

youngCaritas

Workshops und Projekte 2025/2026





Wer oder Was ist **youngCaritas**?



Wieso? Weshalb? Warum?

Wir von der youngCaritas setzen uns gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen, Schulklassen und Jugendgruppen, Lehrlingen und allen Kids und Teens, die dabei sein wollen, für soziale Gerechtigkeit ein.

In Workshops machen wir gemeinsam mit euch soziale und nachhaltige Themen sichtbar und erlebbar – immer auf Augenhöhe und mit viel Engagement und Freude. Dabei lassen wir viel Raum und Zeit für kritische Fragen und aufkeimende Diskussionen, denn Flexibilität ist uns wichtig, damit sich alle Beteiligten wohl und abgeholt fühlen.

Gemeinsam mit euch

Mit unseren spannenden Projekten und Aktionen – vom LaufWunder bis

Coffee to help und LeseWunder sind wir für alles zu haben, was jungen Menschen hilft, wenn sie sich sozial engagieren oder informieren wollen. Gerne unterstützen wir euch auch bei Abschlussarbeiten und Schulprojekten.

Nachhaltig

Außerdem setzen wir in unseren Themen auch auf Nachhaltigkeit und stellen die SDG's (Sustainable Development Goals) in den Mittelpunkt unserer Arbeit. Denn wir glauben, dass soziales Engagement und nachhaltiges Handeln zusammengehören.

Wichtig: Alle unsere Workshops werden dem Alter und der Schulstufe entsprechend angepasst.





ich
mach
was!

Workshops für alle Schulstufen



Social Skills

Soziale Kompetenzen und Teamfähigkeit sind im schulischen, privaten und beruflichen Kontext wichtig. Dabei gilt es, sich der eigenen Stärken bewusst zu sein und diese auch sichtbar zu machen. Aber es geht auch darum, die Stärken und Schwächen der anderen anzuerkennen und anzunehmen. Im Zentrum steht die Frage, welche soziale Kompetenzen wir für ein gutes Zusammenleben brauchen. Durch gemeinsame Übungen und wertvolle Tipps zur richtigen Kommunikation soll eure Klasse gestärkt und ein respektvoller Umgang miteinander gefördert werden.

Dauer: 2 UE ab der 1. Schulstufe

Wir > Ich

Quizfrage: Was bedeutet das Wort „Caritas“?
In diesem Workshop entdecken wir gemeinsam die verschiedenen Aufgaben der Caritas. Wir lernen die einzelnen Fachbereiche der Caritas Vorarlberg interaktiv kennen, die weltweite Vernetzung der Organisation und schauen ganz konkret, wo und wie Menschen in Not geholfen werden kann. Eure Fragen zu den verschiedensten Themen machen den Workshop immer wieder aufs Neue spannend und einzigartig. Die Antwort auf die anfangs gestellte Frage erfahrt ihr übrigens ebenfalls in diesem Workshop!

Dauer: 2 UE ab 2. Schulstufe



Unser kleines Dorf GLOBO eine Welt mit 100 Menschen

Wie funktioniert das Zusammensein der Menschen auf der Welt? Interaktiv und anschaulich werden komplexe Zusammenhänge - wie globale Probleme und Lösungsmöglichkeiten - auf die leichter verstehbaren Einheiten und Zahlen eines Dorfes mit 100 Menschen heruntergebrochen. 100 Menschen, verteilt auf der ganzen Welt, 100 Lebensgeschichten, wie sie das Leben tatsächlich schreiben könnte. Wie hängen all' diese unterschiedlichen Menschen zusammen? Was verbindet und was trennt sie? Wie beeinflussen sie Wirtschaft, Politik, Umwelt und Gesellschaft? Kommt mit auf diese ganz besondere Weltreise!

Dauer: 2 UE oder einen halben Tag ab 3. Schulstufe

Hospiz macht Schule

Verluste ändern schlagartig das gewohnte Leben und treffen uns mitten ins Herz. Wenn man sich von einer geliebten Person oder von einem lieb gewonnenen (Kuschel)Tier verabschieden muss, tut das nämlich weh. Viele Gefühle kommen hoch. Aber aus jedem Abschied kann auch etwas Neues entstehen. In diesem Workshop werden die Kinder behutsam an das Thema herangeführt. Sie lernen, dass Verluste zum Leben gehören, dass Trauer wichtig und völlig normal ist und, dass es Wege gibt damit umzugehen. Die Kinder und Jugendlichen lernen, dass sie mit diesen Gefühlen nicht alleine sind - und daraus gestärkt hervorgehen können.

Dauer: 2 UE ab 3. Schulstufe

ich
mach
was!

