Schließt euch an diesem Weltmädchentag mit anderen Pfadfinder*innen zusammen, um gemeinsam die Welt zu ändern!

#PreparedToChangeTheWorld

International Day of the Girl 2023

WORLD ASSOCIATION OF GIRL GUIDES AND GIRL SCOUTS

WAGGGS 2022 World Association of Girl Guides and Girl Scouts
World Bureau 12c Lyndhurst Road London,
NW3 5PQ, UK
Telephone: +44 (0)20 7794 1181
Website: www.wagggs.org
Registered Charity No. 1159255

Was ist der International Day of the Girl?

Der International Day of the Girl (IDG) oder auf deutsch Weltmädchentag wird jährlich am 11. Oktober gefeiert, um auf Probleme hinzuweisen, mit denen sich Mädchen weltweit konfroniert sehen und um gleichzeitig die Stärken und Chancen von Mädchen herauszustellen!

Am Weltmädchentag wollen wir zeigen, dass nicht erst etwas ändernkann, wenn man erwachsen ist - Mädchen können großartige Dinge tun.

Jedes Jahr nutzen Pfadfinder*innen weltweit den Weltmädchentag, um für die eigenen Anliegen zu sprechen. Sie nutzen die den Weltmädchentag als Chance, auf die ganz eigenen Themen, Probleme und Schwierigkeiten aufmerksam zu machen und Veränderungen in ihrem Umfeld anzustoßen.

Warum ist der Weltmädchentag so wichtig für die World Association of Girl Guides and Girl Scouts (WAGGGS)?

WAGGGS ist der größte Verband für Mädchen und junge Frauen auf der Welt - der Weltmädchentag hat darum eine besondere Bedeutung für unsere Organisation.

Jeden Tag lernen Mädchen und junge Frauen bei den Pfadfinder*innen, an sich selbst zu glauben, sich und anderen zu helfen. Resilienz, auf deutsch übersetzt etwa Widerstands- und Anpassungsfähigkeit, lernen wir bei den Pfadfinder*innen. Sie hilft uns dabei, in unserer sich ständig wandelnden Welt Anwält*innen für unsere eigenen Anliegen zu sein und Leiter*innen für den Wandel heute und in Zukunft.

Was ist das WAGGGS-Thema für den Weltmädchentag 2023?

Dieses Jahr wollen wir rund um den Weltmädchentag die Aufmerksamkeit darauf richten, wie wir Mädchen helfen können, resilient zu werden. Eine Eigenschaft, die Mädchen - und allen Menschen - dabei hilft, dem Druck und den Schwierigkeiten einer sich ständig wandelnden Welt entgegen zu treten. Resilienz hilft uns dabei, Selbstbewusstsein zu entwickeln, mutig und einfallsreich zu sein und uns zuzutrauen, Wandel in unseren Gesellschaften anzustoßen. An diesem Weltmädchentag schaffen wir einen “Brave space”. Das heißt, einen Raum, eine sichere Gemeinschaft, wo sich Mädchen bereit fühlen können, die Welt zu ändern: #PreparedToChangeTheWorld!

Von Anfang an hat Lord Baden Powell uns als Pfadfinder*innen aufgefordert, “allzeit bereit” zu sein. Er war überzeugt, dass wir Hindernisse, die sich unserem Engagement für eine besseren Welt entgegen stellen, nur dann überwinden können, wenn wir uns emotional, körperlich und als Gemeinschaft stark fühlen.

Was müsst ihr für den Weltmädchentag 2023 Badge tun?

In drei Schritten zum #PreparedToChangeTheWorld Badge:

1

Schritt eins:

Macht zwei kurze Spiele aus dieser Arbeitshilfe. Ihr werdet durch sie die drei verschiedenen Typen der Widerstandsfähigkeit (Resilienz) kennenlernen: emotional (Kopf), körperlich (Hand) und die der Gemeinschaft (Haus). Ihr lernt verschiedene Aktivitäten kennen, mit denen ihr als Gruppe eure Resilienz stärken könnt.

