

18.-21. April 2024

72stunden.de

# 72 STUNDEN

UNS SCHICKT DER HIMMEL

Die Sozialaktion des  
BDKJ in Deutschland

AKTIONSSHEFT 2024



**BDKJ**

Bund der Deutschen  
Katholischen Jugend



# INHALTSVERZEICHNIS

Grußwort des BDKJ-Bundesvorstandes . . . . .	4
Grußworte der Schirmpatin und des Schirmpaten . . . . .	6
Der BDKJ stellt sich vor . . . . .	8
Die Jugendverbände stellen sich vor . . . . .	9
72 Stunden in ganz Deutschland . . . . .	15
Vorstellung der Unterstützer*innen . . . . .	16
Was ist die 72-Stunden-Aktion? . . . . .	18
72 Stunden – spirituell . . . . .	20
Die Projektvarianten . . . . .	21
Das Wichtigste auf einen Blick . . . . .	23
Wie kommt ihr zu eurem Projekt? . . . . .	25
Aktionsideen . . . . .	27
Vor der Aktion . . . . .	36
Checkliste für einen gelungenen Aktionsverlauf . . . . .	38
Während der Aktion . . . . .	40
Nach der Aktion . . . . .	42
72 Stunden – international . . . . .	44
72 Stunden – online . . . . .	45
Recht, Aufsichtspflicht und Versicherung . . . . .	45
Prävention und Kinderschutz . . . . .	47
Viel Spaß . . . . .	49
Impressum . . . . .	50

# GRUSSWORT DES BDKJ-BUNDESVORSTANDES



Credits: BDKJ-Bundesstelle / Christian Schnaubelt

## Liebe Teilnehmer\*innen der 72-Stunden-Aktion,

vom **18. bis zum 21. April 2024** heißt es wieder: **Euch schickt der Himmel!**

Die dritte bundesweite 72-Stunden-Aktion findet statt, und in ganz Deutschland und darüber hinaus werdet ihr mit vielen jungen Menschen unzählige Aktionen durchführen, die unsere Welt ein Stückchen besser machen. Damit setzt ihr als junge Christ\*innen ein beeindruckendes Zeichen für euren Glauben. Und: Ihr seid so Teil der größten Sozialaktion Deutschlands!

Euer Aktionsheft, das ihr nun hier vor euch habt, wird euch bei eurer Aktion begleiten. Es enthält viele wertvolle Informationen, die euch von der Ideenfindung bis zur erfolgreichen Durchführung unterstützen. Weitere Informationen findet ihr auch unter [72stunden.de](https://72stunden.de). Im Downloadbereich ergänzen wir stetig neue Materialien und Arbeitshilfen. Stöbert durch die vielen Tipps und Anregungen und lasst euch inspirieren!





In einer Zeit, in der wir mit vielen verschiedenen Herausforderungen konfrontiert sind, ist euer Engagement von besonderer Bedeutung. Ihr engagiert euch für das Gute und packt dort an, wo ihr seht, dass Hilfe gebraucht wird. Eure Bereitschaft, euch für das Wohl anderer einzusetzen, zeigt, dass Solidarität und Zusammenhalt für Jugendverbandler\*innen keine leeren Worte sind, sondern Werte, die aktiv gelebt werden. Christlicher Glaube bekommt so durch euch „Hand und Fuß“.

Auch 2024 wird die 72-Stunden-Aktion wieder ein voller Erfolg – da sind wir uns sehr sicher! Das ist nur euretwegen möglich: Wir danken euch schon jetzt für euren Einsatz, für eure Ideen und eure Begeisterung und wünschen euch eine gute Vorbereitung und fantastische 72 Stunden!

#### **Euer BDKJ-Bundesvorstand**

Lena Bloemacher, Daniela Hottenbacher,  
Stefan Ottersbach, Gregor Podschun

**Grußwort von Lisa Paus,  
Bundesministerin für  
Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend**



Liebe junge Engagierte,

der Countdown für die nächste 72-Stunden-Aktion läuft: Von der Renovierung des Schulcafés über die diözesanweiten Müllsammelaktionen, den Besuchsmarathon in Alten- und Pflegeeinrichtungen bis hin zur Neugestaltung des Pfarrgartens – schon jetzt sind viele tolle Projekte auf der Aktionswebseite zu finden. Euer Engagement ist dabei so vielfältig wie das Leben.

Die 72-Stunden-Aktion des BDKJ bringt an Tausenden von Orten im ganzen Land junge Menschen zusammen. Jedes einzelne Projekt trägt dazu bei, den Zusammenhalt und das Miteinander zu stärken, ob auf dem Land oder in der Stadt, in den Kirchengemeinden, bei den Pfadfinder\*innen oder in den anderen Jugendverbänden. Für mich ist die 72-Stunden-Aktion ein Mutmacher, der spüren lässt: Gemeinsam können wir unsere Gesellschaft ein Stück besser machen.

Mir ist es wichtig, engagierten jungen Menschen wie euch Gehör zu verschaffen. Darum habe ich im letzten Jahr das „Bündnis für die junge Generation“ ins Leben gerufen. Wir brauchen euch – eure Ideen und euer Engagement.

Für die 72-Stunden-Aktion wünsche ich euch viel Spaß, Erfolg und neue Erfahrungen. Ich bin überzeugt, dass eure Projekte auch über die 72 Stunden hinaus wirken.

**Eure  
Lisa Paus MdB**

## Grußwort von Bischof Dr. Georg Bätzing, Vorsitzender der Deutschen Bischofskonferenz



Liebe Teilnehmer\*innen der 72-Stunden-Aktion!

„Uns schickt der Himmel“ lautet selbstbewusst euer Motto, und ich danke euch sehr herzlich dafür, dass ihr euch in diesem Sinne schicken lasst. Ihr sagt „JA, hier bin ich“ und bekommt für eure Gruppe einen Auftrag. Euer Einsatz ist ein wichtiges Zeichen der Solidarität und ich bin gespannt, was ihr in 72 Stunden auf die Beine stellen werdet. In dieser kurzen Zeit macht ihr in der großen Gruppe aller Aktions-Engel das, wovon wir viel mehr brauchen in Kirche und Gesellschaft. Denn unser Zusammenleben kann nur gelingen, wenn wir ein solidarisches Miteinander leben und versuchen, einander zu helfen und Not zu lindern, wo immer wir es können. Dazu sind wir als Christ\*innen in besonderer Weise aufgerufen und gesandt. Einige von euch kennen sicher das Gleichnis vom barmherzigen Samariter, der einem Fremden hilft, ohne es zu müssen und ohne eine Gegenleistung zu erwarten. Er sieht die Not und hilft. Er packt an und macht damit, ähnlich eurem

Einsatz, „die Welt ein kleines bisschen besser“. Ihr seid die Samaritaner\*innen von heute. Ihr seid die, die anpacken und ohne zu fragen, was sie davon haben, helfen. Dafür gebührt euch großer Respekt und vor allem Dank. Umso mehr freue ich mich, als Schirmherr die 72-Stunden-Aktion unterstützen zu können.

Ihr könnt stolz auf euch und euren Einsatz sein! Ich wünsche euch von Herzen, dass ihr in den 72 Stunden auch selbst viel Freude bei euren Projekten habt und so gestärkt als Engel weiterfliegt.

Von Herzen DANKE für euren Einsatz – euch schickt der Himmel!

**Bischof Dr. Georg Bätzing,  
Vorsitzender der Deutschen  
Bischofskonferenz**

# DER BDKJ STELLT SICH VOR

Der Bund der Deutschen Katholischen Jugend (BDKJ) wurde 1947 in Hardehausen gegründet und hat in seiner über 75-jährigen Geschichte seine Schwerpunkte bewahrt: **katholisch. politisch. aktiv.**

Er vereint 17 katholische Jugendverbände mit rund 660.000 Mitgliedern unter einem Dach. Er vertritt die Interessen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Kirche, Politik und Gesellschaft und gibt der Jugend so eine starke Stimme. Der BDKJ will Kinder und Jugendliche zu kritischem Urteil und eigenständigem Handeln aus christlicher Verantwortung befähigen. Dazu gehört der Einsatz für eine gerechte und solidarische Welt – zum Beispiel bei der 72-Stunden-Aktion. Als gesellschaftliche Kraft in der Kirche sieht der BDKJ Veränderungen und Herausforderungen durch die Brille junger Menschen und setzt sich für deren Interessen ein. Er versteht sich als gesellschaftliche Kraft in der Kirche und wirkt bei der Entwicklung von Kirche, Gesellschaft, Staat und internationalen Beziehungen mit.



Der BDKJ ist organisiert in Kommunen, Kreisen, Bundesländern und im Bundesgebiet sowie in kirchlichen Territorien wie Dekanaten, Regionen und 26 deutschen Bistümern.

Der BDKJ-Bundesvorstand besteht derzeit aus Lena Bloemacher, Daniela Hottenbacher, Gregor Podschun und Stefan Ottersbach.

# DIE JUGENDVERBÄNDE IM BDKJ STELLEN SICH VOR

Die katholischen Jugendverbände im BDKJ leisten seit mehr als 75 Jahren einen großen Beitrag für Kirche, für den Staat und für die Gesellschaft. Das sind wir – die bundesweit rund 660.000 Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in den katholischen Jugendverbänden:



## AGV

Seit November 1969 ist die Arbeitsgemeinschaft katholischer Studentenverbände e. V. der größte Zusammenschluss katholischer Student\*innen in Deutschland. Wir setzen uns derzeit aus den fünf katholischen Studentenverbänden CV, KV, UV, RKDB und TCV zusammen. Unsere Kernaufgabe ist es, die Belange katholischer Student\*innen zu diskutieren und zu bündeln, um sie anschließend öffentlich – in der Politik, in der Kirche und an den Hochschulen – artikulieren zu können. Dazu sind wir in verschiedenen Gremien vertreten, sind eingetragener Interessenverband beim Deutschen Bundestag und führen regelmäßig Gespräche mit Spitzenvertreter\*innen aus Politik, Kirche, Wissenschaft, Wirtschaft und Medien.



## Aktion West-Ost

Die Aktion West-Ost ist ein Dachverband vier katholischer Jugendverbände: Adalbertus-Jugend, Gemeinschaft Junges Ermeland, Junge Aktion der Ackermann-Gemeinde und Junge Grafenschaft. Als junge und aktive Bürger\*innen Europas möchten wir Verantwortung übernehmen und europäische Verständigung mitgestalten. Gemeinsam mit unseren Partnerverbänden aus Mittel- bis Osteuropa organisieren wir internationale Begegnungen mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus Deutschland, Polen, Tschechien, der Slowakei, Russland und der Ukraine. Durch unsere Bildungsarbeit und Jugendtreffen wollen wir die Begegnung und Verständigung zwischen jungen Menschen fördern und einen Beitrag für ein zusammenwachsendes Europa leisten.



## BdSJ

Der Bund der St. Sebastianus Schützenjugend (BdSJ) ist der katholische Jugendverband des Bundes der Historischen Deutschen Schützenbruderschaften e. V. (BHDS). Wir bestehen seit 1963 und beheimaten die Jung- und Schülerschütz\*innen im Alter bis zu 24 Jahren. In Gruppenstunden und Ferienfreizeiten bieten wir die Möglichkeiten an, sich im Schießsport, im Fahنشwenken oder in Musikküügen zu engagieren. Gemeinsam mit dem BHDS orientieren wir uns am Leitsatz „Für Glaube, Sitte und Heimat“. In dieser Grundorientierung wird der gesamte Mensch in den Blick genommen, d. h. sein Verhältnis zu Gott, zu seinen Mitmenschen sowie zur Umwelt, Geschichte und Tradition.



