



— Anleitung für das —

Zeltlager

der Jungen Damen

EINE ANLEITUNG FÜR DIE ERWACHSENEN UND DIE
JUGENDLICHEN ZELTLAGERLEITERINNEN



INHALT

1 Einführung in das Zeltlager der Jungen Damen

5 Grundsätze für die Zeltlagerleitung

- Geistige Vorbereitung
 - Beteiligung in Ratsgremien
 - Dienst am Nächsten
 - Das Evangelium Jesu Christi lehren
-

13 Planung des Zeltlagers

- Ort und Termin für das Zeltlager auswählen
 - Ziele für das Zeltlager festlegen
 - Ein Motto für das Zeltlager auswählen
 - Aktivitäten auswählen
 - Die Eltern informieren und mit einbeziehen
 - Einen Sicherheits- und Notfallplan ausarbeiten
-

25 Auswertung des Zeltlagers

30 Anregungen für Aktivitäten im Zeltlager





Einführung in das Zeltlager der Jungen Damen

„Ja, kommt zu Christus, und werdet in ihm vollkommen.“
([Moroni 10:32](#))

„Eine Quelle reinen Wassers“ und „ein Dickicht von kleinen Bäumen“ ([Mosia 18:5](#)) – mit diesen Worten beschrieb Mormon den Ort, wo Alma sich nach seiner Flucht vor König Noa verborgen hielt. Diese Bäume und das Wasser wurden „schön ... in den Augen derer“, die sich dort Alma anschlossen. Und warum? Weil Alma und sein Volk an diesem Ort „zur Erkenntnis ihres Erlösers“ kamen ([Mosia 18:30](#)).

Der Ort für das Zeltlager der Jungen Damen – ob in einem Wald, einem Park, am Strand oder in einem Gemeindehaus – kann in den Augen derer, die sich dort versammeln, schön werden. Genau wie Alma und sein Volk brauchen auch die Jungen Damen einen Ort, wo sie zusammenkommen, sich weltlichen Einflüssen entziehen, den Geist des Herrn verspüren, Einigkeit und Liebe füreinander entwickeln und ihr Zeugnis vom Vater im Himmel und von Jesus Christus stärken können.

Die Kirche empfiehlt, dass Zeltlager für Junge Damen stattfinden. Unter der Leitung der Priestertumsführer und unter Berücksichtigung der Bedürfnisse der Familien legen die Gemeinde-JD-Präsidentschaften und die Pfahl-JD-Präsidentschaft

die Häufigkeit und die Dauer des JD-Zeltlagers fest. Normalerweise findet einmal im Jahr ein mehrtägiges Zeltlager auf Gemeinde- oder Pfahlebene statt. Weitere Lager, die tagsüber oder mit Übernachtung stattfinden, können nach Ermessen der Priestertumsführer durchgeführt werden, um den Bedürfnissen und Interessen der jeweiligen Zielgruppe gerecht zu werden. Die Grundsätze in diesem Buch werden bei der Planung des Zeltlagers stets angewendet.

Die Zeltlager sind für alle Mädchen gedacht, die am Programm für die Jungen Damen teilnehmen. Auch Nichtmitglieder, die bereit sind, sich an die Maßstäbe der Kirche zu halten, können dabei sein. Die weiblichen Führungsverantwortlichen stellen fest, welche Mädchen zum Termin des Zeltlagers alt genug sind, und laden sie ein, am Lager teilzunehmen. Über Ausnahmen von der Altersregelung können sich Eltern und Führungsverantwortliche gemeinsam beraten, wobei sie die Reife des Mädchens und sein Verhältnis zur Gruppe berücksichtigen (siehe *Allgemeines Handbuch: Wie man in der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage dient*, 11.2.1.3, ChurchofJesusChrist.org).

Mindestalter: Mit Zustimmung der Eltern können Junge Damen und Mädchen ab dem Januar des Jahres, in dem sie 12 werden, an Zeltlagern der Jungen Damen mit Übernachtung teilnehmen.

Die JD-Präsidentschaft sowie die erwachsenen und die jugendlichen Zeltlagerleiterinnen beachten die Grundsätze in dieser Anleitung, wenn sie ein Zeltlager planen und durchführen. Diese Grundsätze helfen ihnen, für die Jungen Damen in jeder Einheit, unabhängig vom Ort und von den Umständen, eine solche Veranstaltung und Erfahrung zu planen. Ein Lager, das entsprechend diesen inspirierten Grundsätzen geplant und durchgeführt wird, hilft den Mädchen, im Evangelium Jesu Christi zu wachsen, Freundschaften zu entwickeln,

eigenständiger zu werden und sich Fertigkeiten anzueignen, die in der freien Natur nützlich sind.

Alma und sein Volk blieben nicht an den Wassern Mormon, aber die Erlebnisse, die sie dort hatten, blieben ihnen stets in Erinnerung. Genauso ist es auch, wenn die Mädchen wieder nach Hause gehen: Die Erlebnisse, die sie während des Zeltlagers hatten, bleiben ihnen in Erinnerung und stärken sie, weil sie eine tiefere Erkenntnis ihres Erlösers erlangt haben.

PHILIPPINEN



INDONESIEN



USA

A close-up photograph of a woman with long, dark hair, her eyes closed in a meditative or prayerful state. She is wearing a dark blue cardigan over a striped shirt. She is holding a small, dark book with both hands, looking down at it. The background is a warm, wooden wall with intricate carvings. The lighting is soft and focused on her face.

Die eigene geistige Vorbereitung
ist für die Planung und
Vorbereitung des Zeltlagers
richtungsweisend.