Workshops für alle Schulstufen



Heimat (in mir)

Ist Heimat ein Gefühl oder ein Ort? Was bedeutet der Begriff „Heimat“ überhaupt? Und wie hat sich der Begriff im Laufe der Zeit verändert? Im Workshop wird das Thema näher betrachtet sowie mit Hilfe des Heimatbarometers sichtbarer gemacht. Wir betrachten aber auch die daraus resultierenden Gefühle und Fragen. Denn jeder definiert „Heimat“ anders für sich, und nicht immer muss ein Heimatsgefühl an einen Ort gebunden sein. Das wollen wir gemeinsam mit den Kinder anschauen und vor allem spürbar machen.

Dauer: 2 UE ab 1. Schulstufe

ArMut

Im Workshop werden die verschiedenen Formen von Armut und deren Folgen auf interessante Weise analysiert und besprochen. Auch mögliche Lösungswege aus der Armut werden thematisiert und gemeinsam erarbeitet. Denn Armut kann jeden von uns treffen.

Dauer: 2 UE ab 3. Schulstufe



carla – wir kommen!

Fast Fashion und die Folgen für die Umwelt sind ein großes Thema. Gemeinsam und interaktiv rekonstruieren wir den spannenden Weg von der Herstellung unserer Kleidung bis zum Verkauf. Zudem gehen wir der Frage nach, was eigentlich mit der gespendeten Kleidung passiert - quasi vom Kleiderschrank zuhause bis zum Verkauf in einem Shop der Caritas. Finden wir gemeinsam heraus, was jede*r von uns zum Klimaschutz beitragen kann und warum Second Hand wichtig ist.

Dauer: 2 UE (Besichtigung carla Tex und Möslepark zusätzlich möglich und sinnvoll), ab 4. Schulstufe

ich
mach
was!

Workshops für alle Schulstufen



Das ess' ich noch!

Wie kann unser Essverhalten Einfluss auf die Umwelt haben? Welchen Unterschied macht es, ob ich 1 kg Käse oder 1 kg Bananen kaufe? Gemeinsam gehen wir der Frage nach, wie wir unseren Speiseplan klimafreundlich gestalten können. Und wir klären das Geheimnis, was wir mit den Lebensmittelresten machen können, die zuhause übrig bleiben. Hunger nach dem Workshop ist nicht selten der Fall!

Dauer: 2 UE ab 2. Schulstufe

Vielfalt und Toleranz

Themen wie Identität(en), Kultur, Vorurteile, Benachteiligungen, Ausgrenzungen, Gewalt und korrekte Kommunikation werden aufgegriffen und reflektiert. Mittels interaktiven Übungen wird aufgezeigt, worauf es im Umgang mit unseren Mitmenschen ankommt. Zudem sprechen wir darüber, wie wichtig Toleranz nicht nur in unserer Gesellschaft, sondern auch in den Schulklassen, Vereinen und in der Familie ist.

Dauer: 2 UE ab der 5. Schulstufe



ich
mach
was!

Workshops ab der 6. Schulstufe



Demokratie (er)leben

Junge Menschen sind ein wichtiger Teil der politischen Gesellschaft! In diesem Workshop lernen die Jugendlichen, was es bedeutet, in einer Demokratie zu leben und wie diese auch unser tägliches Leben beeinflusst. Warum lohnt es sich also auch schon für junge Menschen, sich für eine lebendige Demokratie einzusetzen? Auf spielerische Weise wird erarbeitet, was eine Demokratie stärkt und was sie schwächt.

Dauer: 2 UE ab 8. Schulstufe

Digitale Zivilcourage

Kinder und Jugendliche sind inzwischen fast täglich mit Hate Speech oder Cybermobbing konfrontiert. Nicht immer ist es einfach, darauf richtig zu reagieren. Dabei kann digitale Zivilcourage helfen. Das bedeutet zum Beispiel, auf Hasskommentare zu antworten und darauf hinzuweisen, dass sie Rechte verletzen. Ziel ist es, jungen Menschen Werkzeuge an die Hand zu geben und sie dafür zu sensibilisieren, wie sie mit diesen Themen umgehen können.

Dauer: 2 UE ab 5. Schulstufe



Weg in ein neues Leben

Gemeinsam mit den Jugendlichen simulieren wir den langen Weg einer Flucht mit nicht absehbarem Ausgang. Durch Perspektivenwechsel und Reflektionsarbeit werden Jugendliche für die Themen Flucht, Asyl und Vertreibung sensibilisiert.

Dauer: 2 UE ab 7. Schulstufe

Mitten drin, statt nur dabei!

Zivildienst, oder doch lieber Freiwilliges Sozialjahr. Oder gar ein internationaler Freiwilligeneinsatz? In und mit der Caritas ist Vieles möglich, was die Zukunft junger Menschen nachhaltig prägen und beeinflussen kann. In dieser Stunde stellen wir die Möglichkeiten eines sozialen Engagements für jungen Frauen und Männer vor, die anpacken und voll dabei sein wollen. Und die sich nicht scheuen, die eigene Komfortzone etwas zu verlassen und neugierig darauf sind, die Welt aus einer anderen Perspektive zu entdecken.

Dauer: 1 UE ab 10. Schulstufe

ich
mach
was!

