

A photograph of a wooden signpost in a forest. The signpost is made of a weathered wooden plank mounted on a vertical wooden post. The words "FAIRES LAGER" are carved into the plank in a bold, blocky font. The background shows several trees with green leaves and a grassy field in the distance.

FAIRES LAGER

**Leitfaden für ein
nachhaltiges Jugendlager**

www.faires-lager.ch



Wir brauchen mehr als 3 Planeten

*Würden die Menschen auf der
ganzen Welt so leben wie wir in der
Schweiz, bräuchten wir mehr als
3 Planeten.*

*Kein Grund zum Pessimismus!
Bei Faires Lager entwickelst
du Strategien und Lösungsansätze,
um dein eigenes Jugendlager
nachhaltig zu gestalten.*



Mithilfe dieses Leitfadens wirst du schnell merken – ein Jugendlager nachhaltig zu gestalten macht Spass und dein Programm für die Teilnehmenden vielfältiger. Der Leitfaden ist ein Hilfsmittel, um dich und dein Leitungsteam bei der Vorbereitung und Planung eines fairen und nachhaltigen Lagers zu unterstützen. Er liefert dir dafür wertvolle Tipps und Tricks für eure konkrete Umsetzung.

Du fragst dich, warum dein persönliches Engagement für ein nachhaltiges Lager wichtig ist? Naja, würden alle Menschen auf der Welt leben wie wir in der Schweiz, bräuchten wir die Ressourcen von mehr als 3 Planeten. Unser Konsum basiert dabei oft darauf, dass Menschen in anderen Ländern zu unfairen Bedingungen arbeiten und die Umwelt zu Schaden kommt. Dieses Verhalten macht kurz- und langfristig keinen Sinn. Wir wollen unserem Planeten Sorge tragen!

Deswegen setzen wir uns gemeinsam mit dir für nachhaltige Jugendlager ein. Dein Lager bietet dir den perfekten Rahmen, dich in einem nachhaltigen Lebensstil auszuprobieren und andere damit zu begeistern. Du kannst deinen Lager teilnehmenden packende Geschichten erzählen, um sie für verschiedene Themenaspekte zu sensibilisieren. Oder ihr werdet gleich gemeinsam aktiv für die Umwelt.

Es gilt einfach loszulegen mit einer ersten Idee, inspiriert von den wichtigsten Tipps auf den nächsten Seiten. Viel Spass in der Umsetzung wünscht dir Faires Lager – nun sind deine Kreativität und dein Engagement gefragt!



**«NATÜRLICH INTERESSIERT
MICH DIE ZUKUNFT.
ICH WILL SCHLIESSLICH
DEN REST MEINES LEBENS
DARIN VERBRINGEN.»**

Mark Twain, Schriftsteller

Nachhaltigkeit im Lager

Wir suchen Wege, wie wir zufrieden leben können, ohne die Ressourcen unseres Planeten übermässig zu beanspruchen. Dies mit einem Lebensstil, der auch anderen Menschen heute und in Zukunft ein gutes Leben ermöglicht. Dieses Ziel wird Nachhaltigkeit genannt: Eine Entwicklung der Gesellschaft, die aus ökologischer, sozialer und wirtschaftlicher Sicht langfristig Sinn macht.

ÖKOLOGISCHE NACHHALTIGKEIT:

Die natürlichen Ressourcen werden nur in dem Masse beansprucht, wie sie sich auch selber wieder regenerieren können. Im Lager heisst das konkret, dass wir Sorge tragen zu Natur und Umwelt. Zum Beispiel durch den Einkauf auf dem Bauernhof in der Nähe des Lagerplatzes oder mit einer gesunden Lagerküche anhand biologischer, regionaler und saisonaler Lebensmittel sowie einer korrekten Entsorgung des Abfalls.

ÖKONOMISCHE NACHHALTIGKEIT:

Eine Gesellschaft kann wirtschaftlich gesehen nicht langfristig über ihren Verhältnissen leben, sonst haben nachkommende Generationen die Folgen zu tragen. Im Lager heisst das konkret, dass wir unser Lagerbudget clever nutzen und nicht mehr ausgeben, als wir haben. Mit Firmenanfragen für vergünstigte Produkte aus der Region können wir nicht nur die Lagerkasse schonen, sondern auch lokale Kleinunternehmen unterstützen. Ein Minimum an Luxusprodukten wie Fleisch, teurem Bastelmaterial sowie eine clevere Resten- und Materialverwertung schonen das Budget.