## CAJ

Als Christliche Arbeiterjugend (CAJ) nehmen wir uns der Lebens- und Arbeitsrealitäten junger Menschen an und verändern darauf aufbauend durch Aktion Gesellschaft. Als Teil einer internationalen Bewegung treten wir weltweit für dieses Ziel ein. Dabei zentral sind die Grundhaltung einer von Gott gegebenen Würde eines jeden jungen Menschen sowie die Methode „Sehen – Urteilen – Handeln“. Unserem Anspruch als Bildungsbewegung werden wir durch den Grundsatz „Bilden durch Tun“ gerecht, der Jugendliche, ausgehend von deren Leben, zu einem Einsatz für eine gerechte (Arbeits-)Welt befähigt und ermutigt.



## DJK

Die DJK Sportjugend ist Teil des DJK-Sportverband e. V. Wir vertreten die Interessen von Kindern und Jugendlichen bis zum 27. Lebensjahr innerhalb der DJK. Unser Wirkungsfeld ist der organisierte Sport. Wir vermitteln durch und mit Sport christliche Werte in unserer Gesellschaft und gestalten die Rahmenbedingungen des Sports so, dass die Teilhabe von Kindern und Jugendlichen, insbesondere derjenigen mit erschwerten Zugangsbedingungen zum organisierten Sport, ermöglicht wird und dieser zu einem gesunden Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen beiträgt.



## DPSG

Die Deutsche Pfadfinderschenschaft Sankt Georg (DPSG) ist der größte Verband katholischer Pfadfinder\*innen in Deutschland. Als Mitglieder lernen wir bei gemeinsamen Abenteuern, Verantwortung für uns und für andere in der Gruppe zu übernehmen. Ziele unseres Kinder- und Jugendverbandes sind die Vermittlung von Selbstständigkeit und Eigenverantwortung. Dabei spielen die Grundsätze des christlichen Glaubens eine wesentliche Rolle.

Kinder und Jugendliche treffen sich ihrem Alter entsprechend in wöchentlichen Gruppenstunden. Hier planen wir gemeinsame Aktionen und Projekte. Höhepunkt des Jahres sind die kleinen und großen Fahrten und Zeltlager in der Region und weltweit.



## Internationaler Bauorden

Seit über 60 Jahren organisiert der Internationale Bauorden Jugendbegegnungen, Friedensdienste und Hilfsprojekte in Europa. Wir unterstützen soziale und gemeinnützige Einrichtungen durch Bau- und Renovierungsarbeiten. Als Bauorden Deutschland werden wir von einem gemeinnützigen Verein (Internationaler Bauorden Deutscher Zweig e. V.) getragen. Gemeinsam mit unseren Partner\*innen planen wir jährlich etwa 120 Hilfsprojekte – Bau-camps – in Europa. Vorwiegend junge Menschen, Schüler\*innen, Student\*innen, Auszubildende, Handwerker\*innen und Angestellte unterstützen uns bisher als Freiwillige. Gegründet wurde unser Bauorden 1953 vom holländischen Ordensmann Werenfried van Straaten.



## J-GCL

In den Jugendverbänden der Gemeinschaft Christlichen Lebens (J-GCL) schließen sich überwiegend Schüler\*innen zusammen. Gemeinsam und geschlechtergetrennt engagieren wir uns für Gerechtigkeit sowie für die Gestaltung von Schule, Kirche, Politik und Gesellschaft. Ehrenamtliches Engagement, regelmäßige Gruppenstunden sowie thematische Wochenenden und andere Freizeitangebote bilden die Basis unserer Arbeit. Diese findet sowohl verbandsintern im Mädchen- und Frauenverband (GCL-MF) bzw. im Jungen- und Männerverband (GCL-JM) als auch gemeinsam als J-GCL statt. Wesentliche Impulse ziehen wir hierbei aus christlichen Werten sowie der Spiritualität des heiligen Ignatius von Loyola.



## KjG

Die Katholische junge Gemeinde (KjG) ist der politische Kinder- und Jugendverband, in dem jede\*r mitbestimmen und mitgestalten kann. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene entscheiden gemeinsam über die Themen und Angebote des Verbandes. In der KjG kommen junge Christ\*innen in der Pfarrei, Diözese oder deutschlandweit zusammen. Wir geben ihnen Raum, einander zu begegnen, Spaß zu haben, sich weiterzuentwickeln und eigene Zugänge zum Glauben zu finden. In unserem Verband machen wir uns stark für Demokratie, Solidarität und Gerechtigkeit, auch in Kirche und Gesellschaft. Deutlich wird dies in unseren drei Kern- und Profilt Themen: Partizipation und Teilhabe von Kindern und Jugendlichen, Glaube und Spiritualität sowie Geschlechtergerechtigkeit und -vielfalt.



## KLJB

Katholisch – Landbevölkerung – Jugend. Diese drei Merkmale stehen für die Identität der Katholischen Landjugendbewegung Deutschlands (KLJB). Wir zählen zu den größten Jugendverbänden Deutschlands. Seit 1947 vertreten wir die Interessen junger Menschen in ländlichen Räumen und engagieren uns für eine lebendige und zeitgemäße Kirche. Als KLJBler\*innen beteiligen wir uns an der Zukunft der Gesellschaft und setzen uns vor Ort für unsere Heimatregionen ein, um diese aktiv und attraktiv zu gestalten. Außerdem engagieren wir uns stark für internationale Gerechtigkeit. Wir verstehen uns als Vorreitende für umweltbewusstes Handeln im Sinne der Schöpfungsbewahrung und als Fachverband für Fragen des ländlichen Raums und der Jugendverbandsarbeit vor Ort.



## Kolpingjugend

Wir sind eine bunte und vielfältige Gemeinschaft und dabei oft ein klein wenig verrückt. Wir sind Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die gerne Verantwortung ergreifen und Taten sprechen lassen. Wir engagieren uns, feiern und spornen uns gegenseitig an, Kirche und Gesellschaft zu bewegen. Wir sind Teil der Kolpingfamilie, in der Menschen aller Altersgruppen zusammenkommen. Hier lernen wir voneinander und setzen uns für die Ideen Adolph Kolpings ein.

Wir setzen uns aktiv für soziale Gerechtigkeit in Deutschland, Europa und der Welt ein. Jeder Mensch soll die gleichen Chancen in der Gesellschaft haben und in der Gemeinschaft unterstützt werden.



## KSJ

Die Katholische Studierende Jugend ist ein Schüler\*innenverband, der schwerpunktmäßig in selbstorganisierten Gruppen außerschulische Bildung am Ort Schule anbietet. Unser Leitsatz lautet: „Jugend leitet Jugend“. Die Schüler\*innen organisieren sich zum Beispiel in Form von Gruppenstunden oder KSJ-Schüler\*innencafés.

Uns ist es wichtig, auf die individuellen Stärken und Eigenheiten der Menschen einzugehen und sie so anzunehmen, wie sie sind. Das fängt bei der Ablehnung der einfachen Geschlechtertrennung zwischen Mann und Frau an und hört bei einer kritischen Auseinandersetzung mit der Flüchtlingspolitik auf. Weder Geschlecht noch Herkunft stehen für uns im Vordergrund, sondern der Mensch, wie er ist und sich fühlt.



## PSG

Die Pfadfinderinnenschaft St. Georg ist der katholische Pfadfinderinnenverband in Deutschland. Engagement für Umwelt, Gerechtigkeit und Frieden, Kindermitbestimmung, Integration von Mädchen unabhängig von Herkunft und Religion sowie internationale Begegnungen sind zentrale Bestandteile der PSG. Ganz aktuell beschäftigen wir uns mit dem Thema Geschlechtergerechtigkeit.

Wir sind Pfadfinderinnen. Wir sind Mädchen und Frauen. Wir sind katholisch: Die PSG stellt Mädchen und Frauen in den Mittelpunkt und gibt ihnen den Raum, in Gemeinschaft den eigenen Standort in Kirche, Glauben und Gesellschaft zu finden und zu verändern.



## Quickborn

Wir kommen aus der Tradition der katholischen Jugendbewegung. Quickborn bedeutet „lebendiger Quell“. Wir sind eine Gemeinschaft aller Generationen, die als Christ\*innen einen selbstständigen Weg zur Gestaltung des eigenen Lebens und der Gesellschaft suchen. Burg Rothenfels ist unsere geistige Heimat und ein Ort, an dem Geist und Seele berührt werden. Die Tagungen werden von den Teilnehmenden selbst gestaltet. Die Mischung aus thematischen, liturgischen und musisch-kreativen Elementen macht die Tagungen einzigartig. Unsere Themen sind: soziale und politische Fragen, Kirche und Liturgie, anders leben, Abstinenz, Ganzheitlichkeit, Musisch-Kreatives.



## Schönstatt

Die Schönstatt-Mannesjugend (SMJ) ist Teil der Schönstattbewegung und richtet sich speziell an männliche Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Geistige Mitte ist für uns das Jugendzentrum Marienberg in Schönstatt. Wichtige Elemente der Jugendarbeit sind die Übermittlung christlicher Werte und die Erziehung zu freien Persönlichkeiten mit einer Festigkeit im Glauben. Als unsere Grundpfeiler gelten die „fünf Säulen der Mannesjugend“: Gemeinschaft, Lebensschule, Liebesbündnis, Mannsein und Apostelsein. Zu unseren wichtigsten Aktivitäten zählen lokale Jugendgruppen, Zeltlager, Gemeinschaftstage oder -wochenenden, regelmäßig stattfindende Treffen von Mitgliedern in kleinen Gruppen sowie Jugendgottesdienste.



## Unitas

Der Unitas-Verband richtet sich als ältester katholischer Studierendenverband mit seinen Grundsätzen und seinem Programm an Student\*innen jeder Nationalität. Er ist mit Ortsvereinen an vielen Hochschulen und Universitäten in ganz Deutschland vertreten. Unser Ziel ist es, die wissenschaftliche Auseinandersetzung in Vorträgen und Diskussionen über das eigene Studium hinaus zu fördern, durch verschiedene gemeinsame Aktivitäten unsere Freundschaften zu pflegen und in unserer Gemeinschaft den Glauben zu leben. Wichtige und zentrale Anliegen sind für uns der europäische Gedanke und die katholische Soziallehre, welche unsere vielfältigen Veranstaltungen bundesweit oder vor Ort in besonderer Weise mitprägen.

# 72 STUNDEN IN GANZ DEUTSCHLAND

In ganz Deutschland, von der Ostsee bis zum Bodensee, von Aachen bis Zittau, findet im Jahr 2024 die 72-Stunden-Aktion statt. Schon zum dritten Mal werden sich in jedem Bistum Gruppen auf die unterschiedlichste Art und Weise für eine bessere, offene und solidarische Welt einsetzen. Hier seht ihr die deutschen Bistümer auf einen Blick:



# VORSTELLUNG DER UNTERSTÜTZER\*INNEN

## Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend



Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend fördert die Entwicklung junger Menschen und ermöglicht die vielfältige Teilhabe von Kindern und Jugendlichen. Kinder- und Jugendverbände dienen als Experimentierfelder für Partizipation, Selbstbestimmung und Verantwortung und sind Orte gelebter Demokratie. Die 72-Stunden-Aktion des BDJ bringt im ganzen Land junge Menschen zusammen, und jedes einzelne Projekt trägt dazu bei, den Zusammenhalt und das Miteinander zu stärken. Das Bundesjugendministerium fördert die 72-Stunden-Aktion mit Mitteln aus dem Kinder- und Jugendplan des Bundes. Bundesjugendministerin Lisa Paus ist zudem Schirmpatin der Aktion.

