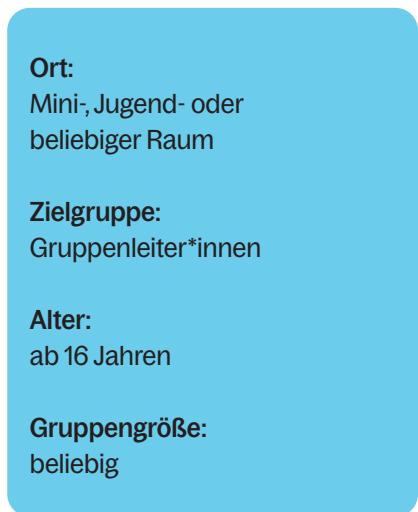


Gruppenstunde(n) für Gruppenleiter*innen

Sich etwas Gutes tun



*Damit ihr als Gruppenleiter*innen gut für die Kinder und Jugendlichen da sein könnt, braucht ihr selbst viel Energie. Damit ihr gestärkt bleibt, hier ein paar Ideen, wie ihr sowohl euch selbst als auch die Gemeinschaft unter euch Gruppenleiter*innen stärken könnt. Gemeinsam ist vieles leichter.*

Ideen, um sich selbst und gegenseitig Gutes zu tun:

- Nikolaussäckchen gestalten, befüllen und verteilen
- Bewusst eine Kerze anzünden (anschauen, hören und Wärme spüren)
- Unter Gruppenleiter*innen wickeln mit guten Gedanken und Wünschen.
- Liste mit Dingen, die gut tun und die sich leicht im Alltag umsetzen lassen. (Musik hören, ein Spaziergang im Freien, bewusst eine Tasse Tee trinken, ein Bad nehmen,...)
- Briefe schreiben und verteilen mit dem Inhalt, was ich an der anderen Person schätze.
- Weihnachtsevangelium ins heute bringen, als Text oder als Bild...

Ideen für gemeinsam Aktivitäten im Advent:

- Weihnachtskino oder Spieleabend mit Popcorn und Punsch
- gemeinsames Adventskranz binden
- gemeinsamer Besuch einer Rorate mit anschließendem Frühstück
- Rorate selbst gestalten bei Kerzenschein
- besinnliche Fackelwanderung mit Stationen am Abend mit Ausklang beim Lagerfeuer und Punsch
- gemeinsamer Weihnachtsmarktbesuch
- Kerzen gießen oder ziehen
- Backnachmittag mit Keksen und/ oder Lebkuchenhäuser
- Weihnachtsschmuck upcyceln
- Weihnachtsschmuck aus Recycling-Material basteln
- Krippe für Jugendraum bauen
- Winter- bzw. Weihnachtsbuch erstellen: mit weihnachtlichen Fotos, Rezepten, Bildern, Weihnachtsgeschichten, und -gedichten

<<<