Grundsätze für die Zeltlagerleitung

„Sei demütig, dann wird der Herr, dein Gott, dich an der Hand führen und dir auf deine Gebete Antwort geben.“

([Lehre und Bündnisse 112:10.](#))

Jugendliche und Erwachsene können als Zeltlagerleiterinnen erfolgreich sein, wenn sie sich an die Grundsätze zur Führung halten, die im *Allgemeinen Handbuch* aufgeführt sind: geistige Vorbereitung, Teilnahme an Ratsgremien, Dienst am Nächsten, das Evangelium Jesu Christi lehren (siehe *Allgemeines Handbuch: Wie man in der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage dient, 4.2*), sowie an die Lektionen für die JD-Klassenpräsidentschaften (siehe [Hilfen für Präsidentschaften](#)).

Geistige Vorbereitung

Als jugendliche oder erwachsene Leiterin empfangen Sie Inspiration, wenn Sie beten, in den heiligen Schriften lesen und fasten und dabei an die Jungen Damen denken. Sofern möglich, können Sie zur Vorbereitung auch in den Tempel gehen. Die eigene geistige Vorbereitung ist für die Planung und Vorbereitung des Zeltlagers richtungsweisend.

Beteiligung in Ratsgremien

Die JD-Präsidentschaft sowie die erwachsenen und die jugendlichen Zeltlagerleiterinnen kommen zusammen und beraten miteinander über das Lager. Mit dem gemeinsamen Beraten kommt Inspiration vom Heiligen Geist, und Sie finden gute Wege und Möglichkeiten, mithilfe des Zeltlagers den Bedürfnissen der Mädchen und ihrer Familie gerecht zu werden. Alle, die an diesen Ratssitzungen teilnehmen, sollen spüren, dass ihre Gedanken und Vorschläge gehört und geschätzt werden (siehe Lehre und Bündnisse 88:122; *Allgemeines Handbuch*, 4.2.5).

Priestertumsführer

Die Priestertumsführer der Gemeinde und des Pfahls tragen die Hauptverantwortung für die Jungen Damen und genehmigen die Pläne für das Zeltlager. Die JD-Präsidentschaft füllt den Veranstaltungs- und Aktivitätenplan aus, berät sich mit den Priestertumsführern über den Zweck, die Ziele, den Ort und den Ablauf des Zeltlagers sowie über die geplanten Aktivitäten und nimmt Weisung entgegen. Die Priestertumsführer genehmigen außerdem das geplante Budget sowie den Sicherheits- und Schutzplan für das Zeltlager. Zu diesem Plan gehört auch, dass geeignete Aufsichtspersonen ausgewählt und Maßstäbe für Verhalten und Kleidung festgelegt werden.

Die Priestertumsführer können Frauen aus der Gemeinde oder dem Pfahl berufen, bei der Planung und Durchführung des Zeltlagers mitzuhelfen (findet ein Zeltlager nur für die Jungen Damen einer Gemeinde statt, werden die erwachsenen Leiterinnen ebenfalls aus dieser Gemeinde und nicht aus dem Pfahl berufen). Darüber hinaus müssen genügend Priestertumsführer mit eingeplant werden,



die am Zeltlager teilnehmen und es besuchen. Zur Unterstützung und zum Schutz müssen zu jeder Zeit mindestens zwei Träger des Melchisedekischen Priestertums anwesend sein (siehe *Allgemeines Handbuch*, 20.6.12). Bei Aktivitäten mit Übernachtung sind diese Priestertumsführer in Unterkünften untergebracht, die von denen der Mädchen und der erwachsenen Leiterinnen getrennt sind. Die Priestertumsführer vermeiden es, mit einer Leiterin oder einem Mädchen allein zu sein, es sei denn, beide können von anderen deutlich gesehen werden.

Leiterinnen für das JD-Zeltlager

Frauen aus der Gemeinde oder dem Pfahl müssen von ihrem Priestertumsführer berufen werden, um als Leiterinnen des JD-Zeltlagers fungieren zu können. Die Zeltlagerleiterinnen arbeiten auf Weisung der JD-Präsidentschaft mit den jugendlichen Leiterinnen zusammen, um das Lager zu planen und durchzuführen.

Jugendliche Leiterinnen für das Zeltlager

Das Zeltlager bietet den Jungen Damen, die bei der Planung und Durchführung mitwirken, die Gelegenheit, Führungseigenschaften zu entwickeln und sich darin zu üben. Junge Damen im Alter von 16 oder 17 Jahren können als jugendliche Zeltlagerleiterin berufen werden. In erster Linie ist es die Aufgabe der jugendlichen Zeltlagerleiterinnen, das Lager zu planen, durchzuführen und auszuwerten. Sie beraten sich mit der JD-Präsidentschaft, den Zeltlagerleiterinnen aus Gemeinde und Pfahl und mit den Priestertumsführern. Falls es in einer Gemeinde oder einem Pfahl keine Mädchen in diesem Alter gibt, können auch jüngere Mädchen diese Aufgaben erfüllen. Auch die Klassenpräsidentschaften können Führungsaufgaben im Zeltlager übernehmen. Material, das den Mädchen dabei hilft, sich auf solche Führungsaufgaben vorzubereiten, finden Sie im *Allgemeinen Handbuch*, Abschnitt 4.2, und in den Lektionen für die JD-Klassenpräsidentschaften unter Hilfen für Präsidentschaften.

Zu den typischen Aufgaben der jugendlichen Leiterinnen gehören die Leitung der Planungsversammlungen, die Auswahl und Planung der Aktivitäten, die Leitung und Durchführung einzelner Aktivitäten sowie die Auswertung des Zeltlagers.

Dienst am Nächsten

„Und sie lehrten und dienten einander.“

(3 Nephi 26:19)

Anderen zu dienen heißt, ihnen zu helfen und sie etwas zu lehren. Durch das Dienen haben alle Leiterinnen während des Zeltlagers die Gelegenheit, ihre Beziehung zu den Mädchen zu festigen und das Vertrauen der Mädchen untereinander aufzubauen. Voraussetzungen dafür sind Liebe, aufrichtige Freundschaft und der Wunsch, andere zu stärken. Das Zeltlager bietet eine Umgebung, in der die Jungen Damen dem Erretter nacheifern und lernen können, einander zu dienen. Alle Leiterinnen können dies beispielhaft vorleben, indem sie andere aufrichten, durch Wort und Tat Vertrauen aufbauen, geduldig sind, Frieden stiften, sich nicht beklagen, Zeugnis geben und dafür sorgen, dass alle mit einbezogen werden.