 [bmfsfj.de](https://www.bmfsfj.de)

## Deutsche Bischofskonferenz



Die Deutsche Bischofskonferenz ist ein Zusammenschluss der katholischen Bischöfe aller Diözesen in Deutschland. Derzeit gehören ihr 65 Mitglieder (Stand: August 2023) aus den 27 deutschen (Erz-)Bistümern an. Sie wurde eingerichtet zur Förderung gemeinsamer pastoraler Aufgaben, zu gegenseitiger Beratung, zur Koordinierung der kirchlichen Arbeit, zum gemeinsamen Erlass von Entscheidungen sowie zur Kontaktpflege zu anderen Bischofskonferenzen. Oberstes Gremium der Deutschen Bischofskonferenz ist die Vollversammlung aller Bischöfe, die regelmäßig im Frühjahr und Herbst für mehrere Tage stattfindet. Der Vorsitzende der Deutschen Bischofskonferenz, Bischof Dr. Georg Bätzing, hat die Schirmpatenschaft für die 72-Stunden-Aktion übernommen.

 [dbk.de](https://www.dbk.de)



## Misereor

Als Werk für Entwicklungszusammenarbeit der katholischen Kirche kämpft Misereor für Gerechtigkeit und Bildung, gegen Hunger, Krankheit, Ausgrenzung und Menschenrechtsverletzungen sowie deren Ursachen. Gemeinsam mit einheimischen Partnern unterstützen wir Menschen unabhängig von ihrem Glauben, ihrer Kultur und ihrer Hautfarbe. Seit der Gründung von Misereor im Jahr 1958 wurden über 113.000 Projekte in Afrika und dem Nahen Osten, in Asien und Ozeanien, in Lateinamerika und der Karibik gefördert. Misereor ist Mitglied im Bündnis Entwicklung Hilft.

 [misereor.de](https://www.misereor.de)



## Bonifatiuswerk der deutschen Katholiken

Das Bonifatiuswerk der deutschen Katholiken ist das Hilfswerk für den Glauben und fördert Projekte in Deutschland, Nordeuropa und dem Baltikum. Es unterstützt katholische Christ\*innen dort, wo sie in einer extremen Minderheitensituation, in der Diaspora, ihren Glauben leben. Neben der Bau-, Verkehrs- und Glaubenshilfe gehört auch die Kinder- und Jugendhilfe zu den Förderarten des Bonifatiuswerkes. Die Kinder- und Jugendhilfe unterstützt Projekte, in denen junge Menschen auf vielfältige Weise mit dem Glauben in Berührung kommen und Gemeinschaft erfahren. Dazu gehören unter anderem karitative Projekte, religiöse Kinderwochen, ambulante Kinderhospizdienste und Jugendhilfeeinrichtungen sowie Aktionen und Initiativen wie die 72-Stunden-Aktion.

 [bonifatiuswerk.de](https://www.bonifatiuswerk.de)

# WAS IST DIE 72-STUNDEN-AKTION?

Deutschlandweit werden sich viele Tausend Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene vom 18. bis 21. April 2024 unter dem Motto „Uns schickt der Himmel“ in ihrer direkten Umgebung, so wie ihr, sozial engagieren.

## WORUM GEHT'S?

Ihr werdet euch mit Engagement und Spaß in genau 72 Stunden der Herausforderung stellen, eine gemeinnützige, soziale, politische, ökologische und/oder interkulturelle Aufgabe zu lösen. Gemeinsam wollen wir aus unserem christlichen Verständnis heraus die Welt ein bisschen besser machen. Durch die 72-Stunden-Aktion zeigt ihr, was Solidarität bewirkt und wie scheinbar Unmögliches durch Kreativität und Know-how aller Beteiligten gelingt.

## BEI DER 72-STUNDEN-AKTION WERDET IHR:

- gemeinsam Berge versetzen
- in drei Tagen die Welt ein Stück besser machen
- etwas Neues ausprobieren
- mit euren Freund\*innen etwas Unvergessliches erleben
- da anpacken, wo Hilfe gebraucht wird

## WIE LÄUFT'S AB?

**Am Donnerstag, dem 18. April 2024,** geht es los. Ab 17:07 Uhr habt ihr 72 Stunden Zeit, euer Projekt anzupacken und kreativ in die Tat umzusetzen. Die Aufgabe sucht ihr euch entweder selbst oder ihr bekommt sie mit dem Startschuss der Aktion als Überraschung gestellt. Wie solche Projekte aussehen können und wie ihr an eure Aufgaben kommt, das erklären wir euch ab Seite 27.

Am Sonntag, dem 21. April 2024, um Punkt 17:07 Uhr habt ihr es geschafft. Eure Aufgabe ist erledigt, euer Projekt ist umgesetzt. Ihr könnt richtig stolz auf euch sein! Jetzt ist Zeit zum gemeinsamen Feiern – ob in eurer Gruppe oder gemeinsam mit den anderen Gruppen der 72-Stunden-Aktion, mit eurem regionalen Koordinierungskreis (KoKreis), mit der diözesanen Steuerungsgruppe, mit euren Projektpartner\*innen, mit euren prominenten Pat\*innen.



Wer das ist und wie sie euch bei eurer Vorbereitung der 72-Stunden-Aktion unterstützen können, das erfahrt ihr auf der Aktionswebsite.

## WAS BRINGT UNS DAS?

Spaß, Neugier, Spannung – ihr habt bestimmt viele Gründe, warum ihr euch bei der 72-Stunden-Aktion angemeldet habt. Und nicht nur die Menschen, für die ihr euch einsetzt, sondern auch ihr werdet durch eure Teilnahme profitieren!

## IN DEN 72 STUNDEN SEID IHR:

### christlich

Euer Glaube und eure Nächstenliebe werden bei der Aktion in eurem Handeln konkret.

### Teil von etwas Großem

Gemeinsam mit vielen anderen Aktionsgruppen zeigt ihr in ganz Deutschland, wie scheinbar Unmögliches gelingen kann.

### politisch

Ihr engagiert euch für Themen, die für Kinder und Jugendliche in unserer Gesellschaft wichtig sind.

### verbindlich

Wie immer engagiert ihr euch so, dass man sich auf euch verlassen kann.

### Lernende

Ihr bringt eure Talente ein, übernehmt Verantwortung und übt euch in Teamfähigkeit, Selbstständigkeit und Kreativität.

### im Rampenlicht

Ihr zeigt, was in euch steckt, und andere nehmen dies wahr.

### vom Himmel geschickt

Ihr macht auf Missstände und Probleme aufmerksam, setzt euch tatkräftig für andere ein und verwandelt so die Welt.

### Netzwerker\*innen

Mit eurer Aktion bringt ihr die unterschiedlichsten Akteur\*innen vor Ort in Kontakt und schafft so mehr Gemeinschaft.

### 72 Stunden – gemeinsam sind wir stark!

Wir freuen uns sehr, dass ihr dabei seid! Dafür schon jetzt ein herzliches Dankeschön! Gemeinsam werden wir Berge versetzen! Wir wünschen euch viel Spaß bei der 72-Stunden-Aktion 2024!

# 72 STUNDEN – SPIRITUELL

Glaube und Spiritualität gehören für uns nicht nur als Baustein zur 72-Stunden-Aktion dazu. Unser Glaube ist für uns die tragende Säule der Aktion, weil wir aus ihm heraus in unseren Gruppen zusammenkommen und die Welt ein bisschen besser machen.

Daher ist es schön, wenn es kurze Momente des Innehaltens während der Arbeit gibt. Dazu haben wir ein Spiri-Paket für euch im Aktionskit zusammengestellt, welches ihr vor der Aktion bekommt. Es umfasst:

## Aktionsgebet

Wie die letzten Male auch wird es ein Aktionsgebet im Visitenkartenformat geben. Das kann euch die gesamten 72 Stunden begleiten.

## Kerzentattoos

Wir legen euch Kerzentattoos für eure eigenen Kerzen bei. Damit könnt ihr eure Kerze individuell gestalten – so wie es eure Aktionsgruppe möchte.

## Impulse

Wir haben verschiedene Impulse für euch vorbereitet. Mit neun Postkarten wollen wir euch über die 72 Stunden begleiten. Darauf findet ihr neben dem Impulstext einen QR-Code, mit dem ihr weitere Inhalte abrufen könnt. Alle Impulse sind so gestaltet, dass ihr sie ohne viel Erfahrung oder Vorbereitung durchführen könnt.

- Wir verkünden das Evangelium in Wort und Tat
- Wir feiern Gottesdienste, Impulse und Gebete
- Wir lassen uns in den Dienst für die Menschen nehmen
- Wir kommen als Gemeinschaft zusammen

Wir freuen uns, dass ihr in dieser Aktion ganz lebendig Kirche seid und erlebbar macht, was es heißt, auf junge Art und Weise zu glauben. Wir wünschen euch dabei viel Spaß und schöne Gottesdienste, Impulse und Gebete.

# DIE PROJEKTVARIANTEN

Im Rahmen der 72-Stunden-Aktion können Aktionsgruppen zwischen folgenden Aktionsformen wählen:

## DO IT – DIE DO-IT-YOURSELF-VARIANTE:

Ihr als Aktionsgruppe überlegt euch ein Projekt, das ihr gerne umsetzen würdet. Ihr habt von der Idee über die Planung bis zur Durchführung der Aktion alles selbst in der Hand. Ihr stellt einen Plan für die drei Tage auf, findet Partner\*innen und/oder Sponsor\*innen und kümmert euch um alles Weitere. Der regionale Koordinierungskreis prüft lediglich, ob das Projekt zu den Kriterien der Aktion passt, und gibt euch bei Bedarf Hilfestellung und Beratung.

## GET IT – DIE ÜBERRASCHUNGSVARIANTE:

Bei Start der Aktion bekommt ihr als Aktionsgruppe von eurem KoKreis oder eurem Diözesanverband ein Projekt zugeteilt. Ihr wisst also bis zum 18. April 2024 um 17:07 Uhr nicht, was auf euch zukommt. Die nächsthöhere Ebene (KoKreis oder Diözesanebene) hat das Projekt vorher entwickelt und bereitet alles Wichtige vor. Ab dem Startschuss könnt ihr euch dann in das Projekt stürzen.



## Kooperationsprojekte

### Schließt im Rahmen der Aktion eine Kooperation

Viele Hände, schnelles Ende: Getreu diesem Motto rufen wir Gruppen dazu auf, sich zu vernetzen. Bei der Anmeldung könnt ihr unter der Auswahl der Projektvariante auch noch angeben, ob eure Gruppe bereit dazu ist, ein Projekt gemeinsam mit einer Partner\*innengruppe durchzuführen.

**Hinweis:** Eure Angabe im Profil garantiert nicht, dass ihr eine Partner\*innengruppe zugewiesen bekommt. Für die Partner\*innenfindung seid ihr selbst verantwortlich. Schaut euch doch mal in eurer Umgebung um. Falls ihr schon eine Partner\*innengruppe gefunden habt, könnt ihr das bei eurer Anmeldung angeben und auch später noch im Profil ändern.

## KRITERIEN FÜR EIN 72-STUNDEN-PROJEKT

Mit der 72-Stunden-Aktion wollen wir Positives in eurem sozialen Umfeld bewirken und gegebenenfalls Missstände beseitigen. Wir setzen also Projekte für andere um und renovieren zum Beispiel nicht unseren eigenen Gruppenraum. Alternativ zu Projekten mit unmittelbarem lokalem Bezug ist es natürlich auch möglich und erwünscht, Projekte im Rahmen einer internationalen Partner\*innenschaft durchzuführen und damit Solidarität und Verbundenheit mit Menschen in anderen

Ländern und aus anderen Kulturen und Religionen auszudrücken.