2

Schritt zwei:

Denkt als Gruppe über die verschiedenen Aktionen und Ideen nach, wie ihr als Pfadfinder*innen eure emotionale, körperliche oder gemeinschaftliche Resilienz stärken könnt. Entscheidet euch für eine Sache, die ihr als Gruppe im kommenden Jahr gemeinsam durchführen werdet.

3

Schritt drei:

Jetzt werdet laut und teilt eure Pläne mit anderen! Tauscht euch mit anderen Pfadigruppen über eure Pläne und Ideen aus oder mit anderen Leuten in eurer Gemeinde, mit Freunden oder Eltern. Ihr könnt auch euer WAGGGS-Netzwerk stärken und eure Ideen auf dem WAGGGS Resilience Message Board (Infos auf der letzten Seite dieser Arbeitshilfe) oder auf Social Media teilen.

Fordern wir uns selbst heraus! Seid...
#PreparedToChangeTheWorld

Den WAGGGS-Badge für den Weltmädchentag gibt es im WAGGGS-Shop. Meldet euch bitte bei boutique@pfadfinderinnen.de, solltet ihr Interesse daran haben. Die PSG Boutique gibt einmal im Jahr ein Sammelbestellung auf, um die Zoll- und Versandgebühren aus Großbritannien so gering wie möglich zu halten.

Was ist Resilienz?

Resilienz kann in etwa als Widerstandsfähigkeit oder auch Anpassungsfähigkeit übersetzt werden. Sie bezeichnet die Fähigkeit mit Widrigkeiten umzugehen, sich von ihnen zu erholen und an schwierigen oder herausfordernden Lebenserfahrungen zu wachsen. Resilient zu sein umfasst eine Reihe von Fähigkeiten, an denen man arbeiten und die man mit der Zeit ausbauen kann. Resilienz braucht Zeit, Kraft und die Unterstützung von Menschen im persönlichen Umfeld.
In diesem Jahr hat sich WAGGGS dazu entschieden, Resilienz in den Mittelpunkt des Weltmädchentags zu stellen, denn du wirst sie brauchen, wenn du dich für etwas einsetzten willst. Es kann hart sein, sich mit den Probleme der Welt auseinander zu setzen und das einzutreten, woran man glaubt. Die Beeinflussung von Entscheidungsträger*innen ist ein ehrgeiziges Unterfangen. Veränderungen kommen nicht von einem Tag zum anderen. Das kann frustrierend sein und erschöpfend. Aber Resilienz kann dabei helfen, sich der Herausforderung zu stellen und und für sich für seine Ziele einzusetzen.

Es gibt verschiedene Arten von Resilienz, auf die wir schauen wollen:

KÖRPERLICHE RESILIENZ

EMOTIONALE RESILIENZ

RESILIENZ EINER GEMEINSCHAFT

KÖRPERLICHE RESILIENZ ist die Fähigkeit unseres Körpers, mit Herausforderungen umzugehen, sich von Krankheiten und Verletzungen zu erholen und (wieder) kräftig zu werden.

Körperlich (Hand)

- Outdoor-Aktivitäten, Abenteuer draußen
- Outdoor-Fähigkeiten lernen
- Ausdauer, Stärke, Beweglichkeit trainieren
- Mit körperlichen Einschränkungen umgehen lernen, eigene Fähigkeiten erlernen

EMOTIONALE RESILIENZ ist unsere Fähigkeit, unsere Gefühle in schwierigen, stressigen und unerwarteten Situationen zu kontrollieren.

