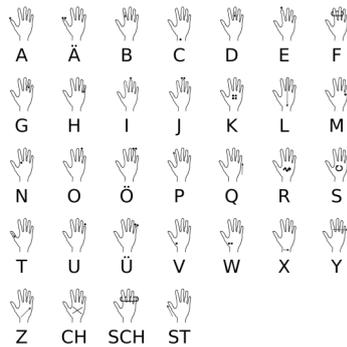




# Wahlseminarbroschüre 2019/2020

## Sfd-Bremen



Jugendfreiwilligendienste  
im sfd Bremen



Es dauert nicht mehr lange und die Wahlseminare stehen vor der Tür !  
In dieser Broschüre erfahrt ihr, wo es überall hingehen kann und was ihr erleben könnt.

Von einem Trip nach Minsk, über Photographie bis hin zu Segeln ist hier für jeden sicher das Richtige dabei !

An die FÖJlerInnen: für euch sind die Wahlseminare kostenlos, da ihr weniger Taschengeld erhaltet.

Auf der Seite 13 könnt ihr bei unserer Online-Umfrage abstimmen, was eure Erst-, Zweit- und Drittwahl ist.

## Inhaltsverzeichnis:

Seite 1. Willkommensblatt

Seite 2. Berlin

Seite 3. Minsk

Seite 4. Krakau

Seite 5. 4 Städte in 5 Tagen

Seite 6. Segeln an der Ostsee

Seite 7. Klettern im Ith

Seite 8. Photographie

Seite 9. Bremen i(s)st international

Seite 10. Theater

Seite 11. DIY

Seite 12. Gebärdensprache



Die Bundeshauptstadt hat viel zu bieten: Geschichte, Politik, Kultur und natürlich auch Sightseeing, Spaß und Shopping. Der Schwerpunkt dieses Seminars liegt auf der Auseinandersetzung mit politischen und kulturellen Aspekten. Wir werden beispielsweise von einem Zeitzeugen durch den ehemaligen „Stasiknast“ in Berlin-Hohenschönhausen und durch das Stasimuseum geführt, um einen Eindruck von den Überwachungs- und Unterdrückungsmethoden in der DDR zu bekommen.

Im Bundestag bekommen wir eine Führung und anschließend die Möglichkeit, einer Politikerin Löcher in den Bauch zu fragen. Neben diesen und weiteren erlebnisreichen Programmpunkten, wie beispielsweise dem Besuch beim Bundesrat, wird es auch Zeit geben, um zu shoppen, Sightseeing auf eigene Faust zu organisieren, und das vielfältige Berliner Nachtleben erkunden zu können. Wir wohnen in einem Jugendhotel in Berlin-Kreuzberg, in dem wir auch gemeinsam frühstücken. Das Mittag- und Abendessen ist nicht im Seminarpreis enthalten und muss von euch selbst organisiert und bezahlt werden. In dem Jugendhotel bewohnen wir eine eigene Etage und ihr werdet in 5er und 7er Zimmern untergebracht. Bettzeug ist vorhanden, Handtücher müsst ihr mitnehmen. Für dieses Seminar gibt es an einem Nachmittag ein verbindliches Vortreffen im sfd, bei dem wir auf die Fahrt und vorbereiten werden.

**Datum:** Montag, 11.05. bis Freitag, 15.05.2020

**Max.:** 25 Freiwillige

**Kosten:** 15,00 €

**Anreise:** gemeinsam im Zug

**Voraussetzungen:** mind. 18 Jahre und politisch interessiert

**Ansprechpartner:** Cornelius Peltz-Förster

peltz-foerster@sfd-bremen.de



Dies ist eine politisch abenteuerliche Bildungsreise an die östliche Grenze Europas. Für alle, die gerne in eine **ganz** andere Kultur eintauchen möchten, die wissen möchten, wie Menschen in einem autoritären Staat leben und wie dort Politik gemacht wird.

Wir besuchen verschiedene soziale und kulturelle Einrichtungen, spüren Jugendkultur nach, in einem Land, in dem allein der Staat weiß, was für seine Bürger richtig ist. Betrachten unsere kulinarischen Gewohnheiten neu und lernen, was Gastfreundschaft bedeuten kann.

