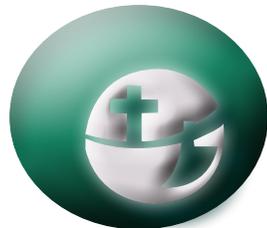


# PUMP IT

## Aktionskatalog



Das Jahresprojekt  
2022/2023 der KLJB Eichstätt für  
alle KLJB-Ortsgruppen

# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Inhaltsverzeichnis

<b>Aktionskatalog: wie läuft's ab?.....</b>	<b>7</b>
---	----------

### Aktionen:

Weihnachtsaktion.....	10
Kritischer Konsum.....	11
Aktionen mit anderen OGs.....	12
Kooperation mit Vereinen vor Ort.....	13
Gruppenstunde zu einem religiösen Thema.....	14
Organisation eines Jugendgottesdienstes.....	15
Teilnahme an einem Jugendgottesdienst.....	16
Motorradgottesdienst.....	17
Osteraktion.....	18
Erntedankaktion.....	19
Nikolausaktion.....	20



- 21 .....Pfarrfeste (mit-)organisieren  
 22 .....Cocktailparty  
 23 .....Andacht lesen  
 24 .....Nacht der Lichter  
 25 .....Organisation Lichternacht  
 26 .....KLJB auf Messe vertreten  
 27 .....Gruppenstunde International  
 28 .....Seniorenachmittag  
 29 .....Nestlé Boykott  
 30 .....Film über das eigene Dorf  
 31 .....Selbstgebastelte Blumen an Valentinstag  
 32 .....Streuobstprojekt  
 33 .....Gruppenstunde Agrar  
 34 .....Regionales Frühstück  
 35 .....Blühwiese pflanzen  
 36 .....Teilnahme an Studienfahrt

**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
 das Land**



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

Mitarbeit Bundesversammlung.....	37
Müllsammelaktion Flursäuberung.....	38
Maibaum aufstellen.....	39
Lebensweg laufen.....	40
Fairtrade Verkauf.....	41
Schnitzeljagd/ Geocache.....	42
Besichtigung eines ökologischen Betriebs.....	43
Jugendheim renovieren.....	44
Gespräch mit Politikern.....	45
Altkleidersammlung/ Kleidertausch.....	46
Besuch auf Diözesanversammlung.....	47
Minibrotaktion.....	48
Rezept Minibrot .....	49
Jugendleiterschulung.....	50
Friedenslichtaussendung.....	51
Zeltlager.....	52



# PUMP IT

**Wir bewegen  
das Land**

- 53 .....OG on Tour
- 54 .....I Kuh Artikel
- 55 .....Gruppenstunde Jugend
- 56 .....Theateraufführung
- 57 .....Christbaumsammeln
- 58 .....Krippenspiel
- 59 .....Kindertag
- 60 .....Fußballspiel
- 61 .....Training zur politischen Bildung
- 62 .....Outdoorcooking
- 63 .....Kooperation mit DL
- 64 .....Projekt zu Inklusion/ Integration
- 65 .....Methode aus Werkbrief
- 66 .....Teilnahme an Hitzefrei Event



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

Abschließende Bemerkungen.....	68
Wichtige Adressen.....	70



# I WANT YOU

## **Aktionskatalog:**

Nun kann PUMP IT in Eurer Ortsgruppe richtig losgehen! Sucht Euch aus diesem Katalog Aktionen aus, die Ihr in Eurer Ortsgruppe durchführt. Wir wetten, viele Aktionen laufen schon bei Euch! Für jede Aktion könnt Ihr Punkte bekommen, indem Ihr uns ein interaktives, witziges, verpeiltes, kritisches oder spontanes Foto schickt ([treil@bistum-eichstaett.de](mailto:treil@bistum-eichstaett.de)), oder es selbst auf Social Media postet und uns markiert.

Instagram: [kljbeichstaett](#)

Facebook: [KLJB Eichstätt](#)

## **Aktionssamstag:**

Die mit „Aktionssamstag“ gekennzeichneten Aktionen beinhalten eine Besonderheit! Wenn Ihr eine Aktion davon durchführen möchtet, kontaktiert Ihr einfach den Diözesanvorstand, der mit Euch einen Samstagstermin aussucht. Der Vorstand wird euch besuchen kommen und ihr bekommt die 50 extra Punkte!

**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
das Land**



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Das Punktesystem:

Die rund 80 Aktionen sind nach den KLJB-Themen (Katholisch, Land, Jugend, Bewegung) unterteilt. Auf den Seiten ist jeweils gekennzeichnet, zu welchem der vier Aspekte die Aktion passt.