ARGENTINIEN



MONGOLEI



DOMINIKANISCHE REPUBLIK

Die jugendlichen Zeltlagerleiterinnen haben sogar noch bessere Möglichkeiten, den Jungen Damen im Zeltlager beizustehen, da sie noch direkter an ihren Erfahrungen teilhaben. Als jugendliche Zeltlagerleiterin kannst du den Mädchen während des Zeltlagers auf diese Weise dienen:

- Triff dich mit jeder Jungen Dame einzeln. Lern sie kennen und erzähle ihr, was sie im Zeltlager erwartet.
- Bete vor dem Zeltlager und jeden Tag während des Lagers namentlich für jedes der Mädchen. Achte darauf, dass jedes Mädchen einbezogen wird und sich angenommen fühlt.
- Zeige Freundschaft und Hilfsbereitschaft durch kleine, einfache Taten.
- Lehre die Jungen Damen, was es heißt, einander zu dienen. Sporne sie an, einander beizustehen. Sprich am Ende eines jeden Tages mit ihnen über eure Erlebnisse und Erfahrungen.

Das Evangelium Jesu Christi lehren

Alle Zeltlagerleiterinnen sind Lehrerinnen, und zwar durch ihr Beispiel und durch ihr Zeugnis. Das Zeltlager soll eine Fülle von Lernerfahrungen bieten – im geistigen wie im praktischen Bereich. Beten Sie für jede Junge Dame und denken Sie über sie nach, während Sie planen, was beim Zeltlager vermittelt werden soll. Schaffen Sie Gelegenheiten, bei denen jedes Mädchen den Geist verspüren kann. Helfen Sie den Mädchen, die Lehren des Evangeliums auf tägliche Erfahrungen zu beziehen. Lehren Sie sie Fertigkeiten, die sie auf die Zukunft vorbereiten und die ihnen und ihrer Familie im Notfall nützen. Welche Grundsätze Sie auch



vermitteln wollen, denken Sie immer daran, was letztendlich mit dem Zeltlager erreicht werden soll. Es geht darum, jeder Jungen Dame dabei zu helfen (siehe auch *Allgemeines Handbuch*, 11.1.1):

- ihren Glauben an den Vater im Himmel und an Jesus Christus sowie ihr Zeugnis von ihnen zu vertiefen
- zu verstehen, was es bedeutet, eine Tochter Gottes zu sein
- würdig zu sein, indem sie die Gebote hält und nach den Evangeliumsgrundsätzen lebt
- die Eingebungen des Heiligen Geistes zu empfangen, zu erkennen und darauf zu vertrauen
- sich auf ihre gottgegebenen Aufgaben als Führerin, Ehefrau und Mutter vorzubereiten
- die Bündnisse, die sie eingegangen ist, zu verstehen und zu halten
- Freundschaften zu schließen und Spaß zu haben

A young woman with dark hair, wearing a green and black patterned hoodie, is smiling and holding a book. She is standing in a wooded area, surrounded by other people who are looking towards her. The background is filled with trees and foliage, creating a natural and serene setting.

Das Zeltlager soll an einem friedlichen Ort stattfinden, wo die Mädchen den Geist spüren, einander Zeugnis geben, sich Fertigkeiten aneignen und Spaß haben können.



Planung des Zeltlagers

„Organisiert euch; bereitet alles vor, was nötig ist.“
(LuB 109:8)

Das Zeltlager soll einfach sein und den Jungen Damen Zeit geben, Gottes Schöpfungen zu erleben und „ruhig“ (LuB 101:16) zu sein. Es soll nicht aufwendig gestaltet sein und auch keine Inszenierungen, Veranstaltungen oder Dekorationen umfassen, die vom eigentlichen Zweck des Lagers ablenken. Erlebnisse, bei denen die Mädchen starke Emotionen wie Traurigkeit oder große Überraschung fälschlicherweise für das Gefühl halten, den Geist zu verspüren, sollen vermieden werden. Geeignete Aktivitäten, auf aufbauende Weise Spaß zu haben und aufrichtig miteinander umzugehen – all das trägt dazu bei, dass der Heilige Geist zugegen sein kann.

Die erwachsenen und die jugendlichen Leiterinnen haben die Aufgabe, sich eingehend mit den Einzelheiten des Zeltlagers und den Bedürfnissen und der Sicherheit aller Teilnehmerinnen zu befassen und sich auf alle Eventualitäten vorzubereiten. Berücksichtigen Sie bei der Planung die Richtlinien auf [safety.lds.org](https://www.safety.lds.org), das Schreiben der Ersten Präsidentschaft [zum Thema Sicherheit](#) sowie diese Abschnitte aus *Handbuch 2*:

- [10.8.6](#) Das JD-Lager
- [10.8.9](#) Die Finanzierung von Aktivitäten und Veranstaltungen
- [13.2.4](#) Grundsätze
- [13.6.8](#) Geldbeschaffungsprojekte
- [13.6.9](#) Versicherungen
- [13.6.12](#) Aktivitäten mit Übernachtung
- [13.6.13](#) Erlaubnis der Eltern
- [13.6.17](#) Anmietung von nichtkirchlichen Einrichtungen für Aktivitäten
- [13.6.20](#) Sicherheitsvorkehrungen, Verhalten nach einem Unfall und Unfallmeldung
- [13.6.24](#) Reisen

Die erwachsenen und die jugendlichen Leiterinnen beziehen alle Jungen Damen in die Verantwortung und die Aufgaben, die das Zeltlager mit sich bringt, mit ein (siehe *Handbuch 2*, Abschnitt [3.3.4](#)). Wenn die Mädchen selbst Gelegenheiten erhalten, mitzuwirken, zu kochen, Ordnung zu schaffen, zu organisieren und zu führen, eignen sie sich organisatorische und praktische Fertigkeiten an, die ihrer Familie und der Kirche auf Dauer ein Segen sind. Wenden Sie die Grundsätze der geistigen Vorbereitung und des christlichen Führens und Dienens in allen Planungsphasen an.

