (Der Zwiebelsaft soll verhindern, dass die Kartoffeln braun werden.)
3. Mehl, Ei, Sour Cream dazugeben und gut mischen, dann Salz und Pfeffer begeben. Der Teig solle nun eigentlich genug flüssig sein, damit er sich einfach schöpfen lässt.
4. Eine Bratpfanne mit 2-3 EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erhitzen. Teelöffelweise den Teig dazugeben und braten bis beide Seiten gold-braun sind.
5. Diesen Vorgang wiederholen, bis kein Teig mehr vorhanden ist.
6. Warm servieren mit Sour Cream.

Singen

Wir hoffen es hat euch geschmeckt und ihr hattet eine gute Zeit beim Kochen und Essen! Aber wir sind noch nicht ganz fertig. ☺ Unser ESG Tag geht noch weiter! Mir versuchen uns mal als Sänger!
Beide Lieder findet ihr als mp3 Dateien zum Anhören.

'Airplane' by Okean Elzy, Ukrainian Rock Band

Link zum Lied: <http://www.youtube.com/watch?v=5OsrIIIN5KhM>)

I'm gonna travel soon
to a very special place
gonna take it easy
cause it gotta trace
need a little time
before my mind will start to fly
and I'll forget
about lots of different things
gonna break
a fall the every tanning lanes
cause I just gotta chance to soar up high

take me high, take me high my airplane
take me high, take me high my airplane
take me high, take me down and back again
aah

we gonna travel soon
to a very special place
gonna take it easy
we don't need to race
gonna take it easy
in the end we got in line
and we'll be happy
doing all the different things
gonna get a lot of rock
and rolling kicks
so now we gotta place
we soar up high
aw!

Take me high, take me high my airplane
take me high, take me high my airplane
take me high, take me down and back again

take me high, take me high my airplane y!
take me high, take me high my airplane
take me high, take me high my airplane
take me high, take me high and up again!

'Jesus Lord of Heaven' by Kutless

Link zum Lied: <http://www.youtube.com/watch?v=Fqx7IEru9mc>)

Jesus, Lord of Heaven,
I did not deserve
the grace that You have given
and the promise of Your word.

Lord, I stand in wonder
of the sacrifice You made
with mercy beyond measure.
My debt You freely paid.

Your love is deeper than the oceans,
higher than the heavens,
reaches beyond the stars in the sky.

Jesus, Your love has no bound

Guter Job! Wir hoffen sehr, dass euch der ESG Day gefallen hat und freuen uns, wenn ich auch am nächsten ESG Tag wieder dabei seid!

Scouts YMCA Ukraine

With Love