Die Ortsgruppe, die bis zur Frühjahrs-Diözesanversammlung 2023 insgesamt am meisten Punkte gesammelt hat, gewinnt den Hauptpreis. Man kann jedoch auch in den einzelnen Kategorien gewinnen und tolle Preise abstauben:

1. Preis: 1000 Euro: OG on Tour! ein Wochenende für dich und deine OG

2. Preis: 750 Euro: Adventure Day

3. Preis: 500 Euro Meet Fiegenstall

K, L, J, B: je 200 Euro Gutschein für eine Aktion in der jeweiligen Kategorie



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Die Homepage:

<https://www.kljb-eichstaett.de/pump-it/>

Auf der Website gibt es für Euch den Aktionskatalog noch mal als pdf-Download und Ihr könnt Euch über die anderen teilnehmenden Ortsgruppen und den Diözesanvorstand informieren. Natürlich findet Ihr hier auch Euren aktuellen Punktestand.

Die PUMP IT-Endveranstaltung findet an der Frühjahrs-Diözesanversammlung 2023 statt. Dort erfahrt Ihr welche Ortsgruppe am meisten gepunktet hat.

Eure PUMP IT-Steuerungsgruppe  
Alisa, Steffi, Martin, Jakobus, Ela, Chrissi und Timo



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

10

## Weihnachtsaktion

Stimmt Euch und Euer Dorf auf Weihnachten ein und bereitet Euch auf das Fest vor.

Christbaumaufstellen, Gebetsstunden, Glühweinstände, Christstollenverkauf oder das Basteln der Wunschzettel sind nur einige von vielen Möglichkeiten.

Wir sind gespannt auf Eure Weihnachtsfotos.  
Frohe Weihnachten!



K



10

L



J



B



10

## Kritischer Konsum

Wie schwer ist es eigentlich bio, regional und fair zu leben? Realistisch oder totaler Quatsch? Macht den Selbsttest und trommelt möglichst viele Leute zusammen, die mitmachen!

Punkte gibt es für einen tollen Artikel für die Verbandszeitschrift ikuh.

K



L



J



B



20

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Aktionen mit anderen OGs

Unternehmt etwas mit einer Ortsgruppe in Eurer Nähe! Zeigt, dass Ihr auch mit anderen KLJB-Ortsgruppen vernetzt seid:

Indem Ihr eine gemeinsame Feier plant, ein „Spiel ohne Grenzen“, ein Fußballturnier oder ein Schafkopfrennen etc. organisiert.



K



L



J



B



20

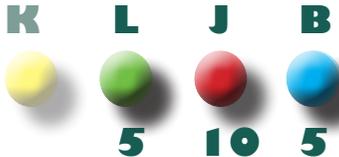
## Kooperation mit Vereinen vor Ort

**PUMP IT**  
**Wir bewegen**  
**das Land**

Vernetzt Euch mit anderen Vereinen aus eurem Dorf und startet gemeinsam eine Aktion.

Was genau? Ihr dürft entscheiden!

Hauptsache Ihr packt gemeinsam was an!



# PUMP IT

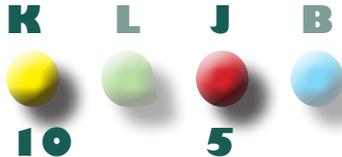
Wir bewegen  
das Land

## Gruppenstunde zu einem religiösen Thema

Ihr hattet schon lange keine Gruppenstunde mehr,  
die ein religiöses Thema beinhaltet?

Egal was Euch gerade interessiert - Weltreligionen, die  
aktuelle Lage der Kirche oder Fragen zur Gottesdienstli-  
turgie - Ihr könnt Euch mit jedem Thema beschäftigen,  
das Euch interessiert!

Wenn Ihr Hilfe braucht, fragt Euren Pfarrer oder Ge-  
meindereferenten/in oder Euren Diözesanvorstand!

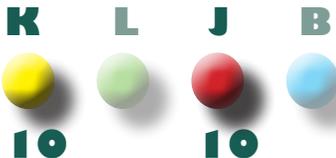


## Organisation eines Jugendgottesdienstes

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

Packt Euch Euren Pfarrer oder Kaplan und los geht's. Plant die Inhalte, die Musik, die Örtlichkeit zusammen und ladet dann zu einem Gottesdienst für Jugendliche ein. Eurer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt: ob klassische Predigt, kritisches Rollenspiel oder Bibelgespräch, Chor oder Band. Vergesst nicht ein Foto zu machen und es an uns zu schicken.

Seid kreativ und kassiert richtig Punkte!



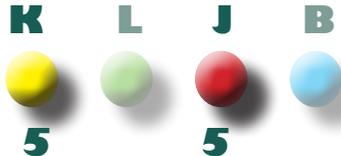
# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Teilnahme an einem Jugendgottesdienst

In Eurer OG gibt es bereits Jugendgottesdienste?

Nehmt mit der OG daran teil und kassiert die Punkte!