Die Aktion soll Spaß machen, aber auch herausfordern: Ihr bekommt eine große Aufgabe, macht neue Erfahrungen und wachst über euch hinaus. Ihr stellt euch gemeinsam einer Herausforderung! Dadurch werden alle Teilnehmenden motiviert und die Aktion ist für euch alle ein Erlebnis!

# DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK

## Titel

Der offizielle Titel der Aktion lautet: „72 Stunden – Die Sozialaktion des BDKJ in Deutschland“. In der Kurzform sprechen wir von der 72-Stunden-Aktion.

## Motto

Um zu verdeutlichen, dass wir die Motivation für die Projekte aus unserem Glauben ziehen, wird der Titel kombiniert mit dem Claim

»UNS SCHICKT DER HIMMEL«

## Aktionsgebiet

Die Aktion ist eine Gemeinschaftsaktion aller Diözesan- und der Jugendverbände des BDKJ in Deutschland. In allen 27 Diözesen wird die Aktion zeitgleich stattfinden.

## Aktionszeiten

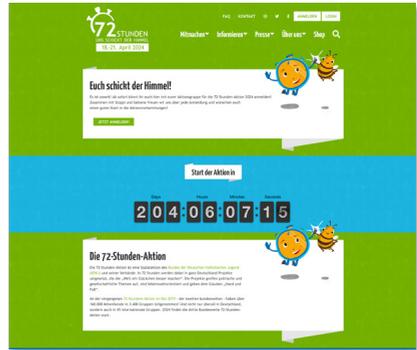
Die 72-Stunden-Aktion startet am 18. April 2024 um 17:07 Uhr und endet am 21. April 2024 um 17:07 Uhr.

## Wer kann mitmachen?

Die Aktion steht allen Menschen offen, die sich für eine solidarische, offene und gerechte Gesellschaft einsetzen möchten. Grundvoraussetzung für die Teilnahme ist der Wille zum Engagement für andere und die Zustimmung zu den Werten des BDKJ und seiner Verbände wie Solidarität, Toleranz und Weltoffenheit. Dies trifft natürlich nicht nur für Ortsgruppen der BDKJ-Jugendverbände, sondern beispielsweise auch auf Schulklassen, Sportvereine, Hochschulgruppen, Jugendfeuerwehren oder alle anderen denkbaren Gruppen junger Menschen zu, die auch herzlich eingeladen sind teilzunehmen.

## Organisation

Die für alle Beteiligten verbindlichen Rahmenbedingungen für die 72-Stunden-Aktion legt die bundesweite Vernetzungsgruppe fest, die sich aus Vertreter\*innen der BDKJ-Jugendverbände, der BDKJ-Diözesanverbände und aus der BDKJ-Bundesstelle zusammensetzt. Auf diözesaner Ebene sind die Steuerungsgruppen, auf regionaler Ebene die Koordinierungskreise (KoKreise) zuständig.



## Ansprechpersonen

Eure direkten Ansprechpersonen sind die Mitglieder eurer diözesanen Steuerungsgruppe. Bei konkreten Fragen zu eurem Projekt könnt ihr außerdem euren KoKreis anfragen. Zusätzlich steht das Projektbüro in der BDKJ-Bundesstelle für all eure Fragen bereit und leitet euch gegebenenfalls an die richtigen Ansprechpartner\*innen weiter. Alle Kontaktdaten und Infos findet ihr hier: [72stunden.de/kontakt](https://72stunden.de/kontakt)

## Merchandising & Werbematerial

Eine Plüschvariante unseres 72-Stunden-Maskottchens Stoppi und einige weitere Produkte findet ihr im Shop auf [shop.72stunden.de](https://shop.72stunden.de). In unserem Design-Generator ([design.72stunden.de](https://design.72stunden.de)) könnt ihr Grafiken für eure Social-Media-Kanäle generieren und auch Plakate, Flyer und Aufkleber gestalten und bestellen.



## Gibt es einen zentralen Anmeldeschluss?

Nein! Es kann sein, dass die KoKreise oder diözesanen Steuerungsgruppen vor Ort nur bis zu einem bestimmten Zeitpunkt die Vorbereitung und Begleitung aller Projekte sicherstellen können und deswegen ab einem gewissen Zeitpunkt keine Gruppen mehr dazukommen können. Im Normalfall können aber alle Interessierten auch mitmachen. Bei Nachfragen meldet euch gerne in eurer Diözesanstelle oder dem Projektbüro in der Bundesstelle.

## Mehr Informationen ...

... bekommt ihr auf der Website [72stunden.de](https://72stunden.de)! Eine komplette Übersicht der häufig gestellten Fragen findet ihr hier: [72stunden.de/faq](https://72stunden.de/faq)

# WIE KOMMT IHR ZU EUREM PROJEKT?

Ihr habt euch erfolgreich zur Aktion angemeldet. Hier findet ihr je nach gewählter Variante einen kurzen Überblick über das weitere Vorgehen.

## WELCHE GRUNDLEGENDE KRIERIEN GILT ES ZU BEACHTEN?

### Die Projekte sollen:

- in 72 Stunden die Welt ein Stückchen besser machen
- lebensweltorientiert sein oder international ausgerichtet sein
- das Zusammenleben gestalten
- herausfordern
- neue Erfahrungen ermöglichen
- maßgeschneidert sein
- innerhalb von 72 Stunden umsetzbar sein
- nachhaltig gestaltet werden

### Die Projekte sollen nicht:

- eigennützig sein
- eine Lückenbüßerrolle einnehmen
- eure günstige Arbeitskraft nutzen, weil das Geld für Bauprofis fehlt

Die Projekte können auch kürzer als 72 Stunden sein. Bringt euch so ein, wie eure Ressourcen es zulassen.

Mehr zu den Kriterien zur Auswahl von Projekten findet ihr auf [72stunden.de](http://72stunden.de)!

### Ihr habt die Get-it-Variante gewählt?

Wenn ihr die Get-it-Variante ausgewählt habt, erledigt der BDKJ-Diözesanverband oder euer KoKreis-Team die Vorbereitung für euch. Alle genaueren Infos werdet ihr von ihnen erhalten. Fragt aber bitte nach, inwiefern ihr zum Beispiel bei der Suche nach Sponsor\*innen oder bei anderen Aufgaben unterstützen könnt. In eurer Verantwortung liegt auf jeden Fall, dass ihr in der Zeit der Aktion gut untergebracht und versorgt seid.

## Ihr habt die Do-it-Variante angemeldet?

Dann heißt es für euch jetzt Ideen spin- nen. Wir wollen bei der 72-Stunden-Aktion mit konkreten Projekten vor Ort die Welt ein bisschen besser machen. Wenn ihr also euer Projekt entwickelt, dann schaut euch zunächst einmal euer Lebensumfeld näher an.

Welche Menschen leben in eurem Stadt- teil oder eurem Dorf? Welche Orte gibt es, um sich zu treffen? Gibt es attrakti- ve Angebote für Kinder und Jugendliche, aber auch für junge Erwachsene und äl- tere Menschen? Welche Probleme gibt es in eurer Stadt oder Gemeinde? Wenn ihr diesen und ähnlichen Fragen auf den Grund geht, bietet euch die 72-Stunden- Aktion die Gelegenheit, euch mit einem gemeinnützigen, sozialen, ökologischen, interkulturellen oder politischen Projekt für eine positive Entwicklung eures Dorfes oder eurer Stadt einzusetzen.

Um euch bei der Themenfindung zu un- terstützen, haben die Verbände zu ihren Themenfeldern konkrete Projektvorschlä- ge erarbeitet. Eine Auswahl findet ihr hier im Heft ab Seite 27. Eine noch weiterrei- chende Sammlung gibt es auf der Website [72stunden.de](http://72stunden.de). Hier findet ihr zudem noch ein paar kleine Methoden, die euch

auch bei der Ideenfindung helfen können, und einen Projektgenerator ([72stunden.de/projektgenerator](http://72stunden.de/projektgenerator)), mit dem ihr durch ein paar wenige Angaben zu einem für euch passenden Projekt findet.

Nutzt all diese Vorschläge zum Nachma- chen, wandelt sie ab oder entwickelt dar- aus neue Ideen. Ihr könnt auch die Jugend- verbände bei euch vor Ort fragen, welche Themen, Ideen oder Aktionen sie in ihr alltägliches Tun einbinden. Oder macht euch bewusst, welche Benachteiligungen und Probleme euch vor Ort in letzter Zeit aufgefallen sind, an denen man dringend etwas verändern sollte.

Wir sind uns sicher, dass ihr mit all diesen Informationen coole, kreative und vielsei- tige Projekte findet, die die Welt ein Stück besser machen! Wir sind sehr gespannt, was euch alles einfällt.



# AKTIONSIDEEN

## GRAFFITI GEGEN RECHTS

Eine Idee der BDKJ-Bundesstelle



**Gruppengröße:** ab 8 Personen

**Alter:** ab 10 Jahren

### Ziel

Im Graffiti-Projekt könnt ihr kreativ ein klares öffentliches Zeichen gegen Rechts-extremismus setzen. Gleichzeitig beschäftigt sich eure Gruppe mit Werten wie To-leranz, Vielfalt und Zusammenhalt und sensibilisiert langfristig für diese Themen.

### Beschreibung & Durchführung

Setzt euch mit eurer Gruppe in einem Workshop mit dem Thema Rechtsextremis-mus auseinander. Überlegt euch gemeinsam, wo ihr schon einmal Diskriminierung mitbekommen oder selbst erlebt habt. Beschäftigt euch mit Werten wie Toleranz, Vielfalt und Zusammenhalt und sprecht mit Menschen aus allen Generationen über dieses Thema. Nutzt die Expertisen lokaler Aktivist\*innen und kommt mit ihnen ins Gespräch.

Sucht eine geeignete Fläche für euer Graffiti. Schaut, dass es gut sichtbar und öffentlich platziert wird, um eine möglichst hohe Reichweite für eure Botschaft zu erreichen. Denkt über Wände von öffentlichen Gebäuden wie Schulen oder Ge-meindezentren nach. Wichtig ist, dass ihr mit den Eigentümer\*innen ins Gespräch kommt und euch eine ausdrückliche Erlaubnis abholt!

Überlegt euch, welches Material ihr für euer Projekt benötigt. Schreibt eine Liste und fragt lokale Baumärkte nach einer Spende. Um zusätzliche Spenden einzuneh-men, macht in Fußgängerzonen auf euer Vorhaben aufmerksam.

Sucht euch Künstler\*innen, die euch unterstützen können. Entwickelt in einem Workshop gemeinsam Ideen, wie ihr eure Botschaft gestalterisch ausdrücken könnt. Bringt im nächsten Schritt eure Entwürfe auf die Wand, achtet darauf, dass jeder mithelfen und mitgestalten kann.

Plant eine feierliche Enthüllung des fertigen Graffitis und lasst euch feiern! Ladet dazu etwa lokale Medien, Gemeindevertreter\*innen und eure Familien und Freund\*innen zu einem Eröffnungsfest ein. Verteilt Kuchen oder andere Dinge, um Spenden für euer Projekt zu sammeln. Spenden, die übrig geblieben sind, könnt ihr an andere Initiativen spenden.

Achtet im Nachgang darauf, dass euer Graffiti für eine lange Zeit sichtbar bleibt!

