

# Kräsch-Kurs

für Ehrenamtliche  
in der Jugendarbeit

Samstag, 28.02.2026

BBZ Münnerstadt

Altstadtweg 1



→ **Kräsch-Kurs-Vorteil:**

An einem Tag bis zu vier Kurse zu verschiedenen Themen besuchen!

→ **Für alle Ehrenamtlichen aus der Jugendarbeit ab 15 Jahren.**

→ **Kosten:** Nur 5 € bar vor Ort für das Mittagessen, Kaffee und Getränke.

→ **Tipp:** Anreise per Bahn möglich (5 min Fußweg vom Bahnhof zum BBZ)  
Anreise mit dem Auto: [Parkplätze](#) direkt um die Ecke

## Zeitplanung

9.30 Uhr	Beginn mit Registrierung, Teilnahmebeitrag bezahlen
10.00 Uhr	1. Kurseinheit
11.30 Uhr	kurze Pause
11.45 Uhr	2. Kurseinheit
13.15 Uhr	Mittagessen
14.00 Uhr	3. Kurseinheit
15.30 Uhr	kurze Pause
15.45 Uhr	4. Kurseinheit
17.15 Uhr	Kräsch-Kurs Ende

- **Anmeldeformular Online:** Bitte [hier klicken.](#) 
- **Anmeldeschluss:** Mittwoch, 25.02.2026
- **Nach dem Anmeldeschluss bestätigen wir dir per E-Mail deinen Platz in den Kursen.**
- Für alle besuchten Kurse erhältst du eine Teilnahmebestätigung. Diese wird unter anderem auch zur Verlängerung der Juleica anerkannt.

## Orga-Team: Wir freuen uns auf dich!

**Klaus Kippes** (KJR-Vorsitzender KG)  
**Katharina Kowalski** (KJR-Geschäftsführerin KG, Kommunale Jugendarbeit KG)

**Yvonne Walter** (KJR-Mitarbeiterin KG, Kommunale Jugendarbeit KG)

**Tina Vierheilig** (KJR-Vorsitzende RG)  
**Mona Voll** (KJR-Geschäftsführerin RG)  
**Mina Friedlein** (KJR-Mitarbeiterin RG)

**Ramona Dinkel** (Jugendbildungsreferentin, kja Main-Rhön)

## So sind wir zu erreichen:

### **Kreisjugendring Bad Kissingen**

Katharina Kowalski, Yvonne Walter      0971/801-7010      [kjr@kg.de](mailto:kjr@kg.de)

### **Kommunale Jugendarbeit Bad Kissingen**

Katharina Kowalski, Yvonne Walter      0971/801-7018      [kommunale.jugendarbeit@kg.de](mailto:kommunale.jugendarbeit@kg.de)

### **Kreisjugendring Rhön-Grabfeld**

Mona Voll, Mina Friedlein      09771/94905      [info@kjr-rhoen-grabfeld.de](mailto:info@kjr-rhoen-grabfeld.de)

### **kja Main-Rhön**

Ramona Dinkel      0971/78530794      [ramona.dinkel@bistum-wuerzburg.de](mailto:ramona.dinkel@bistum-wuerzburg.de)

### **Evangelische Jugend im Dekanatsbezirk NES**

Der Kräsch-Kurs wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales und durch den Bayerischen Jugendring gefördert.



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



# Kurs-Übersicht (Details dazu auf den Folgeseiten!)



blaues Kästchen = Seminare  
finden zu dieser Zeit nicht statt

Kurs Nr.	Angebot	10.00 – 11.30h	11.45 - 13.15h	14.00 - 15.30h	15.45 - 17.15h
1.	Demokratie in Gefahr? Was Jugendarbeit gegen Extremismus tun kann			✓	
2.	Aufsichtspflicht und Rechtsgrundlagen	✓			
3.	Basteln mit Kork – Korkkunst to go	✓	✓		
4.	Kochen für Viele – praktische Tipps und Tricks		✓		
5.	Sum sum sum – Bienchen sum herum			✓	✓
6.	Behindert? Inklusion für alle	✓	✓		
7.	Baumscheibe als Spielbrett			✓	✓
8.	Wer spricht? Wer hört? – Medien und Demokratie			✓	
9.	Morgenrunden, Tagesabschluss, Reflexionsprozesse in Gruppen – Wie reflektiere ich richtig?	✓	✓		
10.	Holzarbeiten für Kids und Jugendliche	✓	✓		