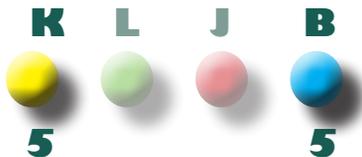


## Motorradgottesdienst

Jedes Jahr gestalten wir einen Gottesdienst, zu dem man mit dem Motorrad fährt.

Auch wenn Ihr keinen Motorradführerschein habt, könnt Ihr mit dem Moped, Fahrrad oder mit dem Auto vorbeischaun und dafür viele Punkte kassieren.

Die Einladung für den Motorradgottesdienst am 23.Juli.2022 erhaltet Ihr per Post von der Diözesanstelle.



**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
das Land**



# PUMP IT

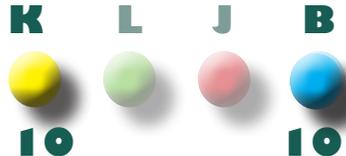
Wir bewegen  
das Land

## Osteraktionen

Auch in Eurem Ort gibt es an Ostern viele Aktionen, für die Freiwillige gesucht werden. Osternachtessen, Ostergang, Ostereierverstecken für die KLJB etc.

Ihr könnt Euch natürlich auch eigene Aktionen überlegen, die Ostern in Eurem Dorf zu etwas ganz Besonderem machen.

Schickt uns Euren schönsten Schnappschuss davon.



## Erntedankaktionen

Egal ob Erntedankkrone, -teppich oder -altar, vielleicht auch eine Gemüsesuppe für das ganze Dorf, oder was Euch noch so in den Sinn kommt:

Lasst Euch etwas einfallen, womit Ihr an Erntedank zeigen könnt, dass auch Ihr Euch dafür interessiert, welchen Weg das geerntete Obst und Gemüse geht.

**K****5****L****5****J****B**

# PUMP IT

*Wir bewegen  
das Land*



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Nikolausaktion

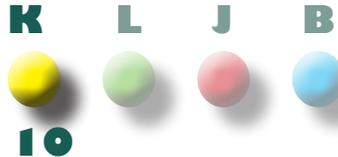
Verkleidet Euch als Bischof Nikolaus (nicht als Weihnachtsmann) und vergesst auch den Knecht Rupprecht nicht. Zieht am 6. Dezember durch die Gemeinde, bereitet den Kindern eine Freude und überreicht die von den Eltern bereitgelegten Geschenke.

Tipp:

Verkündet Ihr Eure Aktion im Pfarrboten oder Gemeindeblatt, sind viele Anmeldungen garantiert.



Wir freuen uns auf viele Nikoläuse :)



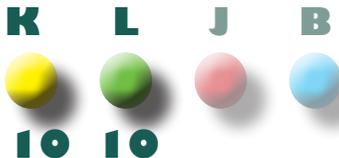
## Pfarrfeste (mit-)organisieren

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

Gibt es bei Euch in der Pfarrei auch Feste, die Ihr mitgestalten könnt wie z.B. Pfarrfest, Kinderfest, Weihnachtsbazar, etc.?

Dann informiert Euch doch einfach beim Pfarrgemeinderat oder Pfarramt, ob noch helfende Hände gesucht werden und bringt Euch ein!

Schickt uns ein Foto, um zu zeigen, wie Ihr geholfen habt.



**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

## Cocktailparty mit fairen Cocktails

Ihr wollt eine Cocktailparty feiern oder tut das schon?

Probiert's doch mal mit fairen Säften und Obst so schmeckt der Cocktail gleich viel besser und Ihr trinkt mit gutem Gewissen. Rezepte und Ideen bekommt ihr mit dem Starterkit!

Wenn ihr Gesellschaft wollt, ladet den Diözesanvorstand ein :-)



K



L



J



B



10

10

## Andachten lesen

Ob Sonntagsmesse, Vorabendmesse, Andacht o. Ä.:

Tragt Euren Teil zur Kirchenliturgie bei, indem Ihr Euch als Jugendliche in die Kirche einbringt und z. B. Lesungen oder Fürbitten im Gottesdienst lest.

Macht ein Foto vom Lektorenplan und schickt es uns!

**K****10****L****J****B**

# PUMP IT

**Wir bewegen  
das Land**



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Nacht der Lichter

Jedes Jahr findet im Eichstätt Dom die all-jährliche Nacht der Lichter mit Taizégesängen und -gebeten statt.

Auch für das leibliche Wohl wird gesorgt!

Lasst Euch diese Gelegenheit nicht entgehen und kommt nach Eichstätt.



K



5

L



J



B



5

## Organisation Lichternacht

Ihr habt Lust in eurer Kirche eine eigene Lichternacht zu organisieren?

Unterstützung und Equipment könnt ihr über die Diözesanstelle bekommen!