Emotional (Kopf)

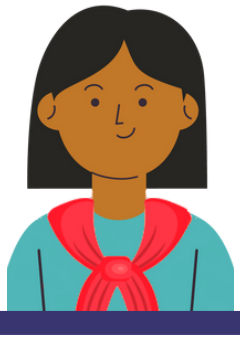
- Selbstwertgefühl und positives Körpergefühl
- Selbstfürsorge (positive Selbstgespräche, sich Zeit für sich selbst nehmen, Meditation, Yoga, Kunsttherapie, ...)
- Überwindung von Geschlechterstereotypen (weibliche Vorbilder suchen, Vorbild sein, Mädchen inspirieren ...)
- Bekämpfung von Stigmatisierung (Alter/Behinderung/seelische Gesundheit/Kultur/Geschlecht/Religion, ...)

RESILIENZ EINER GEMEINSCHAFT ist die Fähigkeit, persönliche oder gemeinschaftliche Schwierigkeiten gemeinsam zu überwinden, sich gegenseitig zu unterstützen und Beziehungen in schwierigen Zeiten aufrecht zu erhalten und neu zu knüpfen.

Gemeinschaft (Haus)

- Netzwerke in der Gemeinde/ Gesellschaft
- Vorbereitung auf/ Hilfen im Fall von Katastrophen Umweltschutz
- Advocacy/ Fürsprache und Einsatz für wichtige Themen
- Sicherheit in der Gemeinschaft, on- und offline

Heute erkunden wir, was “Resilienz” ist. Wenn wir resilient sind, sind wir gut auf Schwierigkeiten und Hürden vorbereitet, die sich in unserem Weg auftun - egal welche. Wir sind stark genug, um wieder aufzustehen und weiter zu machen, wenn uns etwas aus der Bahn geworfen hat.



Warm up Challenge für alle Altersstufen

Ihr könnt für dieses Spiel einen echten oder einen “ausgedachten” Ball benutzen. Je nachdem, ob ihr einen dabei habt.
Alle Spieler*innen stehen im Kreis. Jede Spieler*in prellt den Ball - als Pantomime oder in echt - und nennt dabei eine Fähigkeit oder eine Eigenschaft, aufgrund der sie*er sich vorbereitet fühlt, auch wenn sich Situationen ändern oder eine Hürde auftaucht. Das könnte sein: “Ich packe meine Tasche immer rechtzeitig”, “ich kann Erste Hilfe”, “ich schreibe meine Termine auf”, “ich schlafe genug”...
Dann wird der Ball weitergeworfen. Wenn alle Personen einmal dran waren und etwas genannt haben, endet das Spiel.

Man bezeichnet eine Person als resilient, wenn sie mit verschiedene Situationen und Hürden ohne größere Schwierigkeiten umgehen kann oder sich schnell neu auf eine geänderte Situation einstellen kann.
Das ist eine wichtige Eigenschaft, wenn wir uns für ein uns wichtiges Thema und für uns selbst einsetzten wollen. Resilienz hilft uns dabei, stark zu bleiben und uns bestmöglich dafür einzusetzen eine bessere Welt für uns und unsere Gesellschaft zu schaffen.
Im nächsten Spiel geht es um drei verschiedenen Arten der Resilienz: emotional (Kopf), körperlich (Hand) und Gemeinschaft (Haus).

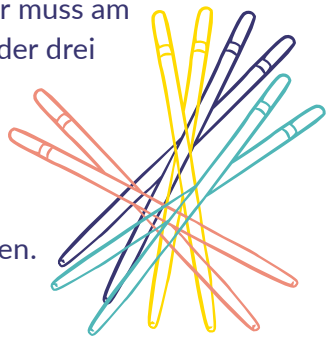
Spiel für jüngere Spieler*innen: Ecken

Das ist ein Renn- und Action-Spiel. Das Spiel funktioniert am besten auf einem Platz, wo ihr vier Ecken und einen Mittelpunkt gut markieren könnt. Jede dieser Stellen bekommt ein Thema rund um Resilienz zugewiesen.