Seit über 20 Jahren organisieren wir diese Jugendbegegnung mit unserer Partnerorganisation „Education Center Post“.

Es handelt sich hierbei um einen Jugendaustausch. Das bedeutet, Anfang Juni bekommen wir Besuch von jungen Belarussen, die auch euch beherbergt haben. Diesen bringen wir unsere Stadt und Kultur näher.

Russisch Sprachkenntnisse sind nicht erforderlich (aber von Vorteil).

Für dieses Seminar wird es aufgrund der formalen wie inhaltlichen Besonderheiten drei Vorbereitungstreffen ab Februar 2019 geben. Diese sind **verpflichtend**.

Auch benötigt ihr einen gültigen Reisepass.

**Datum:** 06.05. – 13.05.2020

**Gegenbesuch:** 03.06. - 10.06.2020

**Max.:** 18 Freiwillige

**Kosten:** 150 € (Ausgleichsabgabe an atmosfair inbegriffen)

**Anreise:** per Flug (über Vilnius) und Zug

**Übernachtungen in Gastfamilien**

**Ansprechpartner:**

Uwe Wrede

**Weitere Infos:**

[www.sfdinminsk.de](http://www.sfdinminsk.de)

[wrede@sfd-bremen.de](mailto:wrede@sfd-bremen.de)



Der Schwerpunkt dieses Wahlseminars soll auf der Geschichte sowie auf den politischen und kulturellen Facetten der Stadt Krakau liegen. In diesem Zusammenhang werden wir unterschiedliche historisch bedeutende Orte besuchen. Genannt seien hier die ehemalige Fabrik von Oskar Schindler, der während der deutschen Besatzung im Zweiten Weltkrieg ca. 1200 jüdischen Menschen das Leben rettete, und die Gedenkstätte des Konzentrationslagers Auschwitz, unweit der Stadt.

Neben den zahlreichen inhaltlichen Programmpunkten werden wir auch die Chance haben ins Nachtleben der Stadt einzutauchen. Wir werden gemeinsam mit einem Reisebus anreisen und in einem Studentenwohnheim übernachten.

**Für das Seminar wird es zwei verbindliche Treffen geben, eins zur Vor- und eins zur Nachbereitung. Für eine verbindliche Anmeldung benötigen wir eine Anzahlung von 100€ spätestens bis zum 31.12.2019.**

**Datum:** Samstag, 2. Mai bis Samstag, 9. Mai 2020

**Max.:** 26 Freiwillige

**Kosten:** 150€

**Unterkunft:** Hotel, nahe der Innenstadt

**Anreise:** per Reisebus

**Voraussetzung:** Volljährigkeit sowie politisches, historisches und interkulturelles Interesse

**Vor-/Nachbereitungstreffen (verpflichtend!):** 26. März, 16 Uhr / 25. Mai, 16 Uhr.

**Ansprechpartner:** Malte Jelschen

jelschen@sfd-bremen.de

# 4 Städte in 5 Tagen

Seite 5



In dieser Woche werden wir die Städte Hamburg, Hannover und Oldenburg besuchen aber wir werden auch in Bremen aktiv. Inhaltlich beschäftigen wir uns dabei (erlebnisorientiert) mit historischen, kulturellen, künstlerischen, ökologischen oder politischen Fragen.

Geplant ist u.a. die Besichtigung des Rathauses in Hannover inklusive der spektakulären Kuppelauffahrt im Bogenaufzug. Weiter steht auf dem Programm eine Stadtführung durch Hamburg aus der Sicht eines Obdachlosen. Außerdem wird es in jeder Stadt auch Zeit zur freien Verfügung geben. Die Zielorte stehen fest, aber das Programm kann je nach Wetter und aktuellen Angeboten noch variieren. Am Montag lernen wir uns kennen und starten dann mit dem ersten Programmpunkt. Am Freitag ziehen wir anhand einiger Leitfragen Bilanz. Eine inspirierende Woche, die zum Blick über den Stadt- und Tellerrand einlädt.

**Datum:** 23.03. – 27.03.2020

**Max.:** 20 Freiwillige

**Kosten:** keine

**Anreise:** gemeinsam mit dem Zug

**Ansprechpartner:** Cornelius Peltz-Förster  
peltz-foerster@sfd-bremen.de

Engel haben Flügel, wir brauchen Segel !