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land



K



10

L



J



B



10



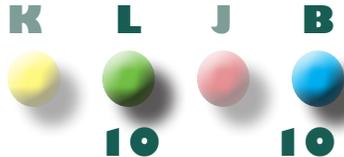
# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## KLJB auf Messe vertreten

Jedes Jahr ist die KLJB auf verschiedenen Messen vertreten. Unterstütze sie dabei, beispielsweise durch die Standbetreuung und kassiere richtig Punkte!

Bei Interesse könnt ihr euch gerne beim Diözesanvorstand melden. (:



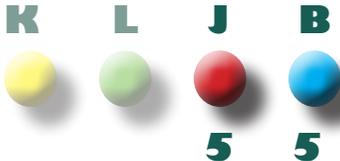
## Gruppenstunde International

# PUMP IT

**Wir bewegen  
das Land**

Ihr haltet schon Gruppenstunden zu internationalen Themen oder wollt eine vorbereiten?

Dann sucht Euch einfach ein Thema, das mit anderen Ländern und deren Kultur zu tun hat und überlegt Euch, wie Ihr die Gruppenstunde gestaltet.



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Seniorenachmittag

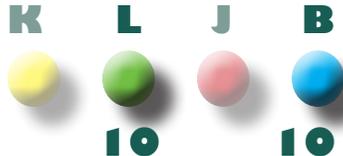
Wollt Ihr den älteren Menschen in Eurer Nähe einen Tag voller Freude schenken?

Unternehmt etwas mit Senioren und bereitet ihnen ein paar schöne Momente. Sie werden Euch wirklich dankbar dafür sein.

Es gibt in Eurer Pfarrei schon einen Seniorenachmittag? Dann beteiligt Euch beim Kuchenbacken, spielt einen Sketch etc.



Packt alle Omis und Opis mit auf's Foto!



## Nestlé Boykott

Nestlé Produkte sucht man bei euch im Jugendraum vergeblich? Dann Foto vom Getränkelager machen und Punkte kassieren.

Verbannt sämtliche Nestlé-Produkte aus Eurem Jugendheim, damit die Welt etwas fairer wird und kauft regionale Produkte.

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

K



L



J



B



10



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Film über das eigene Dorf

Ihr habt ein cooles Dorf, das viel zu bieten hat?

Mit vielen Vereinen, tollen Festen und Bewohnern, die zusammenhalten und gemeinsam anpacken?

Ein Dorf, in dem Ihr gerne lebt?

Dreht einen Film und schickt uns das Video!



K



L



10

J



B



10

## Selbstgebastelte Blumen an Valentinstag

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

Am 14.02. ist es wieder so weit:  
Der Valentinstag steht vor der Tür.

Organisiert doch in diesem Jahr eine Aktion mit selbstgebastelten Rosen in der Schule, in der Ortsgruppe oder in Eurem Dorf! Eine Anleitung hierfür findet ihr auf unserer Homepage als PDF zum Download, oder im Starterkit. Macht coole Fotos von Euch als Amor und zeigt uns die Rosen!

K



L



J



B



10

10



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Streuobstprojekt

Der Diözesanverband hat in Kooperation mit dem Landschaftspflegeverband Mittelfranken ein Streuobstprojekt auf die Beine gestellt.

Ihr habt Lust darauf? Dann schaut doch mal auf unserer Homepage vorbei, oder meldet euch bei Anja:  
[aeyrisch@bistum-eichstaett.de](mailto:aeyrisch@bistum-eichstaett.de)



K



L



10

J



B



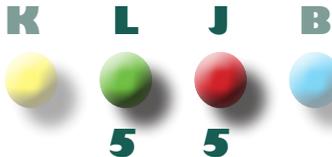
10

## Gruppenstunde Agrar

Ihr lebt gerne auf dem Land und interessiert Euch für die Themen Agrar, Verbraucherschutz und Ökologie?

Dann lasst Euch eine tolle Gruppenstunde dazu einfallen.

Hilfe bekommt Ihr auch von unsrer AVÖ-Referentin Anja ([aeyrisc@bistum-eichstaett.de](mailto:aeyrisc@bistum-eichstaett.de))!



**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Regionales Frühstück

Zeigt was Eure Region Gutes zu bieten hat!

Trefft Euch zum gemeinsamen Frühstück mit frischer Milch vom Bauern aus Eurem Dorf, Honig vom örtlichen Imker, Eiern aus der Nachbarschaft und Marmelade von der Oma.

Frühstücksfoto... im Schlafanzug :-)



K



L



5

J



B



5

## Blühwiese pflanzen

Ihr habt eine kahle Stelle in Garten eures Jugendheims? Pflanz eine Blühwiese und schickt uns ein vorher/nachher Bild und kassiert ordentlich Punkte!