Zuerst entscheiden sich die Spieler*innen für zwei Bewegungen, die sie im Spiel machen werden – eine, wenn die*der Spielleiter*in sagt “Ich bin stark” und die andere, wenn die*der Spielleiter*in sagt, “Ich bin bereit”.
Die Gruppe verteilt sich. Die Spielleitungruft verschiedene Aktivitäten, die dabei helfen können, resilient zu werden (einige Inspirationen findet ihr auf Seite 4, die Spielleitung sollte sich vor dem Spiel ein paar Ideen überlegen). Die Spieler*innen müssen jeweils entscheiden, zu welcher Kategorie die Aktivitäten gehören: Kopf (emotional), Hand (körperlich) oder Haus (Gemeinschaft) und dann entsprechend zur jeweiligen Ecke rennen.

Die Spielleitung kann aber auch einen der beiden Sätze rufen: Bei “ich bin stark” müssen alle Spieler*innen zum Mittelpunkt rennen, dort die Bewegung machen, die sie zuvor festgelegt hatten und dabei “ich bin stark” rufen. Bei “ich bin bereit”, müssen die Spieler*innen in eine der Ecke rennen und dabei rufen “ich bin bereit”.
Am Ende des Spiels besprechen alle, welche Spaß-Aktionen sie gerne zu einem der drei Bereiche Kopf, Hand, Haus machen würden. Die Spieler*innen können eine der Aktionen auswählen, die im Spiel genannt wurden, aber sie können sich natürlich auch etwas Neues und Eigenes ausdenken. Schreibt alle Vorschläge auf und nutzt sie später, wenn ihr als Gruppe eure Aktivitäten zum Weltmädchentag plant.

Pfadis und Caravelles: Stöcke ziehen



Ihr braucht eine Sammlung von Stöcken, mindestens einen pro Person. Jeder muss am Ende mit einer von drei Farben markiert sein. Jede Farbe soll dabei für eine der drei Resilienz-Kategorien stehen:
Emotional/Kopf, Körperlich/Hand, Gemeinschaft/ Haus.

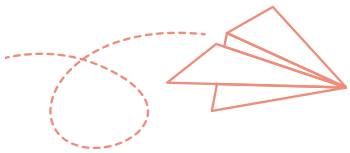
Die Stöcke werden in der Mitte auf einen Haufen geworfen. Die Teilnehmenden ziehen nun nacheinander einen der Stöcke aus dem Haufen. Dabei dürfen sich diese nur so wenig bewegen wie möglich.
Jede Person wählt dann entsprechend der Farbe des gezogenen Stocks eine Aktivität, wie sie die eigene Resilienz in dem jeweiligen Bereich stärken möchte.
Ein Beispiel für die Kategorie körperliche Resilienz wäre beispielsweise, die Ausdauer für einen Hajk zu trainieren. Für die Kategorie emotionale Resilienz könnte es sein, Meditation zu üben.
Am Ende des Spiels hat die Gruppe viele Ideen gesammelt, die ihr für eure Aktivitäten rund um den Weltmädchentag nutzen könnt.

Caravalles, Ranger und Leiter*innen: Fortlaufendes Brainstorming

Teilt euch in drei Gruppen auf. Diese Aktivität hat drei Runden.
Runde eins: Jede Gruppe hat ein Blatt Papier mit einer der Überschriften: Emotional/Kopf, körperlich/Hand, Gemeinschaft/Haus. In der ersten Runde schreibt jede Gruppe Dinge auf, die Probleme und Stress bereiten können - immer bezogen auf die jeweilige Kategorie (emotional, körperlich, Gemeinschaft). Beispielsweise könnte emotionaler Stress entstehen durch Stigmatisierung von mentaler Gesundheit, körperlicher Stress durch ungesundes Essen, Stress in der Gemeinschaft durch das (Un-)Sicherheitsgefühl nachts im öffentlichen Raum.
Runde zwei: Die Gruppen geben ihr Blatt an die nächste Gruppe weiter.
Die Gruppen schreiben nun auf das für sie neue Papier mögliche Strategien, mit denen sie den Stressfaktoren und Problemen, die die vorhergehende Gruppe notiert hat, begegnen könnten.