Winde wehen, Schiffe gehen, und ich steh´ am Meer... Wir fahren auf der **VERANDERING**, dem holländischen Traditionssegler, der Bremischen Evangelischen Kirche, mit einer geschulten Crew ab Kiel, laufen Häfen und Inseln der Ostsee an oder ankern in der „dänischen Südsee“, je nach Wind, Wetterlage und Laune.

Thematischer Schwerpunkt: Arbeit in Teams, Hand in Hand, an und unter Deck, in der Kombüse, am Steuerrad oder im Klüvernetz- hier kannst Du offline sein...Niemand muss segeln können, jeder kann aber viel dabei lernen.

Mehr Infos unter:

[www.kirche-bremen.de/orte/verandering/verandering\\_start.php](http://www.kirche-bremen.de/orte/verandering/verandering_start.php)

**Datum:** Sonntag, 14. Juni- Freitag, 19. Juni 2020, + ein Vorbereitungstreffen Mitte Mai im SFD

**Max.:** 16 Freiwillige

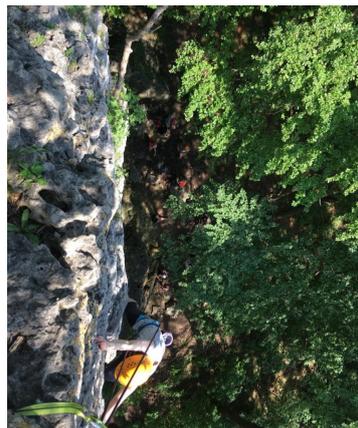
**Kosten:** 50 €

**Ort:** Ostsee

**Übernachtung:** in gemütlichen Kojen an Bord

**Ansprechpartnerin:** Julia Bloch und Regina Munzel

[bloch@sfd-bremen.de](mailto:bloch@sfd-bremen.de)



Wenn du Lust hast, draußen zu sein, abenteuerliche Dinge auszuprobieren und gerne kletterst oder es mal ausprobieren möchtest, bist du in diesem Seminar genau richtig. In perfekter Lage liegt das Epzi (– Erlebnispädagogisches Zentrum Ith.) Neben den beeindruckenden Felsen im Naturschutzgebiet gibt es viele Möglichkeiten für allerlei Outdooraktivitäten. Dorthin geht unsere Reise und Klettern wird auf jeden Fall ein Schwerpunkt. Daneben sind eine Höhlenwanderung und eine Nacht unter freiem Himmel geplant. Unter dem Motto „Wer sich selbst neu entdecken möchte, muss es wagen, seine Komfortzone zu verlassen“ entscheidet ihr immer selbst, wie hoch ihr hinaus wollt! Eine garantierte Auszeit aus dem Alltag mit Spiel, Spaß und Spannung!

Niemand muss klettern können. Was ihr braucht sind Regensachen, Schlafsack, Isomatte und zu mehreren ein Zelt. Es wird zwei Klettertermine in Bremen geben und ein Planungstreffen im sfd Bremen.

**Datum:** Montag, 08. Juni – Freitag, 12. Juni 2020

**Max.:** 20 Freiwillige

**Kosten:** 50,-

**Ort:** Ith/ Hartz

**An- und Abreise mit der Bahn**

**Ansprechpartnerin:** Gesa Ferger

ferger@sfd-bremen.de

## von mir



Wie passe ich selbst hinein in die Darstellung von Personen, Lebensräumen, Aktionen und Handlungen in der Welt?

Da Bilder der schnellste Weg der Kommunikation sind, wollen wir uns mit deren Wirkung und Gestaltung eigener Motive von uns selbst beschäftigen. Das photographische Selbstportrait ist eine geräuschlose Möglichkeit, sich zu präsentieren. Wir werden uns klassischer und moderner Elemente der Photographie bedienen: von Studio-Blitzanlage bis hin zum Smartphone. Es werden gestalterische Grundlagen und künstlerische Ansätze vermittelt, um dann in der Konzeption des persönlichen Ausdrucks ein Ergebnis in Bildern zu produzieren. In einer „Set-Card“ werden am Ende der Woche die verschiedenen Akzente eurer Persönlichkeit im Bild zusammengefasst sein.

