

CEVITÄT



BASTELIDEE

*Aus alten
Blechdosen*



JUBILÄUMSFEST OFTRINGEN

OSTERN

*Und die gute
Nachricht*



INHALT

THEMA

| | |
|----------------------------------|---|
| Lebensmittel verwerten | 4 |
| Energieriegel mit Aprikosen | 5 |
| Einkaufen ohne Plastikverpackung | 6 |
| Bastelidee aus alten Blechdosen | 7 |

LAGER/KURSE/EVENTS

| | |
|------------------------|-----|
| ZM1 2023 | 8-9 |
| Jubiläumfest Oftringen | 10 |

AUS DEM VORSTAND

11

PINNWAND

| | |
|------------------------------------------|----|
| Dankesevent 2023 | 12 |
| Spenden-Barometer | 12 |
| Die Nationale Arbeiter Konferenz 2024 | 13 |

TRÄFFPUNKT

14

KOLUMNE

| | |
|-------------------------------|----|
| Ostern und die gute Nachricht | 15 |
|-------------------------------|----|

HALLO ZÄMMÄ

Neues Jahr heisst auch immer wieder neue Ziele, Visionen und Ideen, aber auch Vorsätze, die man sich Jahr für Jahr nimmt. So haben wir uns auch im Redaktionsteam in der Cevität gefragt, gibt es Vorsätze, die man sich als Ceviabteilung nehmen kann?

Wir als Redaktionsteam haben uns überlegt, wie man den Cevinachmittag noch nachhaltiger gestalten kann. Wir sind auf folgende Idee gekommen: Wie wäre es, ein Jahr lang Zero-Waste Cevi zu machen.

Doch was heisst Zero Waste?

Zero Waste ist Englisch und bedeutet, dass man möglichst keinen Müll verursacht. In dieser Ausgabe wird es darum gehen, wie man das machen kann.

Bei mir bringt das neue Jahr ziemlich viel neue Herausforderungen, ich stehe vor meinem Lehrabschluss und muss mir plötzlich Gedanken über Dinge machen, die total Neuland sind für mich. Plötzlich frage ich mich auch, was mache ich den Rest von meinem Leben. Es gibt aber auch viele Dinge, auf die ich mich freue. Auch wenn es streng wird, werde ich alles geben, um das Beste zu machen aus der Situation.

Also lehn dich zurück und lies die neue Ausgabe der Cevität, vielleicht inspiriert es dich ja, etwas Neues auszuprobieren.

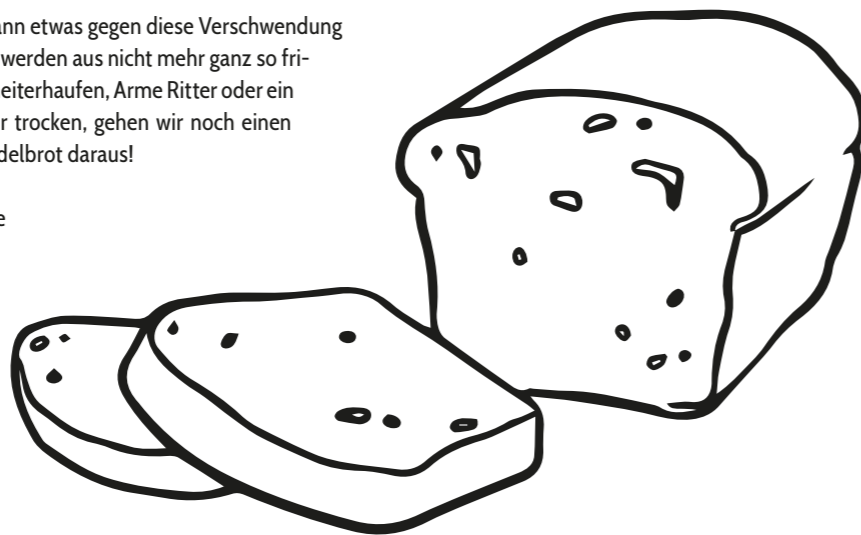
Lebensmittel sind viel zu kostbar
um im Müll oder auf dem Kompost zu landen!
Und trotzdem passiert es manchmal,
dass Reste bleiben, und einem die Ideen
zur Verwertung fehlen.

ALTES BROT IST NICHT HART. KEIN BROT, DAS IST HART!