### Benötigtes Material

- Pinsel, Sprühdosen, Schablonen und andere Kreativmaterialien
- Schutzkleidung zur Arbeitssicherheit
- Papier, Stifte, Zugang zum Internet

### Tipps und Anmerkungen

Stellt sicher, dass alle Teilnehmer\*innen angemessene Schutzkleidung tragen, einschließlich Handschuhen und Atemschutzmasken, um Gesundheitsrisiken beim Umgang mit Sprühdosen zu minimieren. Sorgfältige Planung, von der Konzeptentwicklung bis zur Wahl des Standorts, hilft, das Projekt reibungslos ablaufen zu lassen und eine klare Botschaft gegen Rechtsextremismus zu vermitteln. Denkt an rechtliche Aspekte, um Probleme in Bezug auf die Wandnutzung zu vermeiden, und sorgt dafür, dass das Graffiti gut gepflegt wird, um die Botschaft über einen längeren Zeitraum zu erhalten.

### Projektvariante

- ✓ Do it
- ✓ Get it
- ✓ Kooperationsprojekt

### Links und weiterführendes Material

- 🔗 [Strategien gegen Rechtsextremismus von der Bundeszentrale für politische Bildung](#)
- 🔗 [Bundesarbeitsgemeinschaft Kirche & Rechtsextremismus](#)
- 🔗 [Vielfalt Mediathek des IDA e.V.](#)



# MACH DICH STARK FÜR KINDERRECHTE

Eine Idee des Sachausschusses Partizipation & Teilhabe der KJG

Gruppengröße: 26 – 50 Personen

Alter: 11 – 15 Jahre



## Ziel

Das Projekt soll die Aufmerksamkeit von Besucher\*innen auf die Kinderrechte lenken. Es wird ein Barfuß- oder Trimm-dich-Pfad gebaut, auf dessen Strecke auf die Kinderrechte hingewiesen wird.

## Beschreibung & Durchführung

Baut auf einem Gelände der Stadt (Wald/Park) oder der Kirchengemeinde einen Barfuß- oder Trimm-dich-Pfad. Auf dem Pfad soll man sich nicht nur entspannen (Barfußpfad) oder auspowern (Trimm-dich-Pfad) können, sondern auch gleichzeitig die Möglichkeit haben, sich über die Kinderrechte zu informieren. Die Informationen könnt ihr den Besucher\*innen digital (z. B. über QR-Codes) oder auch analog über laminierte Infoblätter zugänglich machen.

## Benötigtes Material

- Baumaterial für die Pfade (u. a. Holzlatten, Seile, Kies, Sand)
- Zugang zu PC/Tablet und Internet für die Recherche zum Thema Kinderrechte

## Tipps und Anmerkungen

Der Trimm-dich-Pfad kann mit selbst gebauten Geräten gestaltet sein (anspruchsvoller) oder aber auch nur Beschreibungen von Übungen enthalten, die man auf dem Gelände (Wald) ohne Geräte machen kann (leichter).

## Projektvariante

- ✓ Do it
- ✓ Get it
- ✓ Kooperationsprojekt

## Links und weiterführendes Material

- 🔗 [lautstark.kjg.de](http://lautstark.kjg.de)



# EINE INKLUSIVE WERTE-OLYMPIADE

Eine Idee der DJK Sportjugend

**Gruppengröße:** mit jeder Gruppengröße machbar

**Alter:** 6 – 99 Jahre



## Ziel:

Die Welt bewegen mit einer inklusiven Werte-Olympiade

## Beschreibung & Durchführung

Im Sommer 2024 sind gleich drei sportliche Großereignisse in Europa: die UEFA EURO 2024 in Deutschland sowie die Olympischen und die Paralympischen Spiele in Paris. Die DJK ist Teil der Stakeholderinitiative der EURO 2024, die sich für Menschenrechte und Nachhaltigkeit einsetzt, und auch Inklusion wird in der DJK großgeschrieben.

Sucht euch eine Kita, eine Schule, ein Seniorenwohnheim, ein Kinderhospiz oder eine andere Einrichtung in eurer Nähe und führt dort gemeinsam eine eigene inklusive Werte-Olympiade durch.

Werdet kreativ und plant Wettkämpfe in verschiedenen Disziplinen – von Klingelfußball bis Rolli-Slalom – euch sind keine Grenzen gesetzt. Neben dem sportlichen Aspekt sollen auch die 17 Nachhaltigkeitsziele nicht zu kurz kommen. Kommt in Workshops, Spielen oder Rätseln über die Nachhaltigkeitsziele ins Gespräch und überlegt gemeinsam, wie diese in der Einrichtung, im Alltag oder politisch umgesetzt werden können. Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Auf die Plätze, fertig, los!

## Benötigtes Material

- Sportmaterialien nach Bedarf
- Überblick über die 17 Nachhaltigkeitsziele

## Tipps und Anmerkungen

Weitere Materialien können bei Bedarf bei der DJK Sportjugend oder dem DJK-Verein in eurer Nähe angefragt werden.



## Projektvariante

- ✔ Do it
- ✔ Get it
- ✔ Kooperationsprojekt

## Links und weiterführendes Material

Ideen für Spiele:

🔗 [sport-woerterbuch.de](https://sport-woerterbuch.de)

Die Nachhaltigkeitsziele:

🔗 [euro-stakeholder-2024.de](https://euro-stakeholder-2024.de)



# KIPPEN WEG FÜR SAUBERES GRUNDWASSER

Eine Idee des Jugendhaus Düsseldorf

**Gruppengröße:** mit jeder Gruppengröße machbar

**Alter:** 6 – 99 Jahre



## Ziel

Kippen sammeln, auf die Umweltbelastung hinweisen und durch „Kippengeister“ zukünftig das Grundwasser schützen

## Beschreibung & Durchführung

Diese Aktionsidee soll ein Bewusstsein für die erheblichen Auswirkungen von Zigarettenkippen auf die Umwelt schaffen. An einem bestimmten Straßenabschnitt oder einem belebten Platz sammelt ihr die auf dem Boden verteilten Zigarettenkippen. Die Idee dahinter ist, über die Umweltverschmutzung durch Kippen zu informieren und dafür zu sensibilisieren, wie viel Schaden sie tatsächlich anrichten können, insbesondere in Bezug auf die Vergiftung von Wasserquellen. Die Zigarettenkippen werden in einem zentralen Behälter gesammelt, um vor Augen zu führen, welche Menge giftiger Stoffe diese kleinen Abfälle in die Umwelt abgeben. Parallel dazu könnt ihr kreativ werden, indem ihr „Kippengeister“ gestaltet und aufhängt. Außerdem könnt ihr Taschenaschenbecher basteln und verteilen. Sie sollen Rauchern eine umweltfreundliche Möglichkeit bieten, ihre Kippen richtig zu entsorgen.

## Benötigtes Material

- Für die Sammelaktion: Handschuhe, Greifzangen, Sammelbeutel
- Für die Infoveranstaltung: großes Glas, Infoplakate, Handzettel
- Für die Kippengeister: Milch- oder Saftkartons, Kleber, Schere, Stifte, Draht, Zange

## Tipps und Anmerkungen

Achtet beim Sammeln auf die Hygiene. Nutzt Handschuhe oder Zangen und fasst die Kippen nie direkt an. Falls ihr Inspirationen für Kippengeister benötigt, googelt gerne oder lasst eurer Fantasie freien Lauf.

## Projektvariante

- ✓ Do it
- ✓ Get it
- ✓ Kooperationsprojekt

## Links und weiterführendes Material

- 🔗 [cleanupnetwork.com](https://cleanupnetwork.com)



## UNSERE KLIMAINSEL

Eine Idee von Misereor

Gruppengröße: 7 – 25 Personen

Alter: 12 – 28 Jahre

**misereor**  
GEMEINSAM GLOBAL GERECHT

### Ziel

Der Klimawandel hat drastische Folgen, nicht nur hier in Deutschland, sondern vor allem und schon heute in den Ländern des Globalen Südens. Besonders in den Großstädten staut sich die Hitze. Die Misereor-Partnerorganisation BARCIK hat hier einen kreativen Lösungsansatz gefunden: Gemeinsam mit Menschen, die aufgrund von Klimawandelfolgen auf der Flucht sind, begrünt sie in der bangladeschischen Hauptstadt Dhaka zum Beispiel Hausdächer und Fassaden mit Obst- und Gemüsepflanzen. Diese Pflanzen erfüllen also gleich mehrere Funktionen: Sie spenden Schatten, kühlen die Umgebung und bieten Nahrung.

Solche kleinen Orte mit mehreren Funktionen wie diese „Klimainseln“ könnt ihr auch vor eurer Haustür schaffen. Orientiert euch dabei an der Philosophie der Permakultur und schafft einen Raum, in dem Menschen, Pflanzen, kleinere Tiere und Insekten gemeinsam leben können. Jedes Element bringt Nutzen für alle, bietet zum Beispiel Nahrung für Mensch und Biene, spendet Schatten und lädt zum Verweilen ein.

So könnt ihr im Kleinen die Veränderung leben, die im Großen passieren muss, um den Klimawandel abzuschwächen und eine global gerechte Zukunft zu schaffen.

Setzt euch mit dieser Aktion  
für das Klima ein und teilt es mit uns!

**ZUSAGE**  
JUGENDAKTION  
GLOBALER SOLIDARITÄT

Mit etwas Glück gewinnt ihr eine Teilnahme an der ZUSAGE-Sommerakademie vom 8. bis 11. September 2024 in Berlin! Alle Informationen findet ihr unter [zusage.global.de](https://zusage.global.de)

ZUSammen – Gerecht: Die ZUSAGE-Jugendaktion globaler Solidarität ist eine Kooperation von Misereor und BDKJ, die jedes Jahr den Fokus auf Themen der globalen Gerechtigkeit legt.

## Beschreibung & Durchführung

Ihr braucht erst mal bloß ein Stück Welt, das ihr bepflanzen, oder eine Hauswand, die ihr begrünen dürft – dann wird's kreativ! Begrünt die Wände mit Moosgraffiti oder einer modularen Fassade mit Kletterpflanzen, Beeten und Insektenhotels. Je nach Platz könnt ihr Hochbeete, Kraterbeete, Kräuterspiralen oder Kartoffeltürme bauen. Oder ihr pflanzt sogar einen Weidenpavillon. Um andere Menschen in euer Projekt miteinzubeziehen, könnt ihr Hinweis- und Erklärschilder gestalten.

## Benötigtes Material

Eine Übersicht über benötigte Materialien und Bauanleitungen findet ihr hier: [72stunden.de/mitmachen/aktionsideen](https://72stunden.de/mitmachen/aktionsideen)

## Tipps und Anmerkungen

Ihr habt einen freistehenden Baum auf eurem Gelände? Denkt eure Klimainsel von diesem Baum aus und bepflanzt die Baumscheibe, um Wasserverdunstung zu vermeiden 🌬️ ([berlin.nabu.de/stadt-und-natur/naturschutz-berlin/baumschutz/baumscheiben/index.html](https://berlin.nabu.de/stadt-und-natur/naturschutz-berlin/baumschutz/baumscheiben/index.html))

## Projektvariante

- ✔️ Do it
- ✔️ Get it
- ✔️ Kooperationsprojekt

## Links und weiterführendes Material

- 🌬️ [Essbare Stadt](#)
- 🌬️ [Gärtnern unter neuen Klimabedingungen](#)
- 🌬️ [Urban Gardening](#)



# VIELE SPRACHEN, EIN GEIST

Eine Idee des Bonifatiuswerkes der deutschen Katholiken e. V.