SOZIALE NACHHALTIGKEIT:

Eine zukunftsfähige Gesellschaft garantiert, dass jeder Mensch respektiert wird, seine Grundrechte gewährleistet sind und wir gemeinsam ein friedliches Miteinander fördern. Konkret heisst das im Lager, dass wir es für alle zu einem unvergesslichen Erlebnis machen. Und dies unabhängig davon wie unterschiedlich Hintergründe und Voraussetzungen der Teilnehmenden sind. Wir binden die Teilnehmenden mit ein in unser Engagement für einen nachhaltigen Lebensstil und vermitteln diesen spielerisch und begeisternd. Dabei zeigen wir auf, wer produziert, was wir konsumieren und setzen uns für faire Arbeitsbedingungen ein.

«UMWELTSCHUTZ IST EINE CHANCE UND KEINE LAST, DIE WIR TRAGEN MÜSSEN.»

Helmut Sihler, Manager

1. Schritt:

Planung, Anreise und Finanzierung

Gut geplant ist halb gewonnen

- Denkt bereits beim Rekognoszieren an folgende Dinge: Was gibt es für lokale Einkaufsmöglichkeiten und welche Produkte werden angeboten? In welchen Mengen? Was kann bei Bauernhöfen in der Nähe bezogen werden? Wie wird die Abfallentsorgung organisiert?
- Elternabend: Klärt die Eltern über euer Anliegen auf ein nachhaltiges Lager zu gestalten und zeigt ihnen, wie sie sich beteiligen können: Anreise mit dem ÖV am Besuchstag, verantwortungsbewusste Frässpäckli, finanzieller Zustupf für nachhaltig produzierte Lebensmittel («Bio-Aktie») ...
- Besprecht im Leitungsteam, was ihr bereits umsetzt und wo es noch Verbesserungspotential gibt. Gemeinsam beschliesst ihr konkrete Massnahmen.
- Das Küchenteam rechtzeitig mit an Bord holen
- Materialtransport: Gibt es Dinge, die ihr jedes Jahr mitnehmt, aber nie benützt? Dann lasst sie doch einfach zuhause.

Anreise: Sportskanone oder Faulpelz?

- Mit dem öffentlichen Verkehr anreisen
- Ein Teil der Anreise zu Fuss gehen und gleich für eine erste schöne Wanderung nützen
- Wie wäre es mit einem Sommerlager auf zwei Rädern oder einer Anreise mit dem Fahrrad? Garantiert ein unvergessliches Erlebnis.

Finanzierung und Netzwerk

- Mengenrabatte beim Einkauf aushandeln und Unternehmen einbinden, die ebenfalls für eine nachhaltige Zukunft eintreten
- Nachhaltigkeit als Trumpf bei der Suche nach finanzieller Unterstützung z. B. durch Kirchgemeinden nützen



«EINKAUFEN IST POLITIK. BEI JEDEM EINKAUF GEHST DU WÄHLEN.»

Bono, Sänger U2

2. Schritt:

Einkaufen und Kochen

Die Qual der Wahl des Einkaufsortes

- Lokaler Bauernhof und Hofladen einbeziehen
- Lokale Bäckereien, Käsereien und Metzgereien kontaktieren
- Je nach Lagerort empfiehlt es sich, vorher grösseren Mengen biologisch hergestellter Inlandprodukte einzukaufen.
- Reduziert Einkaufsfahrten durch gute Absprachen und «Fahrregeln» miteinander.



Weil Produkte lokal verkauft werden, heisst das nicht automatisch, dass sie regional produziert worden sind. Am besten immer gleich nachfragen!

Einkaufsprofi in Nachhaltigkeit


- Als Faustregel gilt: «Biologisch, regional, saisonal».
- Pflanzliche Lebensmittel, wenn immer möglich den tierischen vorziehen. Das heisst für euch: Vegi-Tage einplanen und auf pflanzliche Alternativen setzen und so neue spannende Rezepte ausprobieren. Je mehr, desto besser, denn das schont auch euer Budget!
- Klar: Je weniger Abfall durch Verpackungen desto besser. An erster Stelle ist jedoch obige Faustregel zu beachten, denn die Verpackung macht einen sehr kleinen Anteil der Umweltbelastung eines Produkts aus.
- Meidet unbedingt Produkte, die mit dem Flugzeug transportiert werden.
- Achtet wenn möglich bei Lebensmitteln, wie Bananen und Schokolade, auf Bio und Fairtrade.
- Es lohnt sich (Ausschuss)ware beim Biobauernhof in der Nähe zu beziehen. Eine Landkarte mit allen Knospenhofen findet ihr unter www.faires-lager.ch.