Dieses Sprichwort ist ebenfalls hart aber wahr - jedes Jahr landen in Österreich 60.000 Tonnen Brot und Gebäck im Müll, der Großteil davon wandert direkt aus dem Supermarktregal in die Mülltonne. Aber auch in vielen Haushalten werden ein paar Tage alte Brotlaibe nicht aufgegessen sondern lieber gegen frisches Gebäck getauscht.

Altes Brot ist herrlich vielseitig und jeder einzelne kann etwas gegen diese Verschwendung tun. In Milch und Ei getunkt oder damit übergossen, werden aus nicht mehr ganz so frischen Weiß- oder Milchbrotscheiben ein saftiger Scheiterhaufen, Arme Ritter oder ein fancy French Toast. Ist das Brot schon wirklich sehr trocken, gehen wir noch einen Schritt weiter und machen Semmelbrösel oder Knödelbrot daraus!

Dafür dreht das getrocknete Brot entweder eine Runde im Mixer oder wird in kleine Würfel geschnitten und in der Resthitze des Backrohrs getrocknet (viel ressourcenschonender als es nur für das Knödelbrot aufzuheizen!) Ihr könnt das Brot auch in feine Scheiben schneiden und mit einer würzigen Marinade aus Olivenöl und Kräutern bestreichen - nach kurzer Zeit im heißen Backrohr werden köstliche Brotchips daraus! Ein Panzanella oder eine Brotsuppe sind auch ein Genuss, bei dem altes Brot die Hauptrolle bekommt.



ENERGIERIEGEL MIT APRIKOSEN



Und so wirds gemacht:

1. Butter, Ahornsirup, Rohrzucker und Salz in einer Pfanne unter gelegentlichem Rühren kurz aufkochen. Pfanne von der Platte nehmen.
2. Haferflocken und alle restlichen Zutaten begeben, gut mischen, in die vorbereitete Form verteilen.
3. Backen: ca. 30 Min. in der Mitte des auf 160 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen, in ca. 16 gleich grosse Riegel schneiden.

Form:

Für eine quadratische Backform von ca. 24 cm, mit Backpapier ausgelegt

Tipp:

Statt eine quadratische Backform ein Blech von ca. 30 cm Ø, mit Backpapier belegt, verwenden.

Haltbarkeit:

in einer Dose gut verschlossen ca. 2 Wochen

🕒 einfache Zubereitung

🕒 Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

🕒 Backen: ca. 30 Min.

🌱 vegetarisch

Stück: 161 kcal, F 9 g, Kh 19 g, E 3 g

EINKAUFEN OHNE PLASTIK- VERPACKUNG:

Kann das funktionieren?

In der Schweiz gibt es pro Person pro Jahr ca. 127 Kilogramm Abfall, welcher nur von Kunststoffverpackungen stammt.

Immer wieder, wenn ich für den Cevi-Nachmittag einkaufe, kaufe ich auch Dinge, die in Plastik verpackt sind. Da stellte ich mir die Frage, ob das auch ohne den Plastikmüll geht.

Bei Früchten und Gemüse ist es ja relativ einfach. Da kann man sich ein Gemüsesäckli nehmen und dieses befüllen.

Bei kleineren Dingen wie Schokolade, Gummibärchen oder auch Müsliriegel, wird es dann schon komplizierter, da diese oftmals in Alufolie oder in Kunststoff-Folie eingepackt sind.

Aber wie schaffe ich es, all diese Dinge zu kaufen, welche regulär in Plastik verpackt sind, ohne Plastikmüll zu produzieren?

Am einfachsten geht das, wenn man in einen "unverpackt"-Laden geht. Dort gibt es sehr viele verschiedene Lebensmittel in grossen, wiederverwendbaren Gebinden, und man kann sich dort einfach die benötigte Menge in ein leeres Marmeladenglas füllen.

Solche Läden findet man im Internet meistens auch mit einer Übersicht, welche Artikel sie im Laden anbieten.

Da sich aber Plastikmüll nicht immer vermeiden lässt, gibt es auch spezielle Säcke, mit denen man den Plastik recyceln kann. Informationen dazu findet ihr auch im Internet oder beim nächstgelegenen Recyclinghof.



BASTEL- IDEE AUS ALTEN RAVIOLI- BLECH- DOSEN

Fragt ihr euch manchmal auch, was ihr aus alten Blechdosen machen könnt, die etwa vom Ravioliessen übrig sind? Dann kommt hier eine Idee!

Für das benötigt ihr:

- Stift
- Nagel
- Hammer
- Gegebenenfalls Werkbank mit Schraubstock oder Schraubzwingen
- Leere Dose
- Teelicht
- Evt. Farbe

Aus einer alten Dose könnt ihr wunderbar einen Ort für ein Teelicht oder eine Kerze zaubern.