Runde drei: Die Gruppen reichen ihr Blatt ein letztes Mal weiter. Jetzt schreibt jede Gruppe etwas Positives auf, was die Strategien, die die vorhergehende Gruppe aufgeschrieben hat, bewirken können.

Ihr könnt diese Brainstorming-Aktivität auch mit Papierflugzeugen statt mit Papier machen. Die Variante mit dem Papierflugzeug funktioniert bei kleinen Gruppen am besten. Jede Person schreibt die einzeln Antworten für Runde 1 auf den Papierflieger und lässt ihn dann zur nächsten Person fliegen. Dann folgt Runde 2 und Runde 3.



Glückwunsch!

Ihr habt verschiedene Varianten von Resilienz erkundet und Ideen gebrainstormt, wie ihr euch selbst stärken und Resilienz aufbauen könnt.

Wollt ihr alle Aufgaben für den WAGGGS-Badge machen, fehlt euch nun noch die dritte Aufgabe!
Sucht euch als Gruppe mindestens eine Aktion aus, mit der ihr eure Resilienz als Gruppe im nächsten Jahr stärken wollt. Um eine gute Idee zu entwickeln, müsst ihr euch versprechen, dass eure Gruppenstunde ein sicherer, mutiger Raum für alle ist und bleibt. Einen Raum in dem ihr alle frei seid und euch sicher fühlen könnt, euren Ideen freien Lauf zu lassen und eine tolle Aktion zu planen.

Und jetzt viel Glück und Spaß beim Planen!

Schafft ein Netzwerk mit anderen unter #IDG2023

Eure Gruppe kann Mut und stark machende Nachricht für andere Pfadis auf der Welt hinterlassen oder Pläne für den Weltmädchentag zum Thema #PreparedToChangeTheWorld auf dem #IDG2023 Message Board teilen:

https://padlet.com/WAGGGS_WORLD/international-day-of-the-girl-2023-ylt1hpiuke29fgt3

Wenn ihr wollt, teilt eure Aktionen mit den folgenden Hashtags auf Social Media: #IDG2023 #PreparedToChangeTheWorld #TeamGirl.

#IDG2023 #PreparedToChangeTheWorld #TeamGirl

(Denkt bitte bei allen Bildern, die ihr teilt, an die Datenschutzvereinbarungen und die Erlaubnis des Fotografierenden.)

Nützliches Material

Von WAGGGS gibt es viele Arbeitshilfen, die euch bei euren Aktionen rund um den Weltmädchentag und #SeiBereit #PreparedToChangeTheWorld zu helfen können. Einige gibt es auf deutsch, einige andere aktuell noch nur auf englisch.
Außerdem findet ihr natürlich bei unseren Verbänden viele Inspirationen!

Unter wagggs.org unter “Resources” könnt ihr die Arbeitshilfen nach unter anderem Thema und Jahr suchen.

Unter pfadfinderinnen.de find~~et ihr~~ unter “Ak~~tions~~materialien”, Infos u.a. zu den Themen

- Körper & Selbstbewusstsein (Free Being Me, Mä~~dchen~~rechte)
- Gleichberechtigung & Gewaltfreiheit (SheSurfsFreedom, Closing The Gap, WIRklich gleICH, Mädchenrechte)
- Gerechtigkeit (FAIRwüstung, unGerecht)
- Gesundes Leben (PSG beWEGt)
- Umwelt (WasseRecht)

YUNGA Challenge badges:

Unter https://www.fao.org/yunga/resources/challenge-badges/en/ findet ihr weitere Arbeitshilfen von WAGGGS gemeinsam mit den Vereinten Nationen auf englisch.

Biodiversity, Food Security & Climate Change, Climate Change, Ending Hunger, Forests, Nutrition, The Ocean, Soils and Water.

Diese Arbeitshilfe wurde geschrieben von Lucia Scandalo und Erin Wicking Das Design stammt von Alejandra Lonjedo.
Übersetzt und für die PSG angepasst von Carolin Kammerer-Hardy.