Rezept für 4 Personen:

Hummus

- 250 g Kichererbsen einweichen und weichkochen.
- 2 Knoblauchzehen,
- 3 EL Zitronensaft,
- 1 EL Olivenöl,
- 60 ml Sesampaste (Tahini),
- 2 Prisen Salz,
- 2 Prisen Pfeffer und
- 1/2 TL Kreuzkümmel mit dem Mixer pürieren.





**«WIR GEHEN MIT DIESER
WELT UM, ALS HÄTTEN
WIR NOCH EINE ZWEITE IM
KOFFERRAUM.»**

Jane Fonda, Schauspielerin



Es klappt nicht von heute auf morgen alle Einkaufs- und Essgewohnheiten umzustellen. Entscheidet euch bewusst mit eurer Lagerküche für erste Massnahmen, z. B. Biogemüse, aller Reis wird in Fairtrade-Qualität gekauft, Einplanen von mehreren Vegi-Tagen, ...

Ihr habt den Überblick verloren? Eine Saisontabelle und einen Labelführer findet ihr unter www.faires-lager.ch.

Bereits vor dem Kauf entscheiden, welche Lebensmittel in welcher Qualität gekauft werden und euch dabei am Budget orientieren. Nicht, dass ihr am Schluss Geld übrig habt, für das ihr euch eigentlich qualitativ hochwertigere, umweltschonendere Produkte hätten leisten können.

Mit Erfolg kochen

- Holt euch Tipps und Rezepte bei erfahrenen Lagerköchen, falls ihr noch nicht so viel Erfahrung habt. Faires Lager vermittelt euch gerne.
- Vermeidet Food Waste, indem ihr die Resteverwertung in den Menüplan mit einplant.
- Kreative Ideen für die Resteverwertung ausdenken, damit die Teilnehmenden mitmachen; z. B. «durch den Regebooge ässe», «Zmorge De Luxe», ...
- Kreativ sein und Lebensmittel wie Apfelmus, Brot, Joghurt oder Sirup selber herstellen
- Ablaufdatum nicht mit dem Kalender, sondern mit Nase und Mund vergleichen

Alle Lagerteilnehmenden machen mit

- Teilnehmende bringen eine eigene Lunchbox, Besteck und Teller mit.
- Lunch nicht extra für jede Person einzeln im Plastiksack abpacken, sondern Lebensmittel für eine ganze Gruppe mitgeben. Ein ganzer Brotlaib braucht keine Extraverpackung – ein Sandwich schon.
- Bauernhofbesuch mit allen einplanen
- Gemeinsam mit den Lagerteilnehmenden kochen
- Ein (Gelände)spiel zu einer nachhaltigen Küche einbauen, Ideen findet ihr unter www.faires-lager.ch

«REINE LUFT, SAUBERE BÖDEN
UND UNGIFTIGE LEBENSMITTEL
GEHÖREN ZU DEN
MENSCHENRECHTEN.»

König Felipe VI.



3. Schritt:

Material und Abfall

Naturschutz hat Priorität

- Farbe und Leim sollen biologisch abbaubar sein → Informiert euch vor dem Einkauf.
- Verbrauchsmaterial, z. B. Holz aus der lokalen Sägerei beziehen
- Spülmittel nie direkt ins Gewässer spülen und im Becken abwaschen
- Umweltfreundliche, biologisch abbaubare Waschmittel, Putzmittel und Duschgels verwenden oder eine Neutralseife benutzen; Eltern und Teilnehmende am Elternabend oder mit einem coolen Nachmittagsprogramm zum Thema Gewässerschutz und Mikroplastik sensibilisieren
- Verzichtet so gut es geht auf Alufolie und kauft Papierprodukte aus recyceltem Material. Achtet dabei auf das Label «Blauer Engel» oder 100 % Recycling.



Materialschlacht vermeiden!