Dafür zeichnet ihr eine Form zum Beispiel einen Stern oder auch ein Muster auf die Büchse. Danach könnt ihr kleine feine Löcher mit dem Nagel entlang dieser Linie machen.

Am Ende könnt ihr ein Teelicht oder eine Kerze reinstellen und durch die Löcher schimmert dann das Licht der Kerze durch.



ZM 1 2023

Der Kurs begann am Freitagabend und wir wurden zum Anfang von den drei Monopoly-Menschen begrüsst. In ihren freshen Anzügen erklärten sie uns, dass wir in verschiedenen Blöcken Geld gewinnen können, da wir dieses noch gebrauchen würden. So leiteten sie uns zum ersten Block über: der EO-Rotation. Wir erlebten einen spielerischen Abend nach dem Schema «Kopf, Herz und Hand». Dabei wurden wir in drei verschiedene Gruppen aufgeteilt und konnten die ersten neuen Freundschaften schliessen.

Weiter ging es am Samstagmorgen, wo wir in Gruppen eine eigene Quartalsplanung vorbereiteten, also mehrere Jungschiprogramme, die über die Samstagstage eine zusammenhängende Story bieten. Dabei erhielten wir immer wieder gute Inputs und konnten das Gelernte vom Freitagabend auch gleich anwenden.

Zusammen assen wir ein feines Zmittag, bis es am Nachmittag den nächsten Block gab. In diesem erfuhren wir vieles über die Erste Hilfe. Wir lernten

Verbände zu machen, Lagerungen, Kleinverletzungen zu behandeln und verschiedene Transportarten. Es war sehr informativ und interessant.

Danach erlebten wir draussen auf der Wiese ein ereignisreiches Geländespiel und erhielten einen Theorie-Input, wo wir Folgendes lernten: Wie ist ein Geländespiel aufgebaut? Wie verknüpfe ich die Story? Welche Sicherheitsüberlegungen mache ich? Was muss ich dazu vorbereiten? Und natür-



lich: Wie plane ich ein Geländespiel? Im Anschluss assen wir zusammen ein sehr gutes Znacht, wie immer war das Essen erste Klasse!

Am Samstagabend verwandelte man das Haus in ein Kasino, wo wir unser erspieltes Geld benutzen konnten, um es im besten Fall zu vermehren. Die klassischen Spiele wie Roulette und Blackjack waren dabei, aber auch beim Armdrücken, Memory-Spielen, Apfelblasen oder Kahoot konnte man Geld setzen und verlieren oder gewinnen. Zusätzlich gab es zur Erfrischung eine Sirupbar. Die fünf besten Gewinnerinnen und Gewinner mit dem höchsten Betrag erhielten zum Preis ein Zertifikat.

Am Sonntag kam die AG PSA und führte einen lehrreichen Programmblock. Parallel gab es einen Postenlauf bei Joel aus dem Seki zu unserem diesjährigen Cevi-Wert «Lebensfreude». Wir machten uns Gedanken zu Fragen wie zum Beispiel: Was ist meine Lieblingsbeschäftigung? Für was bin ich dankbar?

Danach spielten wir «Reise nach Jerusalem, aber umgekehrt». Wir schafften es, dass 26 Personen zusammen auf nur vier Stühlen Platz hatten, wobei natürlich niemand den Boden berührte.

So langsam ging der Kurs dem Ende zu. Wir können sagen, dass es ein Kurs war, in dem wir viel gelernt haben, neue Freundschaften knüpfen konnten, Spiel und Spass verbreitet wurde, in dem wir immer sehr gut gegessen haben und in dem wir eine coole Story erlebt haben. Darum geht ein grosses Dankeschön an alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, an das ganze Leitungsteam, die wunderbare Küche und Joel aus dem Seki, sowie Marion aus der AG PSA, die den Kurs für uns alle unvergesslich gemacht haben!

CELINA V/O NAHARI, MELISSA V/O ZAFIA
& SEBASTIANO V/O MAH JONG



JUBILÄUMSFEST OFTRINGEN

Nach dem Motto «Gemeinsam Stark in die Zukunft» feierte die Cevi Oftringen-Rothrist am 16. September 2023 ihr 60-jähriges Jubiläum. Zudem wurden 35 Jahre Cevi Huus und die Namensänderung und Fusion mit der Cevi Rothrist zu Cevi Oftringen-Rothrist gefeiert.