Workshops speziell für Volksschulen



Kinderträume

In diesem Workshop sollen die Kinder darüber nachdenken, was sie sich von ihrem Leben wünschen, welche Stärken und Ressourcen sie haben, und wie sie ihre Träume Wirklichkeit werden lassen können. Dabei geht es aber nicht nur um die eigenen Träume, sondern auch um die der Mitschüler*innen, die respektiert werden müssen. Denn jeder Traum ist ein guter Traum!

Dauer: 2 UE, 1. bis 4. Schulstufe

Barmherzigkeit! Wie bitte?

Kaum ein Kind kann heute mit diesem Begriff noch etwas anfangen. Daher wollen wir diesem verstaubten Begriff gemeinsam mit den Schüler*innen wieder neues Leben einhauchen. Denn Mitgefühl, Wertschätzung, Respekt und Diversität sollten wieder in Mode kommen. Wir gehen mit den Kindern der Frage nach, was Barmherzigkeit eigentlich ist, und wie wir sie alle ganz leicht in den Alltag einbauen können - egal wie alt wir sind!

Dauer: 2 UE ab 1. Schulstufe



ich
mach
was!

Unsere **Aktionen und Projekte**



Stress-Less-Day!

An diesem Tag widmet ihr euch gemeinsam der Frage, wie Stress in eurem Leben wirkt und lernt Übungen kennen, die jede*r selbst anwenden kann, um im Alltag stark zu bleiben - oder zu werden. Konzentrations- und Atemübungen stehen dabei ganz oben auf der „To-do-Liste“ und können den Kindern und Jugendlichen in manch schwieriger Situation helfen.

Dauer: Vormittags-Workshop 3 UE; Nachmittag erlebnispädagogischer Teil (Kletterhalle Dornbirn, kostenpflichtig), ab 3. Schulstufe

LaufWunder

Das LaufWunder ist ein schulinterner Benefiz-Lauf, bei dem ihr mit jedem gelaufenen Kilometer Geld für Menschen in Not sammelt. Dabei geht es aber vor

allem um eines: Ihr startet gemeinsam dieses Projekt, als Team, um Menschen in Not zu helfen. Jede Runde zählt und lässt euch näher zusammenrücken. Also: Laufschuhe schnüren – und für Menschen in Not laufen.

Dauer: Ein halber Tag

LeseWunder

Lesen ist gut für das Gehirn, steigert die Kreativität, bereichert den Wortschatz, verbessert die Konzentration und bildet Empathie. Als Bücherwürmer könnt ihr nicht nur spannende Bücher lesen, sondern gleichzeitig etwas Gutes tun! Denn mit jedem gelesenen Buch unterstützt ihr Menschen in Not – und könnt gleichzeitig in eine andere Welt eintauchen!

Dauer: In Absprache mit der Schule



Coffee to help

So einfach kann Helfen sein: Ihr braucht nur Freude am Backen und am Kaffee-Kochen, das Organisatorische übernehmen wir. Ach ja - und dann solltet ihr alles noch gegen eine Spende verkaufen! Übrigens: Coffee to help ist auch super in Kombination mit einem LaufWunder oder einer anderen Aktion!

Dauer: Ein halber Tag

Achtsam sein kann Jede*r

Hast du dir schon einmal selbst beim Atmen zugehört oder deine Ohren gegrießen, wenn du dich gestresst fühlst? In diesem ganz entspannten Workshop lernen die Schüler*innen, wie sie sich in Stresssituationen selbst beruhigen können. Sie lernen aber auch, wie schön es sein kann, einfach mal zu träumen und den Vögeln zuzuhören

und darauf zu achten, wie es Mitmenschen gerade so geht!

Dauer: 5 x 2 UE ab 1. Schulstufe

Gemeinsam philosophieren

In der dreiteiligen Workshopreihe gehen wir gemeinsam der Frage des guten Zusammenlebens nach. Dabei lernen Schüler*innen durch ständiges Fragen und Hinterfragen unterschiedliche Meinungen und Perspektiven kennen, zu argumentieren, und ihre eigene Meinung weiterzuentwickeln. Dadurch werden Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit sowie Empathie gefördert. Gerne philosophieren wir mit euch über eure ganz eigene Themen.

Dauer: 3 x 2 UE ab der 2. Schulstufe



Wer? Wie? Was?

Zielgruppe: Kinder und Jugendliche aller Schulstufen
Die Workshops können auch von Vereinen, Firmgruppen, ... gebucht werden!

Ort: Schule oder nach Vereinbarung

Buchungen: Einfach und unkompliziert bei Sabine Fulterer!

youngCaritas
Vorarlberg

Sabine Fulterer, M 0676-88420 4042, sabine.fulterer@caritas.at



vbg.youngcaritas.at



[youngCaritas Vorarlberg](https://www.facebook.com/youngCaritasVorarlberg)



[youngcaritas_vorarlberg](https://www.instagram.com/youngcaritas_vorarlberg)