# Kurs-Übersicht (Details dazu auf den Folgeseiten!)



blaues Kästchen = Seminare  
finden zu dieser Zeit nicht statt

Kurs Nr.	Angebot	10.00 - 11.30h	11.45 - 13.15h	14.00 - 15.30h	15.45 - 17.15h
11.	Nachhaltigkeit in der Jugendarbeit	✓	✓		
12.	Prozesse und Dynamiken in Gruppen – erkennen und beeinflussen	✓	✓		
13.	Selbstverteidigung und Gewaltprävention	✓			
14.	Grenzen erkennen – Grenzüberschreitungen vermeiden			✓	
15.	Stammtischparolen und Rechtspopulismus – Strategien für konstruktive Dialoge				✓
16.	Kreative Nagelbilder gestalten	✓	✓		
17.	Umgang mit belasteten Jugendlichen	✓	✓		
18.	Aufstrich-Express			✓	✓
19.	Die Wahrheit ist ein Chamäleon				✓
20.	Zuschuss-Info				✓

## Kurs Nr. 1

# Demokratie in Gefahr? Was Jugendarbeit gegen Extremismus tun kann

Referentin: Lea Hattenbach (Bildungsreferentin Bezirksjugendring Unterfranken)

Jugendliche begegnen heute immer häufiger extremistischen Inhalten – online wie offline. Im Workshop schauen wir darauf, wie extremistische Gruppen versuchen junge Menschen anzusprechen, welche Anzeichen man früh erkennen kann und wie man in der Jugendarbeit sicher und souverän reagiert. Mit praktischen Beispielen, leicht verständlichen Einblicken und konkreten Tipps für den Alltag.

## Kurs Nr. 2

# Aufsichtspflicht & Rechtsgrundlagen

Referentin: Melanie Schäfer (Kreisjugendpflegerin, Leitung Kommunale Jugendarbeit Bad Kissingen)

In diesen 90 Minuten bekommt ihr einen ersten Einblick zur Aufsichtspflicht:

- Was bedeutet Aufsichts- & Verkehrssicherungspflicht? Wer ist aufsichtspflichtig und wer aufsichtsbedürftig?
- Faktoren zur Beurteilung der Aufsichtspflicht
- Inhalt und Umfang der Aufsichtspflicht
- Maßnahmen zur Erfüllung der Aufsichtspflicht
- Kurze Hinweise zu ergänzenden gesetzlichen Regelungen und besonderen Vorgaben im Kontext der Aufsichtspflicht; z.B. Baden/Schwimmen, Medikamente/Krankheiten aber auch sensible Bereiche (Übernachten, Körperkontakt), Bildungsaufgaben
- verbotene Inhalte/Darstellungen on- und offline
- Hinweise zu Haftung und Versicherung

## Kurs Nr. 3

# Basteln mit Kork – Korkkunst to go

Referentinnen: Katharina Keller (Kunstlehrerin, ehrenamtliche Jugendleiterin der Kommunalen Jugendarbeit), Caroline Loesenbeck (ehrenamtliche Jugendleiterin der Kommunalen Jugendarbeit)

In diesem Bastelworkshop entdecken wir die vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten von Kork. Wir gestalten kreative Deko, praktische Alltagshelfer und kleine Geschenke. Mit einfachen Techniken und wenig Aufwand entstehen so individuelle Werkstücke.

## Kurs Nr. 4

# Kochen für Viele – praktische Tipps und Tricks

Referentin: Melanie Schäfer (Kreisjugendpflegerin, Leitung Kommunale Jugendarbeit Bad Kissingen)

Gutes Essen trägt wesentlich zum Gelingen von Zeltlagern und Ferienfreizeiten bei, jedoch ist Kochen für Viele gar nicht so einfach für „ungelernte“ Köchinnen und Köche.