Für Spiel und Spass war gesorgt. Auf der Hüpfburg konnten sich die Kinder austoben und diverse Spielsachen wurden ausprobiert. Mit einem Rätselparcours konnte das 35-jährige Cevi Huus erkundet werden. Zur Feier des Tages liessen Teilnehmende und Leitende Tauben fliegen, welche symbolisch für die anfangs Jahr beschlossene Fusion zu Cevi Oftringen-Rothrist standen.

Zum geselligen Teil des Abends gehörte natürlich ein gutes Essen, welches vom Alterszentrum Lindenhof gesponsort wurde. Noch bei Kerzenschein wurde miteinander geredet und gelacht.

Es war ein rundum gelungenes Jubiläumsfest.

DAVID

AUS DEM VORSTAND



Unterstützung würde die DV nie so durchführbar sein, wie sie immer durchgeführt wird. Und dafür danken wir dem Seki herzlich.

Zwischen den laufenden Vorbereitungen genossen wir zusammen mit dem Seki-Team unser wohlverdientes Weihnachtsessen mit viel Plaudern und lustigen Neckereien.

Allerdings beschäftigt uns dieses Jahr etwas Spezielles, nämlich unsere Strategie 2030 für den RV AGSOLUZG. Diese erarbeiteten wir mit dem Cevirat zusammen und haben sie in einer Broschüre zusammengefasst. Die Strategie sollte mit einem kleinen Infoanlass vor der DV mit allen Mitgliedern der RVs diskutiert werden. Das Ziel ist es, die Strategie an der DV vorzustellen und darüber abzustimmen. Anhand der Strategie soll unser Regionalverband sich weiterentwickeln und wachsen.

Am Ende eines Jahres und am Anfang des neuen Jahres stehen meistens zwei grosse, wichtige Sachen für uns als Vorstand in der Agenda: Einerseits die Vorbereitungen für die Delegiertenversammlung, andererseits die Nachwuchssuche für den Vorstand. Die Vorbereitungen enthalten die Budgetplanung, letzte Sachen in der Personal-Administration durchschauen, Jahresberichte schreiben, Folienvorlagen vorbereiten, Einladungen schreiben, usw. Das Seki nerven wir mit sehr vielen E-Mails, Werbungen und Aufgaben. Ohne diese



Ein grosser Posten war auch die Nachwuchssuche für den Vorstand und für die Gremien. An der letzten Ceviratsitzung tüftelten



die Ceviratsmitglieder neue Ideen aus für die Nachwuchssuche. Das Ergebnis: An der DV planen wir ein interaktives Rahmenprogramm mit den Gremien zusammen.

Weiterhin wünschen wir euch viel Spass mit dem Lesen der Cevität sowie Spass in der Cevi und wir bedanken uns bei euch für euer freiwilliges Engagement in der Cevi.



WHAT A BLAST! DANKESEVENT 2023

Was für eine Meute! Der Dankesevent 2023 war ein voller Erfolg und an diesem Punkt nochmals ein riesen Dankeschön an alle Teilnehmenden! Im Grunde waren wir dieses Mal doppelt so viele Menschen wie im letzten Jahr! Das ist mega nice zu hören und wir freuen uns, wenn du auch dieses Jahr wieder mit dabei bist beim Dankesevent 2024! Die Anmeldung dazu findest du bereits jetzt wie gewohnt auf der DB!

Save the Date: Sa, 23. November 2024!



Stand per Anfang Februar 2024:
CHF 1'922.-

Ziel bis Ende 2024 CHF 23'000.-

QR-Code für
Spenden:



DIE NATIONALE ARBEITER KONFERENZ 2024

Jahr für Jahr werden alle Arbeitnehmenden des Cevi eingeladen, um an der nationalen Arbeiter Konferenz (NAK) teilzunehmen! Unsere RV war ebenfalls mit dabei und hat dafür mich, David, als Repräsentanten von AGS-OLUZG geschickt! Ort der Konferenz war das CVJM Zentrum auf dem Hasliberg, Bern. Mit insgesamt 37 Teilnehmenden aus der gesamten Deutschschweiz hatte ich die Möglichkeit, meine entfernten Arbeitskolleginnen und -kollegen kennenzulernen und mich zum Thema Spiritualität auszutauschen! Erste Verbindungen nach «Aussen» wurden geknüpft und erste Sachen wurden andiskutiert! Stay tuned for more!