K



L



10

J



B



10

# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

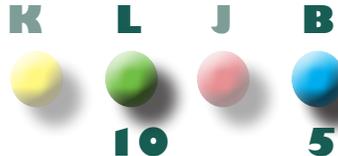
## Teilnahme an der Studienfahrt

Jedes Jahr findet eine Studienfahrt der  
KLJB-Diözesanebene statt.

Der Spaß und die gemeinsame Feierei kommen dabei  
natürlich auch nicht zu kurz!

Meldet Euch an und kassiert Punkte pro Ortsgruppe.

Weitere Infos zur Studienfahrt erhaltet Ihr von der  
Diözesanstelle.



**Mitarbeit bei der**  
**Bundesversammlung**  
**09.-13. März 2022**

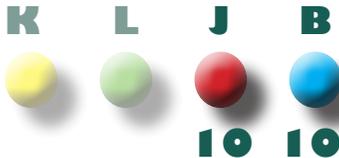
**PUMP IT**  
**Wir bewegen**  
**das Land**

2022 wird die Bundesversammlung der KLJB bei uns im Jugendhaus Schloss Pfünz stattfinden.

Wir brauchen Euch!

Wir suchen Freiwillige, die uns helfen, die Bundesversammlung vorzubereiten und durchzuführen.

Meldet Euch bei Timo! ([treil@bistum-eichstaett.de](mailto:treil@bistum-eichstaett.de))



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Müllsammelaktion/ Flursäuberung

Fast-Food-Tüten, alte Bierdosen und Kippenschachteln haben in der Natur nichts verloren!

Trefft Euch mit Gummihandschuh und Eimer und bereitet der Umwelt und Euren Mitmenschen eine Freude.

Macht ein Foto von Eurem Müllhaufen :-)



K



L



10

J



B



10

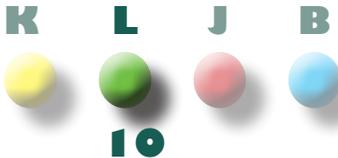
## Maibaum/Kirchweihbaum aufstellen

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

Auch Ihr stellt in Eurem Dorf zu einem bestimmten Anlass einen Baum auf?

Zeigt uns wie Eure KLJB den Baum aufstellt und das dazu gehörige Fest mitorganisiert.

Für ein Foto von der ganzen Gaudi gibt's Punkte.



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Lebensweg laufen

In Pfünz startet der Lebensweg mit dem Thema „12 Momente der persönlichen Besinnung“.

Schickt uns ein Foto, wie ihr die verschiedenen Stationen durchlauft.

**K****5****L****J****B****5**

## Fair Trade Verkauf

Egal ob am Pfarrfest, nach der Osteragape oder dem Johannesfeuer, es lässt sich ein KLJB-Stand mit Fair Trade Artikel finden? Super!

Produkte könnt Ihr Euch ganz einfach im Eine-Welt-Laden zusammenstellen und der nicht verkaufte Rest wird wieder zurück genommen.

Fragt bei einem Weltladen in Eurer Nähe nach.  
Eine Liste aller Weltläden erhaltet ihr unter:  
[www.weltladen.de](http://www.weltladen.de)

unter dem Button: Weltladen finden

K



L



J



B



IO



**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Schnitzeljagd/Geocache

Startet in eurem Dorf und Umgebung eine Schnitzeljagd oder einen Geocache und bringt eure OG in Bewegung!



K



L



J



B



10

## Besichtigung eines ökologischen Betriebs

**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
das Land**

Ihr interessiert Euch für naturschonende Produktionsmethoden in der Landwirtschaft?

Nehmt Kontakt mit einem Bauernhof in Eurer Nähe auf und lasst Euch eine Hofführung geben.

K



L



10

J



B



10



# PUMP IT

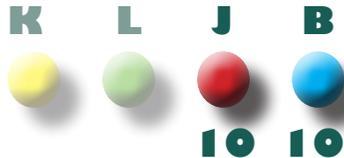
Wir bewegen  
das Land

## Jugendheim renovieren

Renoviert Euer Jugendheim und macht es Euch schön. Verpasst ihm einen neuen Anstrich und überlegt Euch, was noch nötig ist, damit Euch Euer Jugendraum wieder gefällt und Ihr gerne Eure Zeit darin verbringt.

Habt vor allem viel Spaß bei der Aktion und schickt uns einen Vorher-Nachher-Vergleich.

Wir sind auf Euer neues Jugendheim gespannt.



## Gespräch mit Politiker\*in

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

Wir als KLJB sind politisch interessiert!

Ladet doch mal eine\*n Politiker\*in zu Euch ein

und setzt Euch kritisch mit Politik auseinander, ganz

egal ob Bürgermeister\*in oder Kreistagsabgeordnete\*r!