Ort und Termin für das Zeltlager auswählen

Der Ort für das JD-Zeltlager variiert je nach den Gegebenheiten und Bedürfnissen vor Ort. Normalerweise findet das Lager im Freien an einem sicheren Ort fort von zu Hause statt. In jedem Fall soll das



Zeltlager an einem friedlichen Ort stattfinden, wo die Mädchen den Geist spüren, einander Zeugnis geben, sich Fertigkeiten aneignen und Spaß haben können. Sollte sich ein Zeltlager mit Übernachtung als schwierig erweisen oder verboten sein, kann alternativ dazu das Lager auch nur tagsüber stattfinden, also ohne Übernachtung. Hierfür wählt man dann einen nahegelegenen Ort, etwa einen Park, eine Picknickwiese oder ein Gartengrundstück.

Ein Zeltlager kann entweder nur mit den Jungen Damen aus einer Gemeinde oder auch mit allen Jungen Damen aus dem Pfahl durchgeführt werden. Grundsätzlich kann das Zeltlager zu jedem beliebigen Zeitpunkt im Jahr stattfinden. Man muss dabei aber die Jahreszeit und die Wetterverhältnisse berücksichtigen und überlegen, welche Erfahrungen die Jungen Damen im Zeltlager machen wollen und sollen. Im Idealfall findet das JD-Zeltlager einmal im Jahr statt. Je nach den örtlichen Gegebenheiten kann es aber auch weniger häufig stattfinden. Ein typisches Zeltlager dauert nicht länger als fünf Tage. Es soll nicht am Sonntag stattfinden und üblicherweise auch den Montag nicht einschließen. Achten Sie darauf, dass alle örtlichen Vorschriften für mehrtägige Zeltlager mit Jugendlichen eingehalten werden.

Ziele für das Zeltlager festlegen

Fragen Sie sich gebeterfüllt, wenn Sie sich miteinander beraten und Ziele für das Zeltlager auswählen: Was soll das Zeltlager nach dem Willen des Vaters im Himmel im Leben der Jungen Damen bewirken? Die Antwort auf diese Frage sollte Ihr Ziel für das Zeltlager sein. Dieses Ziel bestimmt alle weiteren Entscheidungen, die Sie im Hinblick auf das Lager treffen.



PUERTO RICO

Ein Motto für das Zeltlager auswählen

Ein Motto für das Zeltlager hilft Ihnen, sich stets die festgelegten Ziele vor Augen zu halten. Das Motto soll geistiger Natur sein, die Mädchen an einen Evangeliumsgrundsatz erinnern und sie motivieren, nach den Idealen der Jungen Damen zu leben. Die Priestertumsführer müssen das Motto genehmigen, ehe Sie es für das Zeltlager verwenden können.

Grundlage für das Motto könnte sein:

- der Leitgedanke für das Jahr
- eine Schriftstelle
- eine Aussage von einem Propheten oder Apostel
- ein Kirchenlied
- die Broschüre Für eine starke Jugend

Aktivitäten auswählen

„Ich gebe euch das Gebot: Wenn ihr versammelt seid, so unterweist und erbaut einander, damit ihr wisst, wie ihr handeln ... sollt.“

(LuB 43:8)

Die JD-Leitung sowie die erwachsenen und die jugendlichen Zeltlagerleiterinnen beraten miteinander, um sichere und sinnvolle Aktivitäten zu planen, mit denen die Ziele für das Zeltlager erreicht werden. Die besten Aktivitäten sind auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten aller Mädchen zugeschnitten. Sie ermöglichen es ihnen, den Geist zu verspüren und zu erkennen, während sie Freundschaften entwickeln, sich Führungsqualitäten aneignen, ihre Talente ausbauen, durch körperliche Aktivitäten ihre Gesundheit verbessern oder etwas über Notfälle lernen und sich darauf vorbereiten.

Im Abschnitt „Anregungen für Aktivitäten im Zeltlager“ sind Vorschläge für Aktivitäten aufgelistet, die diesen Kriterien entsprechen. Bei der Auswahl der Aktivitäten muss man auf Ausgewogenheit zwischen Aktivitäten im geistigen, sozialen, körperlichen und intellektuellen Bereich achten. Um zu beurteilen, inwieweit eine geplante Aktivität sinnvoll ist, können Sie überlegen:

1. Inwiefern erfüllt diese Aktivität unsere Ziele für das Zeltlager?
2. Welche wichtigen Lektionen lernen die Mädchen aus dieser Aktivität?
3. Welche Fertigkeiten können die Mädchen durch diese Aktivität entwickeln?
4. Inwiefern stärkt diese Aktivität die Mädchen und ihre Familie?
5. Besteht bei dieser Aktivität ein überdurchschnittlich hohes Risiko, dass sich jemand verletzt oder krank wird? Haben wir ausreichend Vorkehrungen getroffen, um diese Risiken zu minimieren?

In manchen Gebieten werden schon seit vielen Jahren Zeltlager durchgeführt und es gibt womöglich einige Aktivitäten, Lieder und Bräuche, die jedes Jahr wiederholt werden und bereits zur Tradition



USA



NEUSEELAND



USA

geworden sind. Überprüfen Sie solche Traditionen sorgfältig, um sicherzustellen, dass sie angemessen sind und dem Zweck und den Erfordernissen des Zeltlagers entsprechen.