TRÄFFPUNKT

Robin Fuchs | * 2006 | Schüler |
Abteilung Möriken | Teilnehmerin

Was war dein bestes/eindrücklichstes Cevi-Erlebnis bisher?
Geländespiele

Was ist dein Lieblings-Cevi-Menü?
Caramelspäck

Was macht die Abteilung speziell?
Unsere Dominanz

Was zeichnet dich aus?
Vieles und noch mehr



Lara Katara | * 2007 | Schülerin |
Abteilung Horw | Hilfsleiterin

Was war dein bestes/eindrücklichstes Cevi-Erlebnis bisher?
Taufe

Was ist dein Lieblings-Cevi-Menü?
Spaghetti

Was macht deine Abteilung speziell?
guets ässe

Was gefällt dir an der Cevi am besten?
rede, gemeinschaft



Andreas Acél v/o Aratek | * 1995 | Student |
Abteilung FiMeRo | Gruppenleitung | andreas.ace@cevi-agsoluzg.ch

Was war dein bestes/eindrücklichstes Cevi-Erlebnis bisher?
Da gibt es mittlerweile viele. Die kann ich dann abends mal bei einem (Lager-)Feuer erzählen.

Was ist dein Lieblings-Cevi-Menü?
Schoggibananen

Was zeichnet deine Abteilung aus?
Euses Cherzezieh.

Egal, wohin man bei uns schaut, findet man Personen, die gerne viel ihrer Zeit investieren, damit Kinder und junge Erwachsene schöne Erinnerungen machen können.

Was zeichnet dich aus?
Belastbar und verspielt.



OSTERN UND DIE GUTE NACHRICHT

Weisst du, warum die Eier eine solch grosse Rolle spielen an Ostern? Scheint auf den ersten Blick ja nicht sehr viel zu tun zu haben mit dem Kreuz, an welchem Jesus gestorben sein soll. Steig ein und ich erzähl's dir ;)

Vor einem Jahr an Ostern kamen 7. und 8. Klässler:innen zu uns in die Kirche. An verschiedenen Stationen schauten wir mit ihnen die letzten Schritte Jesu an. Seine Ankunft in Jerusalem eine Woche vor dem Passahfest (das Jüdische Fest zur Erinnerung an die Befreiung aus Ägypten), das letzte Abendmahl, wie er seinen Jüngern die Füsse wusch, den Garten Gethsemane, und das Kreuz.

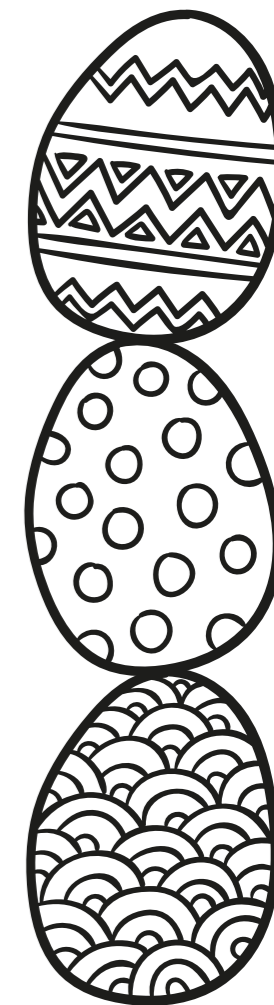
Ich sprach zu den Jugendlichen über den Garten und Jesus' Gebet zu seinem Vater. Dabei habe ich ziemlich negative Töne angeschlagen. Denn Jesus wusste, er war kurz davor verhaftet zu werden. Und trotz völliger Unschuld wusste Jesus auch, dass er zum Tode verurteilt werden würde. Ich versuchte, die Jugendlichen dazu zu animieren, sich dies vorzustellen, sich in die Angst, welche Jesus gefühlt haben muss, hineinzusetzen. Und als wäre die Situation an dieser Stelle nicht schon schlimm genug, versagen seine Jünger. Nicht nur Judas, welcher zu den Hohepriestern ging, um Jesus willentlich zu verraten. Denn er hatte drei seiner Jünger beauftragt, für ihn Ausschau zu halten, damit er in Ruhe beten könnte. Doch seine Jünger schliefen ein. Jesus weckte sie drei Mal auf doch immer wieder schliefen sie ein. Es ist diese Stelle, der wir den bekannten und oft aus dem Kontext gerissenen Satz «Der Geist ist willig; aber das Fleisch ist schwach» (Markus 14:38) entnehmen.