**Termin:** Donnerstag, den 23. April bis Dienstag, den 28. April 2020 in Bremen beim sfd und in diversen Locations in Bremen

**Max.:** 14 Freiwillige

**Kosten:** keine

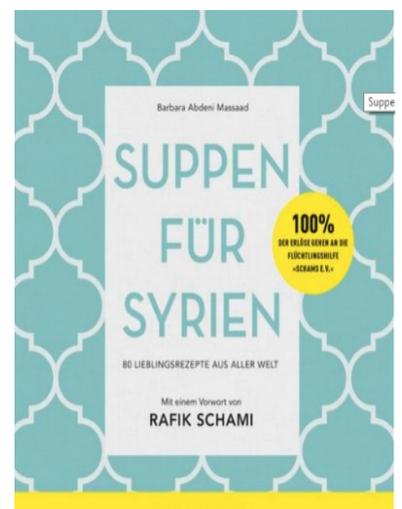
**Wer hat, bringt's mit:** Kamera (Spiegelreflex, Kompaktkamera), Smartphone (evtl. mit Apps: Hipstamatic, Lumiere, Camera+, ShakeltPhoto, Lo-Mob, ScratchCam, ...), Laptop, Motivation

**Neugierig????** Dann schaut euch gerne bei Miklas auf der Homepage um:

<http://www.miklaswrieden.de>

**Ansprechpartnerin:** Karen Beermann

[beermann@sfd-bremen.de](mailto:beermann@sfd-bremen.de)



Menschen aus über 50 Kulturen leben in Bremen - uns verbindet vieles, wie die Freude an Essen, Musik, Sprache, Kunst und Kultur.

Wir werden in dieser Woche Orte besuchen, die für verschiedene Kulturen von Bedeutung sind, (wie Kloster, Moschee, Synagoge, Friedentunnel-Projekt).

Außerdem werden wir viele Leute treffen, die sich in interkulturellen Projekten engagieren und ... jeden Tag richtig leckeres Essen kochen, quer durch die Welt.

**Ort:** Bremen, Sfd

**Datum:** Montag, 25.5. 2020 – Freitag, 29.5.2020

**Max.:** 20 Freiwillige

**Kosten:** Keine

**Ansprechpartnerin:** Regina Munzel, Malte Jelschen

[munzel@sfd-bremen.de](mailto:munzel@sfd-bremen.de)

# Theater mit Freiwilligen und Geflüchteten

Seite 10



Wir wollen eine Woche mit einer Gruppe von Geflüchteten jungen Menschen zusammen Theaterspielen. Dazu haben wir einen Theaterpädagogen eingeladen, der uns in die Technik des Theaterspielens einlädt.

Wir werden gemeinsam ein Thema erarbeiten und dessen Darstellung zusammen entwickeln. Das kann sehr spannend werden, da die Teilnehmenden naturgemäß sehr unterschiedlich sind. So sind wir alle gespannt, was das Thema sein wird. Am Ende der Woche wird es ein Ergebnis geben, das wir in irgendeiner Form veröffentlichen werden. Aber auch das entscheidet Ihr. Die tägliche Arbeit findet im Volkshaus in Walle statt.

**Datum:** Montag 2. Mai bis Freitag, 6. Mai 2020

**Max.:** 13 Freiwillige / 13 Geflüchtete

**Kosten:** keine

**Ort:** Volkshaus, Bremen

**Ansprechpartner:** Andreas Rheinländer, Freshta Sadeqpoor  
rheinlaender@sfd-bremen.de

# Do-it-yourself, Upcycling und Sharing in Bremen

Seite 11



Stehst Du gerade oder bald auf eigenen Beinen und willst Dein erstes Zuhause persönlich gestalten? Hast Du nur ein kleines Budget und willst trotzdem gern ökologisch wertvoll leben und Dich in Deiner (neuen) Stadt vernetzen? Packt Dich die Lust etwas selber zu machen?