Es folgt ein typischer Tagesablauf bei einem JD-Zeltlager. Manche der angegebenen Aktivitäten können in Ihrem Gebiet vielleicht nicht durchgeführt werden. Lassen Sie sich vom Heiligen Geist leiten, wenn Sie einen Plan für Ihr Zeltlager ausarbeiten, der auf Ihre Jungen Damen und auf Ihre Umgebung zugeschnitten ist.

Beispiel für einen typischen Tagesablauf bei einem Zeltlager

7:00 bis 7:30	Anreise bzw. Aufstehen im Lager
7:30 bis 9:00	Vorbereiten des Frühstücks, Frühstück, anschließend Aufräumen
9:00 bis 9:15	Morgenandacht mit Kirchenlied, Schriftstelle und Gebet
9:15 bis 9:30	Ankündigungen bezüglich der Aktivitäten, Besprechung der Aufgaben und der Sicherheitsmaßnahmen
9:30 bis 12:00	Teilnahme an Aktivitäten: Wasseraufbereitung, Erste Hilfe, Notunterkünfte
12:00 bis 13:30	Vorbereiten des Mittagessens, Mittagessen, anschließend Aufräumen
13:30 bis 14:30	Ungestörte Zeit für Schriftstudium, Nachdenken und Tagebuchschriften (zu einem bestimmten Thema oder Motto)
14:30 bis 17:00	Teilnahme an Aktivitäten: Gruppenspiele, Wettschwimmen, Wanderung
17:00 bis 18:30	Vorbereiten des Abendessens, Abendessen, anschließend Aufräumen des ganzen Lagers
18:30 bis 19:30	Talenteabend
19:30 bis 21:00	Abendandacht und Zeugnisversammlung
21:00 bis 21:30	Zeit für das persönliche Gebet und Schriftstudium
21:30 bis 22:00	Vorbereiten fürs Schlafengehen; die erwachsenen und die jugendlichen Leiterinnen kommen zusammen, um die Ereignisse des Tages auszuwerten und den nächsten Tag vorzubereiten





Die Eltern informieren und mit einbeziehen

Was eine Junge Dame während des Zeltlagers lernt, soll sie stärken und auch ihrer Familie zugute kommen. Während der Vorbereitung des Zeltlagers können Sie die Eltern fragen, was sie sich in geistiger Hinsicht für ihre Tochter erhoffen und welche Bedürfnisse sie sehen. Außerdem können die Eltern Anregungen dazu geben, was für Aktivitäten und Fertigkeiten schließlich auch der Familie nützen. Manche Eltern können vielleicht Fachwissen, Fähigkeiten oder Fertigkeiten mit einbringen. Informieren Sie die Eltern über den Termin, den Ort, die Kosten, das Motto und über die Aktivitäten, die Sie für das Zeltlager geplant haben. Erklären Sie den Eltern und den Mädchen die festgelegten Maßstäbe für Kleidung und Verhalten (siehe 1 Timotheus 4:12).

Lassen Sie vor dem Zeltlager alle Eltern das Formular Einwilligung der Erziehungsberechtigten und ärztliche Freigabe für jedes Mädchen ausfüllen und abgeben. Das Formular finden Sie unter safety.lds.org. Informieren Sie die Eltern ausführlich über das Lager und die Aktivitäten, damit sie genau Bescheid wissen, ehe sie ihrer Tochter die Teilnahme erlauben (siehe *Handbuch 2*, Abschnitt 13.6.13).

Einen Sicherheits- und Notfallplan ausarbeiten

„Und wenn wir irgendeine Segnung von Gott erlangen, dann nur,
indem wir das Gesetz befolgen, auf dem sie beruht.“

(LuB 130:21)

Es ist eine Ihrer wichtigsten Aufgaben, während des Zeltlagers dafür zu sorgen, dass die Mädchen in geistiger, moralischer, seelischer und körperlicher Hinsicht sicher sind, während sie fort von zu Hause sind. Das Verhalten sowie der Umgang miteinander müssen den Maßstäben der Kirche entsprechen (siehe *Für eine starke Jugend* und das Schreiben der Ersten Präsidentschaft zum Thema Sicherheit) und sich an dem Beispiel ausrichten, das Christus gegeben hat. Darüber hinaus können die Leiterinnen konkrete Maßstäbe und Richtlinien für das Zeltlager festlegen, um die Sicherheit zu gewährleisten und die nötigen Rahmenbedingungen zu schaffen, damit die geplanten Ziele auch erreicht werden. Den Jugendlichen muss bewusst sein, dass die Teilnahme an einer Aktivität kein Recht, sondern ein Vorzug ist, der aberkannt werden kann, wenn die Teilnehmerin sich unangemessen verhält oder für sich selbst oder andere eine Gefahr darstellt. Die Leiterinnen informieren die Eltern und die Teilnehmerinnen über diese Erwartungen und beraten miteinander, wie bei eventuellen Problemen vorgegangen werden soll.

Im Zeltlager müssen ausreichend viele erwachsene Leiterinnen anwesend sein. Bei jeder Aktivität sollen mindestens zwei erwachsene Aufsichtspersonen zugegen sein. Für größer angelegte Aktivitäten können weitere erwachsene Leiterinnen erforderlich sein. Zur Unterstützung und zum Schutz müssen zu jeder Zeit mindestens zwei Träger des Melchisedekischen Priestertums anwesend sein

(siehe *Handbuch 2*, Abschnitt 13.6.12). Alle Leiter, männlich und weiblich, sollen es vermeiden, mit einer Jugendlichen allein zu sein, es sei denn, beide können von anderen erwachsenen Leitern, die in der Nähe sind, deutlich gesehen werden.

Setzen Sie bei Unfällen oder ernstern Verletzungen, die mehr als einfache Erste Hilfe erfordern, sofort die Priestertumsführer in Kenntnis. Alle Zeltlagerteilnehmerinnen, vor allem aber die erwachsenen Leiter, sollen aufmerksam auf Anzeichen von Missbrauch oder Vernachlässigung achten. Wer Anzeichen sexuellen Missbrauchs oder körperlicher oder seelischer Misshandlung erkennt, wendet sich sofort an die entsprechenden Stellen oder Behörden und an den Bischof.