Es ist also wirklich kein einfacher Moment für Jesus. Sie hatten gerade eine wunderbare Mahlzeit, wahrscheinlich wurde viel gelacht und geschwätzt. Und nun ist Jesus im Garten Gethsemane, es ist dunkel und gefährlich und Jesus weiss, er wird jeden Moment festgenommen werden. Dies sind seine letzten Minuten als freier Mann. Doch er ist noch nicht am Tiefpunkt. Nach seiner Verhaftung wird er gehänselt, gefoltert und schliesslich am Karfreitag am Kreuz getötet. Und warum genau sprechen wir dann über die Gute Nachricht?

Weil die Geschichte nicht hier endet. Zum einen ist Jesus nicht umsonst gestorben, er hat sein Leben am Kreuz gegeben, damit wir frei von Sünde leben können (wenn du nicht ganz verstehst, warum er dafür sterben musste, darfst du gerne den nächsten Pfarrer, dem du über den Weg läufst, fragen). Doch am dritten Tag, dem Oster Sonntag, ist Jesus vom Tod wiederauferstanden. Er blieb nicht tot, das Böse in der Welt hat nicht gesiegt, sondern Jesus lebt. Wenn du das ganz schön crazy findest, bist du damit nicht allein. Doch es gibt ganz viele unabhängige Zeugnisse, um zu beweisen, dass dies wirklich passiert sein könnte.

Und genau hier, in Jesus' Wiederauferstehung, finden wir den Zusammenhang zu unseren Ostereiern. Denn ein Ei symbolisiert neues Leben.

SASKIA RICHARDS V/O ZORA
CEVI FI ME RO



CEVITÄT – MAGAZIN DES CEVI
REGIONALVERBANDES AG-SO-LU-ZG

Auflage
1100 Exemplare

Abonnement
Die Cevität ist die kostenlose Verbands-
zeitschrift des Cevi AG SO LU ZG, wir freuen
uns aber über ihre Spende

Bankverbindung
Credit Suisse (Schweiz) AG Zürich PC 80-500-4
CH51 0483 5094 7890 6105 0
Cevi Regionalverband AG-SO-LU-ZG

Redaktionsteam
Dominik Plüss
Cynthia Piller
Rebekka Caluori

Grafik & Layout
Lilian Abegg: www.lili.ch
Illustrationen: freepik.com

Druck
ROPRESS Druckerei, 8048 Zürich

Administration
Cevi Regionalverband AG-SO-LU-ZG,
Sekretariat, Florastrasse 21, 4600 Olten

Redaktionsschluss Nr. 02/24
09.04.2024

Redaktionelle Beiträge an:
Cevi Regionalverband AG-SO-LU-ZG,
«Cevität», Florastrasse 21, 4600 Olten
dominik.pluess@cevi-agsoluzg.ch
Tel. 062 296 74 40

Homepage:
www.cevi-agsoluzg.ch

AZB
4600 Olten
Post CH AG

Retouren an:
Cevi Regionalverband
AG-SO-LU-ZG
Sekretariat
Florastrasse 21
4600 Olten

WEMF zertifiziert

CEVI  **REGIONALVERBAND
AG-SO-LU-ZG**



APRIL 2024

| | | |
|---------|------------------------------------|----|
| 06.–13. | GKu A (1.13) Flühli LU | RV |
| | GLK (3.13) Stäfa ZH | RV |
| | LLM (4.14) Stäfa ZH | RV |
| 09. | Redaktionsschluss Cevität 02/24 | RV |
| 23. | Redaktionsschluss AL-Versand 02/24 | RV |
| 25. | AL-Versand 02/24 | RV |

MAI 2024

| | | |
|------------|------------------------------------------|----|
| 23.–26. | J+S Modul SiBe Wasser (Frauenfeld TG) | CH |
| 30.5.–2.6. | J+S Modul SiBe Wasser (Zollikofen BE) | CH |

JUNI 2024

| | | |
|------------|------------------------------------------|----|
| 30.5.–2.6. | J+S Modul SiBe Wasser (Zollikofen BE) | CH |
| 13. | Delegiertenkonferenz (Online) | CH |
| 18. | Redaktionsschluss AL-Versand 03/24 | RV |
| 20. | AL-Versand 03/24 | RV |
| 23. | Anmeldeschluss GKU B | RV |

Änderungen bleiben vorbehalten.

Alle Termine unter:
www.cevi-agsoluzg.ch/agenda

RV = Regionalverband
AL = Abteilungsleiter*in
f = nur Frauen
m = nur Männer
CH = Cevi Schweiz
TS = Ten Sing
Y = HorYzon
E = Ehemalige