**Gruppengröße:** ab 2 Personen

**Alter:** ab 12 Jahren



## Ziel

Legt eine Sammlung „Viele Sprachen, ein Geist“ an, indem ihr einen vorbereiteten Gottesdienst in möglichst viele Sprachen übersetzt und gemeinsam feiert.

## Beschreibung & Durchführung

Egal auf welcher Sprache wir beten – Gott hört und versteht uns! Wenn Menschen mit verschiedenen Sprachen zusammenkommen, ist es schön, wenn die verschiedenen Sprachen im Gottesdienst vorkommen. Bereitet gemeinsam einen Gottesdienst vor (z. B. zum Thema Frieden oder Versöhnung) und übersetzt ihn komplett oder Teile daraus in so viele Sprachen wie möglich. Wenn ihr in euren Familien, Verbänden, Gemeinden und Bekanntenkreisen rumfragt, bekommt ihr sicher viele Sprachen zusammen! Als Höhepunkt könnt ihr den Gottesdienst gemeinsam mit eurer Kirchengemeinde feiern und so ein Zeichen für Verständigung und (Sprach-)Vielfalt setzen.

## Benötigtes Material

- Computer/Tablet/Handy mit Internet
- Gotteslob/Gesangbücher
- Kreativität!

## Tipps und Anmerkungen

Die vielen Übersetzungen des Gottesdienstes könnt ihr auch ausdrucken und in Ordnern in die Kirchengemeinden bringen oder als Downloadlink verschicken. Vielleicht haben auch die Schulen oder kirchlichen Einrichtungen in eurer Umgebung Interesse daran.

## Projektvariante

- ✓ Do it
- ✓ Get it
- ✓ Kooperationsprojekt

## Links und weiterführendes Material

- 🔗 Übersicht zum Ablauf eines Gottesdienstes im Gotteslob Nr. 581 oder online z. B. [hier](#)
- 🔗 Tipps für die Formulierung von Fürbitten z. B. [hier](#)



# VOR DER AKTION

Ihr habt euch als Aktionsgruppe angemeldet und entwickelt nun euer eigenes Projekt oder der KoKreis oder die diözesane Steuerungsgruppe sucht ein Projekt für euch. Neben der Umsetzung des Projekts gibt es aber noch Weiteres zu tun.

## Material organisieren

Vor dem Start der Aktion bekommt ihr euer Aktionskit von eurem KoKreis oder Diözesanverband ausgeteilt. Hier findet ihr einige Dinge für euch als Teilnehmer\*innen.

Um Werbung für die 72-Stunden-Aktion zu machen, könnt ihr über **design.72stunden.de** Plakate, Flyer, Aufkleber und mehr individuell gestalten und entweder selbst ausdrucken oder einfach direkt dort bestellen. Zusätzlich könnt ihr auch noch Bilder und Grafiken mit Stoppi und Sabiene für eure Instagram-Kanäle gestalten. Nutzt gerne das Hashtag #72h beim Posten auf Instagram und Co. So erscheinen eure Beiträge während der Aktion auch auf der Social Wall auf **72stunden.de**. Fragt auch bei eurem KoKreis oder der Diözesanstelle nach, ob es für eure Region vielleicht schon regionalisierte Materialien und ein gemeinsames Hashtag gibt.

Weiterhin benötigt ihr für die Aktion auch Räumlichkeiten, die ihr als „Schaltzentrale“ nutzen könnt. Sie sollen zum Ausruhen, Essen, Trinken, eventuell Kochen und Übernachten dienen. Um eine gute Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit zu gewährleisten, benötigt ihr auch einen Computer oder ein Smartphone und einen funktionierenden Internetan-

schluss oder ausreichend mobile Daten. Darüber hinaus ist es wichtig, während der Entwicklung eures Projekts zu prüfen, welches Material zur Durchführung ihr nicht kurzfristig besorgen könnt und vorher organisiert werden muss.

## Projekt vorbereiten (Do it)

Die Planung und Vorbereitung eures Projekts sind wichtig. Besprecht mit euren Projektpartner\*innen, was ihr am besten schon vor der 72-Stunden-Aktion vorbereitet – etwa Genehmigungen einholen oder Material besorgen. Kümmert euch um Geld- und Sachspenden, bereitet Presstexte vor und trefft euch vielleicht schon einmal mit euren Pat\*innen.

Aber Vorsicht: Ein Projekt, das schon vorher bis in das kleinste Detail geplant und durchorganisiert ist, raubt oft die Spontaneität und die Lebendigkeit der Aktion.

## Kontakte knüpfen und sich vernetzen

Für euer Projekt können viele Kontakte hilfreich sein. Ihr benötigt spontan eine weitere Materialspende? Euch ist die Verpflegung ausgegangen? Ihr benötigt personelle Unterstützung? Wenn ihr euch bereits vor der Aktion mit Multiplikator\*innen, Spender\*innen, Pat\*innen und Menschen aus dem Sozialraum vernetzt, ist kurzfristige Hilfe weniger kompliziert. Außerdem ist es wertvoll, Menschen im Rücken zu haben, die eure Aktion mittragen und euch stärken.

## Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Die 72-Stunden-Aktion möchte nicht nur soziale Projekte für andere Menschen umsetzen, sondern auch den Glauben durch eure Aktionen greifbar machen und sichtbar werden lassen. Dies gelingt durch eine gute Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Ihr solltet frühzeitig Kontakte zu lokalen Medienpartner\*innen knüpfen. Die KoKreise oder diözesanen Steuerungsgruppen werden euch dabei unterstützen. Erzählt vielen öffentlichen Funktionsträger\*innen von euren Vorhaben. Vor der Aktion könnt ihr in den Medien für Unterstützung werben, während der Aktion davon berichten und nach der Aktion eure Ergebnisse präsentieren. Texte, mögliche Formate der Öffentlichkeitsarbeit und Medienpartnerschaften solltet ihr bereits vorbereitet haben. Auch solltet ihr mit den Teilnehmenden Vereinbarungen zu Bild- und Tonaufnahmen treffen und euch

gegebenenfalls die Zustimmung von Sorgeberechtigten einholen.

Mehr Informationen findet ihr in der Arbeitshilfe zu diesem Thema auf [arbeitshilfen.72stunden.de](http://arbeitshilfen.72stunden.de).

## Motivation

Es kann vorkommen, dass eure Motivation in der langen Zeit von der Anmeldung bis zur Aktion ein wenig nachlässt. Das ist ganz normal und ihr könnt dem entgegenwirken. Nehmt euch Zeit und macht euch noch einmal bewusst, was genau euch zur Teilnahme motiviert. Überlegt miteinander, weshalb ihr diese Herausforderung annehmen wollt. Tauscht euch darüber aus, was jede und jeder aus eurer Gruppe von der 72-Stunden-Aktion erwartet. Hier ein paar Leitfragen:

- Ihr macht bei der 72-Stunden-Aktion mit! Aber warum? Was waren die Gründe für eure Anmeldung?
- Habt ihr Lust, mit der Gruppe mal echt was zu schaffen, zur Not bis in die Nacht hinein?
- Was wird euch besonders Spaß machen?
- Wie könnt ihr „die Welt ein bisschen besser machen“?

# CHECKLISTE FÜR EINEN GELUNGENEN AKTIONSVERLAUF

- Habt ihr euch für eine der beiden Projektvarianten „Do it“ oder „Get it“ entschieden?
- Wollt ihr euer Projekt gerne in Kooperation mit einer anderen Gruppe oder einem anderen Träger machen? Dann gebt dies bei eurer Anmeldung oder im Profil an.
- Habt ihr euch auf [72stunden.de](https://www.72stunden.de) angemeldet? Habt ihr ein Foto von eurer Gruppe eingestellt?
- Sind eure Kontaktdaten nicht nur auf [72stunden.de](https://www.72stunden.de), sondern auch in euren sonstigen Auftritten im Internet (Instagram, Homepage etc.) aktuell?
- Habt ihr Schulbefreiung und Freistellung für die Teilnehmenden eurer Aktionsgruppe beantragt?
- Habt ihr Einwilligungen der Beteiligten eurer Aktion, dass ihr und anwesende Presse Fotos veröffentlichen dürft/darf? (siehe Versicherung und Datenschutz)
- Habt ihr euch und das Material versichert? (siehe Versicherung und Datenschutz)
- Sind Schulen, euer Pfarrer, Bürgermeister\*in, Presse usw. informiert?
- Sind Spenden und Sponsor\*innen gefunden? Habt ihr geschaut, wo ihr Förderanträge stellen könnt?
- Sind alle Eltern informiert?
- Wissen alle Gruppenmitglieder, wann ihr euch wo trifft?
- Wo ist eure Aktionszentrale?
- Gibt es einen Internetzugang?
- Wo übernachtet ihr, was esst und trinkt ihr?
- Habt ihr einen Gottesdienst oder Impulse geplant?
- Wisst ihr, wer von euch was gut kann?
- Wie sieht es mit Kameras, Fahrzeugen, Licht und Musik, Erreichbarkeit und Berichterstattung aus?
- Habt ihr ein Motivationspaket (z. B. mit Lieblingsmusik, Snacks) für die Helfer\*innen geschnürt?
- Wer kümmert sich um ein Erste-Hilfe-Notfall-Set?

- Wisst ihr, an wen ihr euch bei Fragen/Hilferufen während der Aktion wenden könnt?
- Wer hat die Notfallnummern und immer ein Handy zur Hand?
- Wie wollt ihr den Startschuss für eure Aktion abgeben? Und wie wollt ihr den Abschluss eurer Aktion feiern?
- Habt ihr noch Fragen, die geklärt werden müssen? Wenn ja, welche?
- Woran wollt/müsst ihr noch denken?

### Besonderes für Do-it-Aktionsgruppen

- Habt ihr eure Projektidee in euer Profil auf der Homepage eingetragen und an euren regionalen Koordinierungskreis oder eure BDKJ-Diözesanebene weitergegeben?
- Habt ihr euer Projekt geplant und euch überlegt, wie ihr vorgehen wollt?
- Sind alle Aufgaben definiert und verteilt?
- Wisst ihr, woher ihr alles Nötige wie z. B. Material, für die Umsetzung eures Projekts bekommt?
- Braucht ihr weitere Unterstützung, um euer Projekt umsetzen zu können?

### Wenn ihr euer Projekt in Kooperation durchführt ...

- Habt ihr mit euren Kooperationspartner\*innen alles geklärt?
- Habt ihr einen Kooperationsvertrag geschlossen?

### Besonderes für Get-it-Aktionsgruppen

- Wisst ihr wann, wo und durch wen ihr euer Projekt überreicht bekommt?

# WÄHREND DER AKTION

Es ist Donnerstag, der 18. April 2024. Vor euch liegt die 72-Stunden-Aktion. Ihr seid hoch motiviert, aber auch gespannt: Was passiert in den nächsten 72 Stunden?

## Auftakt

Die Minuten vor dem offiziellen Startschuss werden mit einem gemeinsamen Countdown per Livestream zusammen mit dem BDKJ-Bundesvorstand eingeleitet. Danach erhalten die Get-it-Gruppen ihren Projektauftrag. Ab diesem Moment können alle mit ihrem Projekt starten.

Eventuell startet ihr die Aktion auch gemeinsam mit anderen Gruppen aus eurer Umgebung bei einer regionalen Auftaktveranstaltung, wo ihr dann den Countdown-Livestream schaut. Vielleicht gibt es auch eine diözesanweite Auftaktveranstaltung. Darüber wird euch der KoKreis oder die diözesane Steuerungsgruppe rechtzeitig informieren. Falls ihr euren eigenen Auftakt veranstaltet, bekommt ihr vor dem Start der Aktion alle Infos zum Livestream auf [72stunden.de](https://www.72stunden.de).