USA



PUERTO RICO

Die Jungen Damen und die Leiterinnen müssen auf die körperlichen Anforderungen des Zeltlagers vorbereitet sein. Halten Sie Gefahren so gering wie möglich, indem Sie sich an alle örtlich geltenden Regeln und bestehenden Gesetze halten. Vergewissern Sie sich, dass während der ganzen Zeit Transport- und Kommunikationsmittel bereitstehen. Bitten Sie, falls möglich, eine Krankenschwester, einen Arzt oder sonst jemanden mit fundierten Erste-Hilfe-Kenntnissen, am Zeltlager teilzunehmen. Bringen Sie Erste-Hilfe-Zubehör mit. Halten Sie eine Liste parat mit Adressen und Telefonnummern von medizinischen Einrichtungen aus der Umgebung und Ansprechpartnern bei Notfällen (Polizei, Feuerwehr oder Krankenwagen).

Sprechen Sie vor dem Zeltlager mit den Eltern der Mädchen, um in Erfahrung zu bringen, worauf bei den einzelnen Mädchen geachtet werden muss (etwa im Hinblick auf Ernährung, Medikamente und seelisches Wohlbefinden). Beobachten Sie das Verhalten der Jugendlichen und greifen Sie gegebenenfalls ein. Schikanieren, Streiche und ähnliches liebloses, fragwürdiges oder rücksichtsloses Verhalten sind nicht akzeptabel. Machen Sie sich Ihre Verantwortung bewusst, mit Ihrer Planung für die Sicherheit und das Wohlergehen der Jugendlichen in Ihrer Obhut zu sorgen. Stellen Sie fest, welche Risiken während des Zeltlagers zu erwarten sind, besprechen Sie sie und planen Sie, wie Sie diese verringern können. Lesen Sie sich die in dieser Anleitung auf Seite 13f. aufgeführten Abschnitte aus *Handbuch 2*, das Schreiben der Ersten Präsidentschaft zum Thema Sicherheit und die Seite safety.lds.org durch, um Näheres zu erfahren.



Bitten Sie die Mädchen, über ihre Erlebnisse und Erfahrungen im Zeltlager nachzudenken. Regen Sie sie dazu an, ihrer Familie und ihren Freunden zu erzählen, was sie erkannt und gelernt haben.



Auswertung des Zeltlagers

„Damit mir ein jeder über die Treuhandschaft, die ihm bestimmt worden ist, Rechenschaft geben kann.“

([Lehre und Bündnisse 104:12](#))

Wenn Sie sich mit den Verantwortlichen zusammensetzen, um Ihre Erfahrungen im Zeltlager auszuwerten, führt Sie der Geist dahin, aus Ihren Erfahrungen zu lernen und Verbesserungen vorzunehmen. Die erwachsenen und die jugendlichen Leiterinnen kommen täglich und auch am Ende des Lagers zusammen, besprechen die durchgeführten Aktivitäten und werten ihre Erkenntnisse aus. Die tägliche Auswertung soll nur kurz sein und dabei helfen, die Qualität des Erlebnisses zu verbessern.

Stellen Sie sich Fragen wie diese, wenn Sie Ihre Erfahrungen im Zeltlager auswerten:

- Sind die Aktivitäten wie geplant abgelaufen? Warum oder warum nicht?
- Was hätte man heute besser machen können?
- Was hat gut funktioniert?

- Welche Grundsätze haben wir den Mädchen beigebracht, und was haben sie für sich erkannt?
- Gibt es Probleme, die wir lösen müssen?
- Haben die Mädchen heute den Geist verspürt? Falls nicht, was können wir morgen anders machen?

Kommen Sie auch nach dem Zeltlager zu einer Auswertung zusammen. Stellen Sie sich diese und weitere Fragen, um festzustellen, was gut geklappt hat und was Sie im nächsten Jahr verbessern können:

- Haben wir unsere Ziele erreicht? Warum oder warum nicht?
- Wie gut haben wir uns geistig vorbereitet?
- Wie gut haben wir uns miteinander beraten?
- Was haben die Mädchen darüber gelernt, wie man einander dient?
- Wie haben die jugendlichen Zeltlagerleiterinnen ihre Aufgaben erfüllt?
- Wie wurden die Familien der Mädchen gestärkt?
- Wann und wobei haben die Mädchen während des Lagers den Geist gespürt?
- Wie können wir den Mädchen helfen, auch weiterhin den Geist zu erkennen und ihm zu folgen?
- Was hat das Zeltlager im Leben der Mädchen bewirkt?
- Was für Ideen haben wir für unser nächstes JD-Zeltlager?

Die Zeltlager werden stetig besser, wenn Sie sorgfältig Aufzeichnungen führen. Zu diesen Aufzeichnungen gehören: eine Zusammenfassung der Aktivitäten, ein Budgetbericht, Angaben zu den Transportmitteln, zur Unterkunft und zum Essen, die Anzahl der Teilnehmerinnen, Fotos und, falls möglich, Erfahrungsberichte von Teilnehmerinnen. Diese Unterlagen sind eine wertvolle Quelle für alle, die in den folgenden Jahren ein Zeltlager planen.

Bitten Sie die Mädchen, über ihre Erlebnisse und Erfahrungen im Zeltlager nachzudenken. Regen Sie sie dazu an, ihrer Familie und ihren Freunden zu erzählen, was sie erkannt und gelernt haben. Im Rahmen der wöchentlichen Aktivitäten können die Jungen Damen die Fertigkeiten, die sie im Zeltlager erworben haben, weiter ausbauen. Sie können auch die Lehren, die im Zeltlager thematisiert wurden, im Sonntagsunterricht weiter besprechen. Aktivitäten, die gut gelaufen sind, können Sie gern anderen weiterempfehlen.