In diesem Workshop bekommt ihr praxisnahe und nützliche Infos, z.B. zur Speisenauswahl, Mengen- und Kostenkalkulation pro Person, sowie zum Einkauf, zur Küchenausstattung und zur Hygiene. Mitnehmen könnt ihr auch bereits mehrfach bewährte Rezeptideen.

Außerdem wird Zeit für ein Thema sein, das die Jugendleiter:innen immer häufiger vor Herausforderungen stellt: der Umgang mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Allergien (Laktoseintoleranz, Zöliakie, Nussallergie, usw.) und vegetarischer und/oder veganer Ernährung in der Jugendarbeit.

## Kurs Nr. 5

# Sum sum sum – Bienchen sum herum

Referentinnen: Domenika Mihm (Erzieherin, ehrenamtliche Betreuerin Kinderfeuerwehr), Philomena Mihm (Erzieherin, ehrenamtliche Betreuerin Kinderfeuerwehr)

Bei uns erfahrt ihr alles rund um eine Gruppenstunde zum Thema „Biene“. In unserem Workshop werden Theorie und Praxis verbunden, sodass ihr neben einem theoretischen Input auch selbst aktiv werden könnt. Wir erarbeiten einen möglichen Ablauf für eine Gruppenstunde, erstellen Samenbomben und Blumenretter und werden Bienenwachskerzen rollen.

## Kurs Nr. 6

# Behindert? Inklusion für alle

Referent: Thomas Bruckmüller (Behindertenbeauftragter Rhön-Grabfeld)

In diesem praxisorientierten Workshop habt ihr die Möglichkeit, euch aktiv in die Perspektive von Menschen mit Behinderung hineinzuversetzen. Wie fühlt es sich an mit einer Beeinträchtigung an einer Veranstaltung teilzunehmen? Durch Selbsterfahrung mit Simulationsbrillen, Blindenstock und Rollstuhl werden typische Barrieren erlebbar gemacht. Auf Grundlage dessen entwickeln wir gemeinsam Strategien und Handlungsmöglichkeiten, um Veranstaltungen inklusiver zu gestalten.

## Kurs Nr. 7

# Baumscheibe als Spielbrett

Referent:innen: Stefan Graser (ehrenamtliche Fahrtenleitung der Kommunalen Jugendarbeit), Sarah Schmitt (ehrenamtliche Fahrtenleitung der Kommunalen Jugendarbeit)

In diesem Workshop gestalten wir gemeinsam Baumscheiben zu kreativen Spielbrettern. Zum Beispiel für Klassiker wie Mensch ärgere dich nicht oder Mühle. Dabei geht es um Kreativität, einfache handwerkliche Schritte und den Spaß am gemeinsamen Gestalten.

## Kurs Nr. 8

# Wer spricht? Wer hört? – Medien und Demokratie

Referent: Mirko Zeisberg (Medienfachberatung, Bezirksjugendring Unterfranken)

Wie können Medien genutzt werden, um demokratische Werte zu fördern? Welche Methoden eignen sich, um mit Jugendlichen über Werte, Demokratie und Gesellschaft zu sprechen? In diesem Workshop wollen wir uns dazu austauschen und verschiedene Methoden natürlich auch selbst ausprobieren.

## Kurs Nr. 9

# Morgenrunden, Tagesabschluss, Reflexionsprozesse in Gruppen – Wie reflektiere ich richtig?

Referent: Melf Hauck (Erlebnispädagoge und Hochseilgartentrainer)

Gemeinsam erproben wir praxisnahe Methoden, mit denen du Stimmungen sichtbar machst, Lernprozesse stärkst und Teamdynamiken förderst. Du lernst, Reflexion klar zu leiten, ohne sie zu dominieren und wie du Antworten erhältst, die über „Alles gut“ hinausgehen. Mit vielen Beispielen zur direkten Anwendung und Raum zum Ausprobieren. Für alle, die Gruppenprozesse bewusster, wirksamer und lebendiger gestalten wollen.