In diesem Seminar kannst Du Deiner Kreativität freien Lauf lassen und am Ende etwas Selbstgemachtes in den Händen halten... Außerdem möchten wir schauen was in Bremen noch möglich ist, um Dein Leben auf eigenen Beinen mit kleinem Budget und viel Handmade aufzubauen..

Wir können selber handwerkliche Tätigkeiten ausprobieren und erlernen, „alte“ und/oder „kaputte“ Gegenstände reparieren, aufwerten und einer neuen Bestimmung zuführen, Brot backen, Pesto und Smoothies zaubern, nähen, basteln, essbare Pflanzen in der Stadt suchen und anbauen...

In Bremen lernen wir ein vielfältiges Angebot an „Upcycling-Projekten“, „Repair-Cafés“ und lokalen „Urban-Gardening-Kollektiven“ und die „Sharing-Economy“ kennen. Es ist persönlicher, günstiger, ökologischer und macht viel Spaß, Dinge selbst zu produzieren und gleichzeitig das Leben in der Stadt etwas nachhaltiger zu gestalten.

Für dieses Seminar wird es ein Vortreffen im sfd geben.

**Datum:** 23.03. - 27.03.2020

**Ort:** Bremen, Sfd

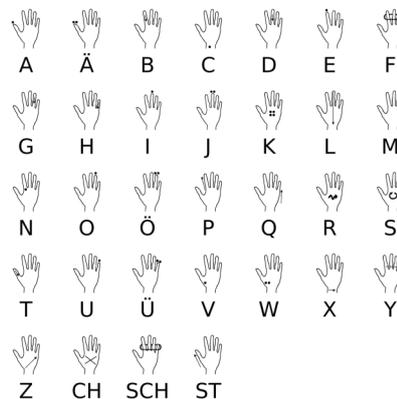
**Max.:** 20 Freiwillige

**Kosten:** keine

**Voraussetzungen:** Lust auf Selbermachen, Kreativität und Tagesexkursionen in Bremen

**Ansprechpartnerin:** Julia Bloch

[bloch@sfd-bremen.de](mailto:bloch@sfd-bremen.de)



Gebärdensprache ist die Sprache der Hände. Vielleicht habt ihr schon mal Menschen auf der Straße gesehen, deren Hände durch die Luft tanzten, als wenn sie Bilder in der Luft malen würden? Das war Gebärdensprache, genauer gesagt Deutsche Gebärdensprache, kurz DGS.

Gebärdensprache ist die Sprache, die Gehörlose im Alltag benutzen. Da in der BRD ca. 80 000 Gehörlose leben, die auf den Gebrauch dieser Sprache angewiesen sind, wird die Gebärdensprache auch als Minderheitensprache bezeichnet. Diese Minderheitensprache ist von Sprachwissenschaftlern als eine vollwertige Sprache mit eigener Grammatik anerkannt.

Typisch für Gebärdensprache sind z.B. abstrakte Gebärdenzeichen, Mimik, Richtung- und Zeitgebärden, Inkorporation von Objekt und Verben sowie der Gebrauch des Fingeralphabets.

Zum Weiterlesen... [www.gebaerdenfreude.de](http://www.gebaerdenfreude.de)

**Wann:** 11.05. bis 15.05.2020

**Ort:** Bremen, Sfd

**Max.:** 16 Freiwillige

**Kosten:** keine

**Mitbringen:** Spaß, Motivation und Mut!

**Ansprechpartnerin:** Karen Beermann

beermann@sfd-bremen.de

Hier findet ihr nun den Link und einen QR-Code, mit dem ihr ebenfalls auf die Online Umfrage zurückgreifen könnt.

Link:

<https://www.umfrageonline.com/s/618ad35>



# Notizen

**F**reiwilligendienst - eine Riesenmöglichkeit, sich zu entwickeln und sich selbst verstehen zu lernen.

Ein besonderer Meilenstein im Leben...



Sfd- Bremen e.V.  
Jugendfreiwilligendienste  
Dammweg 18-20  
28211 Bremen

Tel.: 0421- 16 86 70 0  
Fax: 0421- 116 86 70 49  
[www.sfd-bremen.de](http://www.sfd-bremen.de)  
[info@sfd-bremen.de](mailto:info@sfd-bremen.de)



Design:  
Leonie Oetken  
FSJ-Kultur