## Projektplanung

Ihr bezieht eure Aktionszentrale. Diese kann in euren Gruppenräumen sein oder ein „mobiles Büro“ am Einsatzort. Als Get-it-Gruppe plant ihr nun, wie ihr euer Projekt in den nächsten drei Tagen realisieren wollt. Als Do-it-Gruppe geht ihr eure Vorbereitungen noch einmal gründlich durch. Setzt euch zusammen und überlegt gemeinsam:

- Was müssen wir genau tun?
- Wie gehen wir vor? In welcher Reihenfolge?
- Was müssen wir besorgen?
- Wer kann welche Jobs übernehmen?
- Brauchen wir zusätzliche Unterstützung?

Eure Vorgehensweise, Ideen und To-do-Listen könnt ihr auf einem großen Plakat, einer Papierrolle, Tafel, Pinnwand oder Ähnlichem festhalten. Das ist praktisch, weil sich dann alle aus eurer Gruppe zu jeder Zeit über den aktuellen Stand des Projekts informieren können.

Ihr solltet als Leiter\*innen den Gruppenmitgliedern viel Raum zum selbstständigen Arbeiten lassen. Natürlich benötigen gerade jüngere Kinder auch Anleitung. Hier ist Fingerspitzengefühl von euch gefragt: nur so viel Unterstützung wie nötig und so viel Eigenständigkeit wie möglich.

## Pausen

Plant Pausen ein. 72 Stunden arbeiten und organisieren ist anstrengend. Deshalb sind Pausen ein wichtiger Teil der Aktion. Setzt euch außerdem regelmäßig zusammen und überprüft, wie es gerade bei euch läuft. Sind alle zufrieden? Wissen alle, was sie machen sollen? Habt ihr noch ausreichend Energie? Gemeinsam könnt ihr auch die Aufgaben neu verteilen oder bestehende Zeitpläne verändern.

## Spiritualität

Beginnt den Tag gemeinsam, beispielsweise mit einem Gebet. Ein kurzes Innehalten am Nachmittag oder am Abend kann ebenfalls viel Kraft geben. Schaut ansonsten, was zu eurer Gruppe am besten passt: Soll ein Gottesdienst gefeiert werden? Plant ihr, Andachten durchzuführen? Soll es ein interreligiöses Gebet geben? Überlegt, an welchen Orten und zu welchen Zeiten Spiritualität in die Aktion einfließen kann.

Zur Unterstützung erhaltet ihr eine Spiri-Arbeitshilfe, die Anregungen gibt und euch durch die Aktion begleitet.

## Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Besonders während der Aktion solltet ihr auch nach außen zeigen, was ihr leistet. Ihr könnt insbesondere die sozialen Medien nutzen, um euer Engagement sichtbar zu machen. Dies dient nicht nur zur Konkretisierung des Glaubens, sondern es kann sehr motivierend für euch sein, wenn Menschen eure Arbeit unterstützen. Außerdem könnt ihr bei Bedarf zügig an Unterstützung kommen, wenn ihr von eurer Aktion in der Öffentlichkeit berichtet. Der KoKreis oder die diözesane Steuerungsgruppe werden euch dabei unterstützen.

## Besuche bei eurer Gruppe

Es kann sein, dass Bürgermeister\*innen oder Landrät\*innen, vielleicht auch Abgeordnete aus dem Landtag oder Bundestag bei euch vorbeikommen und euer Projekt kennenlernen und mit euch ins Gespräch kommen wollen. Viele Politiker\*innen wollen die Aktion unterstützen und live erleben, wie ihr in 72 Stunden die Welt vor Ort ein bisschen besser macht. Bei eurer Anmeldung könnt ihr auch angeben, ob ihr besucht werden möchtet oder nicht. Diese Angabe könnt ihr in eurem Profil auf [72stunden.de](http://72stunden.de) jederzeit ändern.

Plant bei einem solchen Besuch ein, dass sich eine Person aus eurer Gruppe kurz Zeit für die Gäst\*innen nimmt. In der Regel wisst ihr natürlich vorher Bescheid, wer wann zu euch kommen möchte, und könnt das auch ablehnen, wenn es euch gar nicht passt. Wir möchten euch aber gerne darin bestärken, diese Gelegenheit zu nutzen und den Politiker\*innen zu zeigen, was für spannende Projekte ihr für eine

bessere Welt umsetzt! Jugendverbandsarbeit braucht Fürsprecher\*innen in Politik und Gesellschaft, zum Beispiel, um unsere Arbeit auch langfristig finanziell durch Fördermittel abzusichern. Zu solchen Besuchen kommt oft auch die Presse mit, für euch also vielleicht auch eine tolle Gelegenheit, in der Zeitung zu erscheinen und dort noch mal Werbung für eure Arbeit vor Ort zu machen!

### Motivation

72 Stunden können verdammt lang werden. Auch das beste Team ist nicht vor Durchhängern gefeit. Packt also Dinge ein, die euch aus einem Zwischentief schnell wieder herausholen: Lieblingsmusik, einen eigenen Motivationsruf, Warm-ups für Körper und Geist, Süßigkeiten und Obst ...

Ruft euch noch einmal eure Motivation ins Bewusstsein, warum ihr gemeinsam euer Ziel erreichen wollt. Klärt, was ihr benötigt, damit ihr zur Not bis in die Nacht hinein arbeiten könnt. Verteilt vielleicht neue Zuständigkeiten oder sucht euch per Hilferuf motivierte Menschen, die euch unterstützen. Legt eine kurze Pause ein und freut euch gemeinsam über das, was ihr bereits geschafft habt. Und dann kann es mit neuer Energie weitergehen! Sucht euch auch Menschen, die euch von außerhalb motivieren und antreiben.

### Abschluss

Nach so viel Arbeit darf das Feiern nicht zu kurz kommen! Wie und mit welchen Menschen ihr feiert, wird sicher von eurer 72-Stunden-Aufgabe abhängen – und davon, ob euer KoKreis oder die diözesane Steuerungsgruppe eine regionale oder diözesanweite Abschlussveranstaltung plant. Dennoch solltet ihr gemeinsam mit Projektpartner\*innen und Unterstützer\*innen euer erfolgreiches Projekt feiern. Ihr könnt dabei auch noch einmal allen genau erklären, was ihr gemacht habt und wie.

## NACH DER AKTION

### Reflexion

Die 72-Stunden-Aktion und das Abschlussfest sind vorbei und ihr seid wieder ausgeschlafen. Jetzt ist es Zeit, die Aktion in eurer Gruppe zu reflektieren. Mit der Reflexion macht ihr euch bewusst, was gut lief und wo ihr vielleicht Probleme in der Zusammenarbeit hattet. Das ist ein wichtiger Schritt, um das Projekt für euch richtig abzuschließen und zugleich für die Zukunft zu lernen, wie ihr euch an der einen oder anderen Stelle besser organisiert und Konflikte vermeidet.

## Bei der Reflexion stellt ihr euch beispielsweise folgende Fragen:

- Wie liefen die Vorbereitung und die Durchführung?
- Was war gut, wo hat es gehakt?
- Welchen Nutzen hat die Teilnahme an der 72-Stunden-Aktion für die Gruppe?
- Wie geht es weiter?

Ihr könnt eure Reflexion auch spielerisch anleiten. Dazu gibt es zahlreiche Methoden, die ihr rechtzeitig auf [72stunden.de](https://www.72stunden.de) nachlesen könnt.

Außerdem wird es eine bundesweite Evaluation geben. Hierzu wird direkt im Anschluss an die Aktion ein Fragebogen veröffentlicht. Den bekommt ihr per Mail zugeschickt oder könnt ihn auf [evaluation.72stunden.de](https://www.evaluation.72stunden.de) beantworten. Dieser Fragebogen hilft allen Ebenen der Aktion dabei, eine mögliche nächste Aktion noch besser vorzubereiten.

## Nachhaltigkeit

Während der 72 Stunden habt ihr nicht nur die Welt ein Stückchen besser gemacht, sondern ihr habt auch viele Kontakte geknüpft und mit verschiedenen Kooperationspartner\*innen zusammengearbeitet. Überlegt gemeinsam, welche Kontakte ihr nach der Aktion aufrechterhalten wollt, welche Personen in eurer Gruppe neu sind und wie ihr sie weiterhin für eure Arbeit begeistern oder wie ihr auch nach der 72-Stunden-Aktion Unterstützung von Spender\*innen und Politiker\*innen erhalten könnt. Die Aktion ist ein guter Startimpuls für weitere Kooperationen. Vielleicht war eure Aktionsgruppe auch eine temporäre Gruppe und nun habt ihr Lust, dies zu verstetigen, oder ihr habt Interesse daran, euch auch über die 72-Stunden-Aktion hinaus sozial zu engagieren. Dann unterstützen euch die Jugendverbände im BDKJ, Engagement zu leben, und beraten euch zu Wegen in die Jugendverbandsarbeit.

## Und dann?

Wir sind gespannt, wie es bei euch allen nach den herausfordernden gemeinsamen 72 Stunden weitergeht. Vielleicht möchtet ihr noch ein bisschen in Erinnerungen schwelgen? Vielleicht bleiben Kontakte erhalten? Vielleicht wurdet ihr und eure Gruppe durch die Aktion gestärkt?

Die Website und Social-Media-Konten sind genau das Richtige für euch, um einen Bezug zur Aktion zu behalten. Vielleicht habt ihr auch selbst Fotos und Videos gemacht, die ihr in geeigneter Form veröffentlichen und präsentieren wollt oder die ihr in eurer Gruppe teilen möchtet.

Vielleicht kümmert ihr euch auch weiterhin um euer 72-Stunden-Projekt? Ihr werdet auch nach der Aktion bestimmt viele Ideen haben, wie ihr die Welt ein bisschen besser machen könnt. Denn: Euch schickt der Himmel! – und zwar nicht nur für 72 Stunden.

## 72 STUNDEN – INTERNATIONAL

**Die 72-Stunden-Aktion ist nicht nur eine bundesweite Sozialaktion des BDKJ, sondern wird auch weltweit veranstaltet. Die Welt kann schließlich nicht nur hier in Deutschland ein Stückchen besser gemacht werden!**

Damit die Aktion 2024 auch über die Grenzen der Bundesrepublik Deutschland hinaus wirkt, braucht es junge Menschen, die die Idee der Aktion weitertragen und andere begeistern.

Grundlegende Informationen werden auf der Website auch auf Englisch, Spanisch und weiteren Sprachen auffindbar sein. Damit sind zumindest einige sprachliche Barrieren überwunden.

Einige Verbände des BDKJ haben schon viele Erfahrungen mit internationalem Austausch und können euch bei Interesse sicherlich unterstützen. Vielleicht sucht ihr euch auch eine internationale Partner\*innengruppe und tauscht euch während der 72 Stunden über eure Projekte aus. Was läuft gut, was nicht? In digitalen Zeiten fällt es besonders leicht, Bezüge herzustellen und Gemeinsamkeiten

aufzuzeigen, auch wenn eine räumliche Nähe nicht gegeben ist und manchmal die Zeitverschiebung Schwierigkeiten in der Abstimmung bewirkt. Vielleicht hat eure Gemeinde ja auch schon internationale Partnerschaften aufgebaut?

Themen wie Gerechtigkeit und Frieden sind Themen, die gut international ausgelegt werden können. Auch hier sind eurer Kreativität und euren Ideen keine Grenzen gesetzt!