KENIA



SAMOA







„Alles deutet darauf hin, dass es einen Gott gibt; ja, sogar die Erde und alles, was auf ihr ist, ja, und auch ihre Bewegung, ja, und auch alle Planeten, die sich in ihrer regelmäßigen Ordnung bewegen, bezeugen, dass es einen allerhöchsten Schöpfer gibt.“

(Alma 30:44)

Anregungen für Aktivitäten im Zeltlager

Hier nun eine Liste mit Anregungen für Aktivitäten im geistigen, sozialen, körperlichen und intellektuellen Bereich, die die erwachsenen und die jugendlichen Leiterinnen bei der Planung des Zeltlagers heranziehen können. Weitere Anregungen finden Sie auf der Seite „Aktivitäten der Jugendlichen“ (ChurchofJesusChrist.org/youth/activities). Dort stehen auch weitere Informationen zu allen Aktivitäten, die hier hervorgehoben sind.

Aktivitäten zur Vorbereitung

Aktivitäten für das Zeltlager können bereits vor der Abfahrt zum Lager beginnen und nach dem Lager fortgesetzt werden. Überlegen Sie sich Aktivitäten, durch die sich die Jungen Damen besser auf das Zeltlager vorbereiten und Neues dazulernen und die ihre Vorfreude auf das Zeltlager wecken.

- für die Jungen Damen und ihre Familie ein Treffen vor dem Zeltlager durchführen; über das Motto und den Ablauf des Zeltlagers informieren
- in Vorbereitung auf das Zeltlager gemeinsam eine Liste mit allen Aufgaben zusammenstellen; dazu gehören beispielsweise kochen, sauber machen, aufbauen und Abfall entsorgen
- im Rahmen des Budgets einen Speiseplan für das Lager mit nahrhaften Rezepten zusammenstellen
- lernen, wie man die Umwelt schützt, etwa durch Abfallvermeidung, Gewässerschutz oder Renaturierung

- die Handhabung der Zeltlagerausrüstung und im Freien kochen üben
- erste Fertigkeiten zum Überleben in der Wildnis lernen
- einen Fitnessplan aufstellen und sich mit einer Wanderung, einer Fahrradtour oder sonstigen sportlichen Unternehmung auf das Zeltlager vorbereiten

Geistiges Wachstum

- für das Zeltlager die tägliche Zeit für das persönliche Schriftstudium, das Tagebuchschreiben, das Beten und Nachsinnen planen; dafür Schriftstellen auswählen, die einen Bezug zum Motto des Zeltlagers haben
- die tägliche Andacht für das Zeltlager planen
- einen Spaziergang durch die Natur oder eine Schatzsuche machen
- Kurse, Unterrichte oder Andachten vorbereiten, bei denen es um Grundsätze und Maßstäbe des Evangeliums geht (dabei bitte die Anweisungen zu Gastrednern im *Allgemeinen Handbuch: Wie man in der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage dient*, Abschnitt 38.8.20 beachten)
- eine Zeugnisversammlung abhalten; dabei den Jungen Damen erklären, was ein echtes Zeugnis ist (siehe das Nachschlagewerk *Treu in dem Glauben*, Seite 215ff.; Evangeliumsthemen, „Zeugnis“, topics.ChurchofJesusChrist.org; M. Russell Ballard, „Ein echtes Zeugnis“, Liahona, November 2004, Seite 40–43)

- eine Schriftstelle, ein Gedicht, ein Kirchenlied, die Erklärung „Der lebendige Christus – das Zeugnis der Apostel“ (*Liahona*, Mai 2017, Umschlaginnenseite vorn) oder die Proklamation zur Familie (*Liahona*, Mai 2017, Umschlaginnenseite hinten) auswendig lernen
- auf eine Mission vorbereiten, beispielsweise mit Aktivitäten wie „Wie ein Missionar studieren“ oder „Missionsarbeit im Rollenspiel“
- sich mit Familiengeschichte befassen, beispielsweise Geschichten über Vorfahren erzählen, traditionelle Rezepte nachkochen oder ein Erinnerungsalbum (beispielsweise ein Scrapbook) gestalten
- sich vorbereiten, heilige Handlungen im Tempel zu empfangen, etwa mit Aktivitäten wie „Im Glauben vorangehen“ oder „Spiele zum Thema Grundsätze“
- einen Musikabend mit geistlicher Musik veranstalten
- ein Spiel zu einer Schriftstelle oder einem Evangeliumsgrundsatz machen oder eine Kurzdarbietung dazu entwerfen

Bewegung und Gesundheit

Wenn Sie eine Aktivität aus dieser Liste oder eine andere Aktivität durchführen wollen, denken Sie daran, dass alle sportlichen Unternehmungen altersgerecht sein müssen. Berücksichtigen Sie außerdem die sportliche und mentale Fitness der Teilnehmerinnen. Ziehen Sie bei bestimmten sportlichen Unternehmungen, wie etwa Felsenklettern oder Rafting, ausgebildete Fachleute oder Führer hinzu. Halten Sie sich an alle Sicherheitsrichtlinien für die

jeweilige Sportart sowie an die Versicherungsbestimmungen der genutzten Einrichtungen.