## Kurs Nr. 10

# Holzarbeiten für Kids und Jugendliche

Referent: Felix de Boeck (Schreiner, Gruppenleiter Lebenshilfe)

In diesem praxisorientierten Workshop könnt ihr kreative und einfache Holzprojekte entdecken, die sich gut mit Kids und Jugendlichen umsetzen lassen. Wir arbeiten mit verschiedenen Werkzeugen, probieren kleine Werkstücke aus und besprechen Sicherheit, Material und Gruppengestaltung. Ziel ist es, neue Ideen für die Jugendarbeit zu entwickeln, die Spaß machen und leicht umzusetzen sind. Werkzeug und Material wird gestellt. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

## Kurs Nr. 11

# Nachhaltigkeit in der Jugendarbeit

Referentinnen: Domenika Mihm (Erzieherin, ehrenamtliche Betreuerin Kinderfeuerwehr), Philomena Mihm (Erzieherin, ehrenamtliche Betreuerin Kinderfeuerwehr)

Anhand einer Gruppenstunde mit dem Schwerpunkt „Umweltschutz, Klimaschutz, Tierschutz“ stimmen wir uns auf das Thema ein. Anschließend gehen wir in den Austausch. Ihr erfahrt, wie ihr den Kindern und Jugendlichen Nachhaltigkeit spielerisch näherbringt und wie ihr die Jugendarbeit nachhaltig organisieren und gestalten könnt.

## Kurs Nr. 12

# Prozesse und Dynamiken in Gruppen – erkennen und beeinflussen

Referent: Markus Till (Dipl. Pädagoge in der Eltern-, Jugendlichen- und Erziehungsberatung Caritasverband Rhön-Grabfeld)

Eine Gruppe zu leiten ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Oft laufen Prozesse ab, die manchmal nicht leicht zu durchschauen sind. Der Workshop beleuchtet verschiedene Einflussfaktoren, wie z.B. die unterschiedlichen Phasen der Gruppenbildung oder den verschiedenen Rollen. Im Mittelpunkt stehen Fragen nach der Rolle und dem Einfluss der Gruppenleitung auf die gruppendifamischen Prozesse: Wie gehe ich mit schwierigen Situationen um? Welche Interventionen gibt es, die hilfreich sein können?

## Kurs Nr. 13

# Selbstverteidigung und Gewaltprävention

Referent: Denny Krüger (Leitung Extreme Arts Academy Haßfurt, Trainer Kickboxen, Boxen, MMA, Fitness, Geprüfter Fitnesstrainer A-Lizenz, Krav Maga Black Belt/ Security Instructor)

Dieser Kurs soll hilfreiche Verteidigungstechniken für den Ernstfall sowie mehr Selbstsicherheit in unangenehmen Situationen vermitteln. Die Teilnehmenden erlernen hier einfache, effektive Techniken zum Selbstschutz, die auch gegen überlegene Angreifer wirkungsvoll sind. Darüber hinaus werden die rechtlichen Hintergründe in Notwehrsituationen erläutert, sowie unter dem Punkt Gewaltprävention verschiedene Möglichkeiten aufgezeigt, wie Gefahren rechtzeitig erkannt und im besten Fall vermieden werden können.

## Kurs Nr. 14

# Grenzen erkennen – Grenzüberschreitungen vermeiden

Referentin: Ramona Dinkel (Sozialpädagogin B.A., kja Main-Rhön)

Was ist eine Grenzüberschreitung und woran erkenne ich sie? Wo werden im Alltag mit Kindern und Jugendlichen Grenzen überschritten und was hat das mit mir zu tun? Welche Rolle spielt dabei sexualisierte Gewalt? Diese und weitere Fragen möchten wir gemeinsam besprechen. Es erwarten euch Zahlen, Daten und Fakten rund um das Thema sexualisierte Gewalt im Alltag und Internet und wir erörtern präventive Maßnahmen im Rahmen der Jugendarbeit.