Mehr Informationen findet ihr unter [international.72stunden.de](https://international.72stunden.de)



# 72 STUNDEN – ONLINE

Auf der Aktionswebsite bekommt ihr, nachdem eure Gruppe angemeldet und freigeschaltet ist, einen eigenen Bereich. Dort könnt ihr aktuelle Informationen zu eurer Aktionsgruppe veröffentlichen. Die Website nutzen alle Ebenen der Aktion zur Kommunikation. Auf [72stunden.de/login](https://72stunden.de/login) könnt ihr euch mit den Daten eurer Anmeldung einloggen.

Nachdem ihr euch eingeloggt habt, seht ihr den Reiter „Dokumente“. Dort findet ihr viele hilfreiche und wichtige Dokumente für die Vorbereitung eurer Aktion.

Unter [arbeitshilfen.72stunden.de](https://arbeitshilfen.72stunden.de) findet ihr außerdem viele nützliche Arbeitshilfen zu verschiedenen Themen, die euch bei der Aktion helfen können. Schaut hier vor der Aktion immer mal wieder herein, die Liste wird laufend aktualisiert.

## RECHT, AUFSICHTSPFLICHT UND VERSICHERUNG

### Aufsichtspflicht

Wir wollen es nicht hoffen, doch es kann bei einer so großen Aktion immer ein Unfall passieren. Deswegen ist es wichtig, dass jede Gruppe eine Person hat, die die Aufsichtspflicht für die Gruppe übernimmt. Infrage kommen etwa Aktionsgruppenleiter\*innen oder Projektkoordinator\*innen. In eurem internen Bereich auf der Website findet ihr ein Infoblatt zur Aufsichtspflicht und wichtige Hinweise zur Vorbeugung von Unfällen. Druckt sie am besten aus und hängt sie gut sichtbar für alle in eurer Aktionszentrale auf. Damit ihr wisst, was bei einem Unfall zu tun ist, erarbeiten wir für euch einen Krisenkommunikationsplan, den ihr ebenfalls auf der Internetseite finden werdet.

### Weitere Rechtsfragen

Für bestimmte Projekte können Baugenehmigungen oder TÜV-Abnahmen notwendig sein, für andere müssen Brandschutzauflagen berücksichtigt werden. Haltet dies für euer Projekt im Blick und stellt den Kontakt zu den entsprechenden Behörden, zur Feuerwehr, zum Rettungsdienst etc. her. Auch hierfür könnt ihr einen Blick auf [arbeitshilfen.72stunden.de](https://arbeitshilfen.72stunden.de) werfen. Bei dieser Thematik unterstützt euch auch euer Kreis oder Diözesanverband.

## Versicherungen

Während einer großen Aktion mit vielen Aktiven kann immer etwas passieren. Deswegen ist es wichtig, dass alle Aktionsgruppen versichert sind. In einigen Diözesen übernehmen die Diözesanverbände auch die Kosten für die Versicherung aller Gruppenmitglieder. Fragt deswegen am besten euren zuständigen KoKreis oder Diözesanverband, inwiefern ihr euch selbst versichern müsst. Die Jugendhaus-Versicherungen werden erneut eine Versicherung besonders für die 72-Stunden-Aktion anbieten. Mehr Informationen hierzu findet ihr rechtzeitig auf der Website der JHD-Versicherungen und auf [72stunden.de](https://www.72stunden.de). Abschließen könnt ihr sie ab dem Frühjahr 2024.

## Datenschutz

Bei der 72-Stunden-Aktion werden viele persönliche Daten von den Teilnehmer\*innen benötigt, um einen reibungslosen Ablauf der Aktion zu gewährleisten. Es ist wichtig, dass sensibel und verantwortungsbewusst mit den Daten umgegangen wird. Bitte achtet bei der Anmeldung der Teilnehmer\*innen für eure Aktion darauf, dass nur notwendige Daten erhoben werden, und darauf, dass ihr die notwendigen Einverständniserklärungen einholt. Darüber hinaus werden bei der Aktion auch Bilder gemacht, die für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit in den verschiedenen Medien genutzt werden. Achtet auch hier darauf, dass ihr alle Regeln und Richtlinien beachtet. Im Zweifel haltet hierzu Rücksprache mit eurem Diözesanverband und KoKreis, sie kennen die Vorgaben und können gegebenenfalls entsprechende Vordrucke liefern.

# PRÄVENTION UND KINDERSCHUTZ

In der Jugendverbandsarbeit schützen wir Kinder und Jugendliche. Dies tun wir durch einen achtsamen Umgang miteinander und eine wachsame Haltung. Während der 72-Stunden-Aktion achten wir auf die Einhaltung der Schutzkonzepte zur Prävention sexualisierter Gewalt und handeln nach unseren Verhaltenskodizes.

Wir achten die Rechte von Kindern und Jugendlichen! Wir hören ihnen zu und begegnen ihnen wertschätzend mit Respekt und Vertrauen. Wir fördern sie darin, ihre Persönlichkeit zu entfalten, eigene Bedürfnisse und Anliegen zu formulieren und selbstbewusst aufzutreten. Wir fordern von ihnen einen achtsamen Umgang mit sich selbst und den anderen. Wir sind für sie da. Wir achten ihre Grenzen und gehen verantwortungsbewusst mit Nähe und Distanz um. Wir arbeiten damit präventiv und schaffen einen gelungenen Rahmen für den Schutz von Kindern und Jugendlichen.

Als Leiter\*innen der Aktionsgruppen bei der 72-Stunden-Aktion seid ihr auch für die Prävention gegen sexualisierte Gewalt zuständig. Wir möchten euch an dieser Stelle ein paar Hinweise zum Thema Prävention geben – zur Auffrischung und Anregung.

## Prävention? – Haben wir doch alles schon gehört ...

Und das ist auch richtig und wichtig. Das Thema Schutz vor sexualisierter Gewalt darf nicht vergessen werden. Die Prävention muss ganz selbstverständlich zu jeder Veranstaltung gehören. Inzwischen sollten alle Gemeinden, Einrichtungen und kirchlichen Organisationen ein eigenes Schutzkonzept haben. Informiert euch darüber, welche kirchliche Stelle für eure Gruppe zuständig ist und wer die Ansprechpartner\*innen zur Prävention sexualisierter Gewalt sind.

Vielleicht ist es auch hilfreich, für die 72-Stunden-Aktion eine Risikoanalyse durchzuführen. Dies empfiehlt sich vor allem für

größere Aktionsgruppen und Aktionsgruppen, in denen viele Minderjährige sind. Mit einer solchen Risikoanalyse lassen sich Handlungsempfehlungen zur Risikominimierung erarbeiten. Falls ihr unsicher seid und Unterstützung benötigt, fragt bei der zuständigen Person für Prävention in eurem Verband oder eurer Gemeinde nach.

Überlegt euch im Leitungsteam, welche Regeln für eure Aktionsgruppe gelten und wie ihr sie kommunizieren wollt. Richtet für die Aktion einen Raum oder einen Bereich ein, in den sich die Teilnehmer\*innen zurückziehen können und in dem sie sich ausruhen und herunterkommen können.

## Während der Aktion

Auch während der Aktion sollte die Prävention sexualisierter Gewalt präsent sein. Kinder und Jugendliche müssen eine Kultur der Achtsamkeit, der Wertschätzung und des Respekts spüren und erleben. Sie müssen Gewissheit haben, dass sie ernst genommen werden, offen sprechen und Hilfe erwarten können, denn sie sollen sich bei uns wohlfühlen und sichere Lebensräume finden.

Wenn ihr vor Beginn der Aktion Regeln und Organisatorisches erläutert, dann benennt auch, an wen sich Kinder und Jugendliche wenden können, wenn sie Kritik äußern möchten oder sich unwohl fühlen. Macht transparent, wie mit Beschwerden umgegangen wird, und zeigt, dass ihr diese ernst nehmt. Ihr solltet euch auch eine altersgerechte Methode überlegen, wie ihr die Rechte von Kindern und Jugendlichen sowie das Vorgehen bei Verdachtsfällen verdeutlichen wollt.

## Was mache ich im Notfall?

Eine perfekte Absicherung ist leider auch mit der besten Prävention nicht möglich. Da hilft euch der Handlungsleitfaden, der euch besonnen und verantwortungsbewusst handeln lässt. Diese drei Regeln solltet ihr dabei immer im Kopf haben:

- Der Schutz der Kinder und Jugendlichen steht an erster Stelle!
- Ruhe bewahren!
- Hilfe holen!

Auf der Website des BDKJ findet ihr viel hilfreiches Material:

[bdkj.de/themen/praevention](https://www.bdkj.de/themen/praevention)

Außerdem findet ihr auf [arbeitshilfen.72stunden.de](https://www.arbeitshilfen.72stunden.de) eine Arbeitshilfe zum Thema Kinderschutz und Prävention.

# VIEL SPASS!

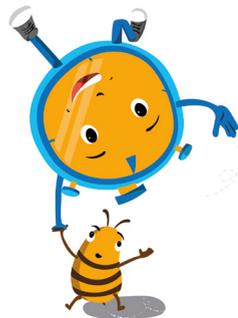
Liebe Teilnehmer\*innen in den Aktionsgruppen,

der Countdown läuft unaufhaltsam, und die 72-Stunden-Aktion 2024 rückt immer näher! Im Namen der gesamten Bundesvernetzungsgruppe möchten wir euch viel Spaß wünschen. Wir hoffen, dass diese Aktion zu einem unvergesslichen Erlebnis für euch wird.

Solltet ihr noch offene Fragen oder Anliegen haben, zögert nicht, euch jederzeit bei eurem zuständigen Diözesanverband, KoKreis oder im Projektbüro in der BDKJ-Bundesstelle zu melden. Wir sind hier, um euch zu unterstützen und sicherzustellen, dass eure 72-Stunden-Aktion reibungslos verläuft.

Wir sind überzeugt, dass ihr Großartiges leisten werdet, und freuen uns auf die Vorbereitung und auf all die tollen Projekte und Momente!

Eure Bundesvernetzungsgruppe



# IMPRESSUM

## Herausgeber:

**Bund der Deutschen Katholischen Jugend**

Bundesstelle  
Carl-Mosterts-Platz 1  
40477 Düsseldorf  
72stunden@bdkj.de

**V. i. S. d. P.:** Luca Rusch, Projektreferent 72-Stunden-Aktion

**Redaktion:** Unser Dank gilt dem Redaktionsteam: Melanie Diekmann,  
Paul Müßig, Luca Rusch, Anna-Lena Vering

**Layout und Satz:** Annika Kuhn, Aachen, [www.annikakuhn.de](http://www.annikakuhn.de)

Dieses Aktionsheft basiert auf dem „Aktionsheft“ zur 72-Stunden-Aktion 2019.

# Hey, bist du auch am Start?

Mit unserer 72h-Versicherung bist du voll abgesichert während du aktiv bist.

**Was ist neu?** Wir versichern den Zeitraum vom **16. bis zum 23. April**, damit du dich voll auf deine Aktion, schon in der Vorbereitungs- und Nachbearbeitungszeit, konzentrieren kannst.

**Exklusiv für unsere Kunden!** Du planst eine coole Aktion und brauchst noch Zeltlagermaterial? Dann schau doch mal auf unserer Seite vorbei!

**Wir verleihen kostenlos  
Materialien für deinen Ausflug.**



JhD  
VERSICHERUNGEN



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



DEUTSCHE  
BISCHOFSKONFERENZ

**misereor**  
GEMEINSAM GLOBAL GERECHT



Hilfswerk für den Glauben  
**bonifatius  
werk**