- entsprechend den Interessen der Teilnehmerinnen sportliche und gesundheitsfördernde Aktivitäten für das Zeltlager planen
- ein Mannschaftssportspiel machen, etwa Fußball, Volleyball oder Basketball
- eine längere Rucksacktour planen und durchführen, eventuell auch mit Übernachtung
- eine Wanderung, eine Fahrradtour oder einen Spaziergang in der Natur machen
- eine Raftingtour* machen
- Wassersport machen, wie beispielsweise Schwimmen, Schnorcheln*, Sporttauchen*, Kanufahren, Segeln*
- Felsenklettern* oder Abseilen* üben
- jemanden, der entsprechend geschult ist, bitten, den Mädchen beizubringen, wie man sich schützt und sich selbst verteidigt*
- mit den Mädchen einen Gesundheitsplan erarbeiten, durch den sie sich gute Gewohnheiten aneignen, was Bewegung und Ernährung betrifft
- sich mit dem Wort der Weisheit und mit gesunder Ernährung befassen; etwas über Verhaltensweisen und Einstellungen lernen, die zu ungesunden Gewohnheiten, darunter auch Essstörungen, führen können

** Mit diesen Aktivitäten sind überdurchschnittliche Risiken verbunden; sie erfordern die Hilfe eines entsprechend geschulten oder zertifizierten Experten.*

- einen Experten einladen, der über geistige Gesundheit, seelische Gesundheit und Bewältigungsstrategien spricht
- sich mit den Gefahren des Internets und der Pornografie auseinandersetzen und lernen, wie man sich selbst und seine Familie schützt

Notfallvorsorge und Überlebenstechniken

- geschulte Fachleute einladen, die über Erste Hilfe oder Notfallhilfe sprechen, darunter auch, was man in lebensbedrohlichen Situationen macht, wie man Wunden verbindet und wie man Opfer birgt
- lernen, wie man ein Erste-Hilfe-Set zusammenstellt und pflegt
- lernen und üben, wie man ein Feuer macht und dafür sorgt, dass es sicher bleibt
- jemanden mit Sachkenntnis oder Erfahrung einladen, der die Mädchen über Naturkatastrophen, Verschmutzungen oder Ressourcenknappheit aufklärt, die in der Gegend vorkommen
- lernen, wie man sich mithilfe eines Kompasses, verschiedener Arten von Karten und anhand der Position von Sonne, Mond und Sternen an einem unbekanntem Ort zurechtfindet
- etwas über Wolkenformationen lernen
- grundlegende Fertigkeiten zum Überleben in der Wildnis erlernen
- eine Notunterkunft bauen

- lernen, wie man Wasser findet und Wasser reinigt
- von jemandem mit Fachkenntnissen lernen, giftige Pflanzen, Insekten und Tiere zu erkennen; außerdem lernen, wie man essbare Pflanzen und Tiere erkennt
- üben, wie man beim Zelten Rücksicht auf die Umwelt nimmt; lernen, wie man ein Zeltlager aufbaut
- die verschiedenen Arten von Knoten und Verzurrungstechniken kennenlernen und üben
- verschiedene Arten des Kochens im Freien ausprobieren, etwa mit einem Reflektorofen, einem Topf über dem Feuer oder einem Lagerfeuer
- lernen, wie man Lebensmittel und Wasser lagert
- den sicheren Umgang mit Messern erlernen

Freundschaft und Führungsqualitäten

- jeder Jungen Dame, die am Zeltlager teilnimmt, ein anderes Mädchen zuweisen, das ihr als „guter Wichtel“ während des Zeltlagers heimlich etwas Gutes tut; zum Beispiel schreibt ihr das betreffende Mädchen nette Briefchen oder achtet darauf, dass sie bei allen Aktivitäten mit einbezogen wird
- eine Gruppe von Führungsverantwortlichen einladen, darüber zu sprechen, wie man Vertrauen aufbaut und Konflikte löst
- einen Talenteabend planen, an dem sich jede Junge Dame beteiligen kann

- sich an einem humanitären oder ökologischen Dienstprojekt beteiligen
- den erwachsenen Zeltlagerleiterinnen Wertschätzung zeigen
- eine einfache Preisverleihung durchführen, um die Leistungen und Beiträge jedes Einzelnen im Zeltlager zu würdigen
- ein Abendprogramm am Lagerfeuer veranstalten

Talente und Fertigkeiten entwickeln

Die folgenden Anregungen gehören zwar nicht zu den üblichen Zeltlageraktivitäten, können aber dazu beitragen, den Bedürfnissen der Jungen Damen gerecht zu werden.

- musikalische Fertigkeiten wie Singen oder Musizieren fördern
- verschiedene Arten von Kunst und Handwerk ausprobieren, wie etwa Korbflechten, Zeichnen, Bildhauerei oder Stricken
- dirigieren üben
- jemand mit Fachkenntnissen einladen, den Mädchen grundlegende Fertigkeiten beizubringen, etwa Holzbearbeitung, Reparaturen am und im Haus oder Kenntnisse für die Haushaltsführung; diese Fertigkeiten dann für kleine Dienstprojekte nutzen
- lernen, wie man ein Budget aufstellt und verwaltet
- eine junge Mutter einladen, die den Mädchen die Grundlagen beibringt, wie man für ein Kind sorgt

- lernen, wie man selbst Nahrungsmittel anbaut und sie haltbar macht; eventuell auch lernen, wie man einen Garten anlegt und pflegt
- die Grundlagen des Nähens erlernen und ein einfaches Kleidungsstück anfertigen oder lernen, wie man Kleidung flickt
- lernen, wie man verschiedene Sternbilder, Planeten und andere Merkmale am Nachthimmel erkennt und bestimmt
- ein kurzes Theaterstück oder einen Sketch für das Zeltlager vorbereiten und aufführen
- üben, wie man für die Abendmahlsversammlung eine Ansprache schreibt und hält; die Ansprachen dann auch vor anderen halten
- an einer Führung in einer örtlichen Bildungseinrichtung oder Ausbildungsstätte teilnehmen; Pläne für die weitere Ausbildung machen
- lernen, wie man Gegenstände oder Materialien recycelt oder wiederverwendet



KIRCHE
JESU CHRISTI
DER HEILIGEN
DER LETZTEN TAGE

GERMAN



4 02120 98150 2

12098 150

Herausgeber:

Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage
Salt Lake City, Utah, USA

© 2018, 2020 Intellectual Reserve, Inc. Alle Rechte vorbehalten. Printed in the United States of America

Genehmigung: Englisch 1/15, Übersetzung 1/15

German: 12098 150