Sprecht mit diesem/dieser über Dinge, die Jugendliche im ländlichen Raum aktuell bewegen.

- **Wie wichtig ist Euch Euer Dorf und das Leben dort?**
- **Wie ist die Infrastruktur?**
- **Was könnte Euer Dorf noch attraktiver für junge Menschen machen?**

Traut Euch! ...und Foto für uns nicht vergessen!

K



L



J



B



10

10



# PUMP IT

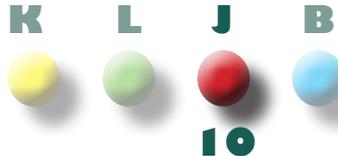
Wir bewegen  
das Land

## Altkleidersammlung/ Kleidertauschaktion

Mistet Eure Kleiderschränke aus und sammelt bei Euch im Ort alte Klamotten, die nicht mehr getragen werden. Bestimmt gibt es in Eurer Umgebung soziale Einrichtungen, die Euch für Eure Kleiderspende dankbar sind.

Oder trefft euch gemeinsam und tauscht eure alten Klamotten auf einem Kleidertauschbasar.

Vergesst nicht Eure Aktion anzukündigen und schickt uns ein Foto vom Kleiderhaufen.



## Besuch der Diözesanversammlung

**PUMP IT**  
**Wir bewegen**  
**das Land**

Wie Ihr bestimmt wisst, veranstalten wir jedes Jahr eine Frühjahrs- und eine Herbst-Diözesanversammlung. Stattet uns doch einen Besuch ab!

Nehmt an der kompletten Versammlung teil und freut Euch über viele Punkte. Punkte kriegt jede OG für Ihre Teilnahme.

Wir freuen uns über Eure Teilnahme!

Frühjahrs DV: 19/20. März 2022

Herbst DV: 14.-16. Oktober 2022

<b>K</b>	<b>L</b>	<b>J</b>	<b>B</b>
			
		<b>10</b>	<b>10</b>



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Minibrot Aktion

Liebe Brot-Fans: eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel in Deutschland ist das Brot.

Auch in der KLJB spielt das Brot seit vielen Jahren eine wichtige Rolle. Viele OGs verkaufen an Erntedank Minibrote, deren Erlös einem guten Zweck gespendet wird.

Hier das Rezept für das KLJB-Brot:

- Weizenmehl Type 550/1050 (60,0%) 6,0 kg
- Roggensauerteig (TA190) (38,0%) 3,8 kg
- Roggenmehl Type 1150 (20,0%) 2,0 kg
- Salz (2,0%) 0,2 kg
- Hefe (2,0%) 0,2 kg
- Cashewkerne (gehackt) (5,0%) 0,5 kg  
(Kerne langsam unter den fertigen Teig kneten)
- Wasser (ca.) (50,0%) 5,0 kg



# PUMP IT

*Wir bewegen  
das Land*

Teiggewicht 17,7 kg

Teigtemperatur: 26-28°C

Knetzeit: 5 Minuten im 1. Gang und ca. 5 Minuten im 2. Gang

Teigruhe: 20 Minuten – Teigeinlage: 600 g

Aufarbeitung: Teiglinge abwägen, rund wirken und zu einer „Cashew-kernform“ (Hörnchenform) aufarbeiten.

In Mehl oder Saaten wälzen und vor dem Schieben einschneiden.

Backen: 240°C auf 210°C fallend, Schwaden geben,

Backzeit ca. 45 Min., mit offenem Zug ausbacken.

Falls Ihr eher auf etwas Süßes steht, könnt Ihr auch Muffins oder Kuchen verkaufen ;)

**K****5****L****5****J****B**

# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Jugendleiterschulung

Jedes Jahr werden verschiedene Jugendleiterschulungen angeboten. Ziel ist es eine Juleica (Jugendleitercard) zu bekommen.

An verschiedenen Wochenenden bekommt Ihr wertvolle Tipps für Eure Gruppenstunden und lernt viele neue Leute kennen.

Dabei wartet auch die Juleica (JugendleiterIncard) auf Euch, mit der Ihr z.B. in viele Freibäder günstiger reinkommt.

Foto vom Wochenende und die Punkte sind euch sicher.



K



L



J



B



10

## Friedenslichtaussendung

Das Friedenslicht wird in Betlehem entzündet und von dort in rund 30 Städte in ganz Deutschland gebracht. In zentralen Aussendungsfeiern wird es dann weitergereicht an Gruppen und Gemeinden.

Beteiligt Euch an der weltweiten Aktion und berichtet uns mit einem Foto davon.

Infos und Materialien wie Geschichten, Gebete und Tipps für Gruppenstunden gibt's unter: [www.friedenslicht.de](http://www.friedenslicht.de)

**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
das Land**

**K****10****L****J****B**

# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Zeltlager

Sucht Euch im Sommer ein schönes Plätzchen und schlagt dort Eure Zelte auf.