## Kurs Nr. 15

# Stammtischparolen und Rechtspopulismus – Strategien für konstruktive Dialoge

Referentin: Lea Hattenbach (Bildungsreferentin Bezirksjugendring Unterfranken)

In diesem Workshop werfen wir einen Blick hinter die Mechanismen populistischer Rhetorik: welche Muster, Tricks und Vereinfachungen stecken dahinter und warum wirken sie so überzeugend – ob in politischen Debatten oder am sprichwörtlichen Stammtisch? Gemeinsam lernen wir, populistische Aussagen zu erkennen und einzuordnen. Anschließend erarbeiten wir praktische Strategien, um souverän und konstruktiv darauf zu reagieren, ohne in festgefahrenen Diskussionen abzurutschen.

## Kurs Nr. 16

### Kreative Nagelbilder gestalten

Referent:innen: Stefan Graser (ehrenamtliche Fahrtenleitung der Kommunalen Jugendarbeit), Sarah Schmitt (ehrenamtliche Fahrtenleitung der Kommunalen Jugendarbeit)

Gemeinsam gestalten wir mit Holzbrett, Nägeln und buntem Garn kleine Kunstwerke, die Kreativität fördern und grundlegende handwerkliche Fähigkeiten vermitteln. Du lernst Schritt für Schritt, wie du Nagelbilder sicher anleitest und welche Materialien sich besonders gut dafür eignen.

## Kurs Nr. 17

### Umgang mit belasteten Jugendlichen

Referent:innen: Laura Kramer (Safelane, Streetwork für Jugendliche, Kidro e.V.), Christian Fenn (Streetwork für Erwachsene, Kidro e.V.)

In der Jugendarbeit stößt man immer wieder auf Jugendliche, die Drogen konsumieren, häusliche oder sexuelle Gewalt erfahren oder auf andere Art und Weise belastet sind.

Plötzlich ist man mit Themen konfrontiert, auf die man aus dem Alltag heraus wenig Antworten geben kann. In diesem Workshop soll es darum gehen Methoden kennenzulernen, wie ihr auf solche Situationen antworten könnt. Dabei erklären wir auch, welche Beratungsstellen es gibt.

## Kurs Nr. 18

### Aufstrich-Express

Referentinnen: Katharina Keller (Kunstlehrerin, ehrenamtliche Jugendleiterin der Kommunalen Jugendarbeit), Caroline Loesenbeck (ehrenamtliche Jugendleiterin der Kommunalen Jugendarbeit)

In diesem Workshop zaubern wir gemeinsam leckere, einfache Aufstriche, die jede Brotzeit auf Freizeiten und Zeltlagern aufwerten. Mit wenigen Zutaten und ohne großen Aufwand entstehen vielseitige Aufstriche, die Abwechslung auf den Tisch bringen.

## Kurs Nr. 19

### Die Wahrheit ist ein Chamäleon

Referent: Mirko Zeisberg (Medienfachberatung, Bezirksjugendring Unterfranken)

Im digitalen Raum verschwimmen die Grenzen zwischen Realität und künstlich erzeugten Inhalten zunehmend. KI-generierte oder von Menschen gemachte Texte, Bilder oder Videos – die Unterscheidung wird immer schwieriger. In diesem Workshop lernen wir Methoden zur Analyse und Bewertung von Online-Inhalten kennen, um Fake, Manipulation und Inszenierung besser zu erkennen und kritisch einordnen zu können.

## Kurs Nr. 20

### Zuschuss-Info über die KJR-Mittel der Landkreise RG und KG

Referentinnen: Mona Voll (KJR-Geschäftsführerin RG), Katharina Kowalski (KJR-Geschäftsführerin KG)

- Was wird bezuschusst und wie wird ein Antrag korrekt gestellt?
- Zuschusshöhe, Antragsverfahren und Voraussetzungen

Die Grundlagen der Förderrichtlinien des KJR Rhön-Grabfeld und des KJR Bad Kissingen sind vergleichbar. Aus diesem Grund erläutern wir euch diese zunächst in der großen Gruppe. Damit spezifische Informationen und Rückfragen zu den Förderrichtlinien der einzelnen Kreisjugendringe möglich sind, teilen wir die Gruppe im Anschluss.