- Altes Bastelmaterial vom Vorjahr wiederverwerten, bevor neues Material gekauft wird; evtl. einen gemeinsamen Höck beim Materialräumli einplanen, an den jede*r eine Auflistung des Materials, das noch zuhause herumliegt, mitbringt.
- Materialien aus der Natur verwenden
- Material mehrfach verwenden (z. B. Absperband) oder durch Alternativen ersetzen, die wiederverwendbar sind.

Zukünftige Entsorgungs- und Recyclingprofis

- Mülltrennung in verschiedenen farbigen Säcken oder Kisten und an passenden Standorten auf dem Lagerplatz mit den Teilnehmenden aufbauen. Ihr kennt Abfallsammelstellen in der Nähe und plant Lagerung und Entsorgung des Abfalls gemeinsam. Wiesen und Plätze werden nach dem Gebrauch gereinigt («fötzele»).
- Organische Abfälle kompostieren
- Es sind Lebensmittel übrig am Ende des Sommerlagers? Nicht wegwerfen, sondern unter den Teilnehmenden verschenken!

Bastelidee für Sommerlager:

Upcycling- Piratenfloss

Du benötigst motivierte Pirat*innen oder andere mutige Seefahrer*innen, ein Gewässer in dem ihr in die See stechen könnt, leere Pet-Flaschen, Holz, weiteres Material, ein Sicherheitskonzept, und die Bastelanleitung inkl. Recyclingplan, welche du unter www.faires-lager.ch findest. Viel Spass!

4. Schritt:

Programmgestaltung: Sensibilisieren und aktiv werden!

- Nachhaltigkeit in den Lageralltag integrieren: Sei es bei einem Morgenritual, beim Ämtli, beim Essen oder durch eine gemeinsame Lagerchallenge – der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt!
- Eine Führung auf dem Biobauernhof oder einen Rundgang mit dem Förster einplanen
- Gemeinsam anpacken bei einem Umwelteinsatz: Ihr werdet aktiv und macht z. B. einen Wald- oder Bachputz, helft mit einen Weg zu sanieren, ...

Spiel, Spass und Nachhaltigkeit

- Plant und führt ein Spiel, welches sich mit Nachhaltigkeit befasst, im Rahmen eines Lagersportblocks durch → Spielideen findet ihr auf www.faires-lager.ch.
- Spielregeln so aufstellen, dass auch jüngere oder benachteiligte Kinder und Jugendliche die Möglichkeit haben, ihr Können zu zeigen.
- Ein Upcycling-Projekt starten oder mit Naturmaterialien basteln → Dabei ist wichtig, dass ihr die Materialien, welche ihr für euer Upcycling-Projekt verwendet, auch danach noch trennen und recyceln könnt!
- Eine Lageraktivität Natur und Umwelt durchführen
- Im Rahmen eines Kerzenlaufs über eine nachhaltige Zukunft nachdenken und diskutieren
- Nehmt gemeinsam am Wettbewerb von Faires Lager teil.



Viele nachhaltige Bastel- und Spielideen, welche junge Lagerleitende selber entwickelt und durchgeführt haben, findet ihr auf www.faires-lager.ch.



Weitere Angebote von Faires Lager: Viele weitere Tipps sowie Spiel- und Aktivitätsideen findest du unter www.faires-lager.ch. Zudem findet jedes Jahr ein Wettbewerb für alle Sommerlager statt, bei dem du etwas umsetzen und gleich noch tolle Preise abstauben kannst!

Machst du mit? Schicke uns deine Ideen, Fragen oder deinen Erfahrungsbericht aus eurem nachhaltigen Jugendlager an info@fares-lager.ch.

Wer steckt dahinter? Die zweite Auflage dieses Leitfadens wurde vom Ausbildungsteam Faires Lager überarbeitet. Alle Mitglieder sind selber aktiv in einem Jugendverband und haben Lagerleitungs- und Küchenerfahrung. Wir danken der Stiftung Pusch für die fachliche Expertise. Faires Lager wird gefördert durch die Mercator Stiftung Schweiz, die Stiftung Wegweiser, die Schweizerische Pfadistiftung sowie weitere Förderpartner.

Ein Projekt von:

Pfadibewegung Schweiz
Mouvement Scout de Suisse
Movimento Scout Svizzera
Moviment Battasendas Svizra




Katholische Kirche
Stadt Luzern


FASTENOPFER

youngCARITAS


Jungwacht
blauring