Habt ein paar lustige Tage und verbringt ein paar gemütliche Stunden am Lagerfeuer. Grill und Anzünder nicht vergessen!

Viel Spaß beim Zelten!

Über ein Foto von Eurem Zeltlager würden wir uns sehr freuen.



K



L



J



B



10

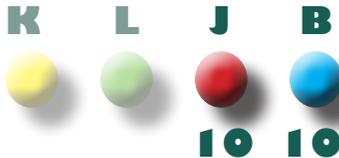
10

OG on tour

Unternehmt ihr sowieso Ausflüge mit Eurer Ortsgruppe? Perfekt, denn auch dafür gibt's Punkte.

Für alle Anderen, die noch ein paar Anregungen suchen, haben wir hier ein paar Vorschläge:  
Flughafen München, Skyline Park, Freilandmuseum Bad Windsheim, Allianz Arena, Bergwandern, und und und...

Schickt uns ein Foto mit Eurer Ortsgruppe on tour.



**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

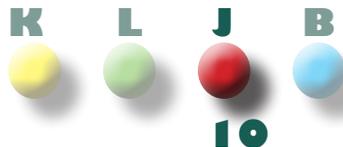
## ikuh-Artikel oder Rätsel für die ikuh

Verfasst einen Artikel für unsere Verbandszeitschrift  
ikuh.

Berichtet über das, was bei Euch so läuft!

Auch ein Rätsel, das Ihr entwerft, drucken wir gerne ab.

Schickt uns den Beitrag, wir antworten mit Punkten.



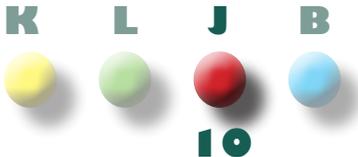
## Gruppenstunde Jugend

**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
das Land**

Ladet alle Jugendlichen in Eurem Ort ein.  
Jeder ist bei der KLJB willkommen.

Macht eine spannende Gruppenstunde mit den  
Interessenten.

Vielleicht könnt Ihr neue Mitglieder für Eure Ortsgruppe  
gewinnen!



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Theateraufführung

Zeigt uns Eure schauspielerischen Talente und übt ein Theaterstücke ein. Ob lustiger Dreiaakter oder Sketche, die Auswahl des Stücks trifft Ihr selbst.

Ladet Eure Gemeinde oder andere Ortsgruppen zur Vorstellung ein und der Applaus ist Euch sicher.

Schickt uns ein Foto von der Aufführung, die Diözesanleitung und Steuerungsgruppe freut sich über Freikarten, die auch mit Extra-Punkten belohnt werden ;-)



K



L



J



B



20

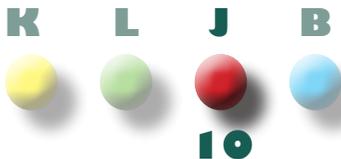
## Christbaumsammeln

Was passiert mit den Christbäumen in Eurem Dorf nach Weihnachten?

Nehmt den Leuten die Entsorgung ab und sammelt die Bäume ein. Erkundigt Euch vorher bei der Gemeinde, wo Ihr die Bäume abliefern dürft.

Damit alle Bescheid wissen, solltet Ihr die Aktion vorher ankündigen.

Schickt uns ein Foto vom Christbaumberg :-)



**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

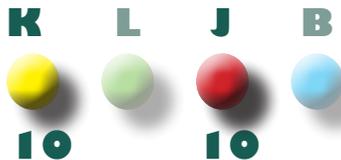
## Krippenspiel

Ihr mögt Weihnachten?  
Euch gefallen die Geschichten dazu?

Gestaltet ein Krippenspiel für Jung und Alt.  
Sprecht Euch mit dem Pfarrer ab und fragt, ob Ihr es in  
der Kirche zum Gottesdienst am Heiligen Abend vorfüh-  
ren dürft.

Oder macht es einfach so bei Euch in der Gemeinde in  
einem öffentlichen Raum.

Das Foto mit dem Esel geht an uns :-)



## Kindertag

Organisiert einen Kindertag in eurer Gemeinde. Egal, ob ein Kinderschminken beim Gemeindefest, oder einen Spielenachmittag. Die Punkte sind garantiert!

**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
das Land**

**K****L****J****B****10**

# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Fußballspiel

Habt Ihr viele Fußballbegeisterte in Eurer Ortsgruppe und wollt nicht nur die Fußballspiele auf dem Bildschirm verfolgen?

Dann organisiert doch selbst ein Turnier, zu dem Ihr Vereine, Gruppierungen oder Ortsgruppen einladet.

Auch wir schauen an einem Aktionssamstag gerne vorbei!

Es kann auch gerne eine andere Sportart sein, wie wär's mit Volleyball?!



K



L



J



B



10

## Training zur politischen Bildung

**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

Ihr interessiert Euch dafür, wie auch Ihr aktiv an der Zukunft mitwirken könnt?

Informiert Euch über Hintergründe und Möglichkeiten von politischer Beteiligung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in deinem Dorf!

Unterstützung gibt's von Heiko Tammerna, dem Referent für politische Bildung der KLJB-Bayern:  
[h.tammerna@kljb-bayern.de](mailto:h.tammerna@kljb-bayern.de)

K



L



J



B



10

10



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Outdoor Cooking

In der Küche kochen kann doch jeder :P  
Kocht über dem Lagerfeuer, oder baut euch einen  
Räucherofen und schickt uns ein Foto, was ihr  
leckeres zubereitet habt. Natürlich könnt ihr uns auch  
einladen und extra Punkte kassieren. (:



K



L



10

J



B



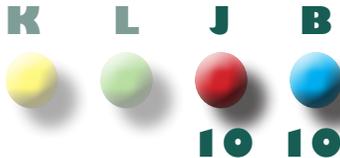
5

## Kooperation mit DL

Habt Ihr Lust auf eine Kooperation mit der DL?

Wir auch!

Ladet uns ein und wir planen gerne ein Projekt mit euch gemeinsam!



**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
das Land**



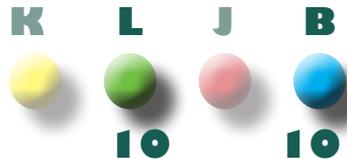
# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Projekt zu Inklusion/ Integration

Ist eure Gemeinde Barrierefrei? Gibt es auch Informationen in leichter Sprache?

All das sind Dinge die man beeinflussen kann, um Menschen mit Beeinträchtigungen eine Möglichkeit der Teilhabe zu geben.



## Methode aus der Werkbrief der KLJB Bayern

**PUMP IT**  
**Wir bewegen**  
**das Land**

Jedes Jahr veröffentlicht die KLJB Bayern Werkbriefe mit coolen Methoden. Ihr habt Lust das einmal auszuprobieren? Dann schreibt doch eine Mail an: buero@kljb-eichstaett.de und wir werden euch einen Werkbrief zukommen lassen.

K



L



J



B



IO

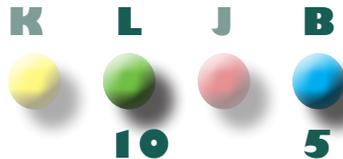


# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## Teilnahme am Hitzefrei Ab- schlussevent

Die KLJB Bayern hat in ihrem Projekt Hitzefrei eine Exkursionskarte erstellt, auf welcher man über 700 nachhaltige Ziele finden kann!  
Vom 1.-03. Juli 2022 findet das Abschlussevent der Veranstaltung statt!

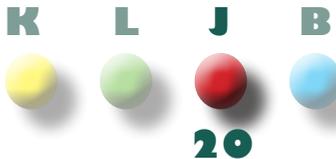


## Faschingsball

Organisiert in der fünften Jahreszeit einen Faschingsball und ladet die verkleidete Bevölkerung ein.

Ein Garde-Auftritt oder einige Einlagen können besondere Höhepunkte sein!

Musik an, Licht aus und ab geht's.



**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

## So nun sind wir am Ende des PUMPIT-Katalogs angekommen!

Wir hoffen, Euch spricht die Ideensammlung an  
und Ihr seid schon für die ersten PUMP IT-Aktionen  
motiviert!



# PUMP IT

**Wir bewegen  
das Land**

Ziel von PUMP IT ist es, Eurem Dorf und der Öffentlichkeit zu zeigen, dass ohne KLJB auf dem Land nicht so viel läuft!

Außerdem könnt Ihr Euch auf Spaß, Action, tolle Preise und viele neue Leute freuen! Projektende ist die Frühjahrs DV 2023!

Also Anmelden nicht vergessen und tolle Preise abstauben! Wir freuen uns auf eine unvergessliche KLJB-Zeit und viel KLJB-Feeling!

Eure Steuerungsgruppe

Alisa, Steffi, Martin, Jakobus, Ela, Chrissi und Timo



**PUMP IT**  
Wir bewegen  
das Land

Notizen



Notizen

**PUMP IT**  
**Wir bewegen  
das Land**



# PUMP IT

Wir bewegen  
das Land

Homepage:

<https://www.kljb-eichstaett.de/pump-it/>

Instagram:

kljbeichstaett

Facebook:

KLJB Eichstätt

Mail:

[treil@bistum-eichstaett.de](mailto:treil@bistum-eichstaett.de)



**KLJB Diözese Eichstätt**  
**Auf der Wied 9**  
**91781 Weißenburg**