

Radi

DAS RADINFORMATION SHEFT

22/2024

Soli
jugend
Bayern

Inhalt

Editorial	3	Jubiläum	
		45 Jahre Solijugend Bayern	14
		Interview mit Richard Salvermoser	15
		Geschichte der Solijugend	15
		Wir sind die Soli	16-17
Verbandsarbeit		Mitmachen	
Aus dem Verband	4-5	Saisonales Obst & Gemüse	18-19
Frühjahrsfreizeit	6-7	Zwiebeln anbauen	20
Winterfreizeit	8	SOLI-Rätsel mit Gewinnspiel	21
Europäischer Solidaritätskorps	9		
Interview mit Nathalie Stinauer	10	Soli & Radi	
Aus dem Bundesverband	12-13	Ausmalbild	22-23

Impressum – Ausgabe 22/2024

Inhaber und Verleger

Solijugend Bayern
Landesgeschäftsstelle
Wotanstr. 86
80639 München

Tel. 089 381 560 02
E-Mail: info@solijugend-bayern.de
Internet: www.solijugend-bayern.de

Vorsitzender: Matthias Salvermoser
Redaktion (V.i.S.d.P.)
Landesgeschäftsstelle

Druck

WIRmachenDRUCK GmbH
www.wir-machen-druck.de

Auflage

250 Exemplare

Erscheinungsweise

3-4x jährlich

Hinweis

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Redaktion behält sich das Recht vor, eingesandte Artikel zu kürzen.

Bilderverwendung

Alle verwendeten Bilder von pixabay.com sind für kommerzielle Nutzung freigegeben.

Editorial

Liebe Leser:innen des RADIs,

der Frühling ist da, alles blüht und duftet. Unser RADI erscheint pünktlich noch vor den Pfingstferien. In dieser Ausgabe geben wir euch ein paar Einblicke in die Geschichte der Solijugend, denn wir feiern dieses Jahr ein Jubiläum!

Unsere **Winterfreizeit** fand wie jedes Jahr in der ersten Januarwoche in Marquartstein statt. Es fanden sich junge und junggebliebene Mitglieder in der Jugendherberge Sonnenhof zusammen und hatten ein paar schöne winterliche Tage verbracht.

Auch unsere **Frühjahrsfreizeit** in Rothenburg ob der Tauber am letzten Wochenende im April war ein voller Erfolg. 50 Teilnehmer:innen schlenderten durch die mittelalterliche Kleinstadt und erlebten so die vergangene Zeit. Das Wetter spielte gut mit - Sonne pur. Da durfte ein leckeres kühles Eis nicht fehlen!

Auf den Seiten 4 - 5 sowie 12 - 13 erwarten euch wichtige Informationen aus der bayerischen und bundesweiten **Verbandsarbeit**.

In dieser Ausgabe fangen wir an, euch Sportler:innen aus der Soli und deren Sportart vorzustellen. Als erste wurde die Rollkünstlerin Nathalie Stinauer aus Bruckmühl befragt. Das **Interview** findet ihr auf der Seite 10. Wollt ihr auch eure Sportart und Sportler:innen aus eurem Verein bzw. eurer Sportgruppe vorstellen? Dann meldet euch doch bei uns!

Im Juni werden alle Fußball-Fans vor den Fernseher oder im Biergarten mit der deutschen Nationalmannschaft mitfiebern! Die Solijugend Bayern bereitet wieder ein tolles **EM-Fußball-Tipp-Spiel 2024** für euch vor. Einfach anmelden, mitfiebern, Tipps abgeben und gewinnen! Mehr dazu findet ihr auf der nächsten Seite.

Solijugend

Bayern



Genau vor 45 Jahren wurde die Solijugend Bayern gegründet. Das **45. Jubiläum** wird beim diesjährigen internationalen Jugendlager in bayerischen Pocking gefeiert. Die Kurzgeschichte der Solijugend könnt ihr auf den Seiten 14 - 15 nachlesen.



Und wieder die **Spinne**. Sie versteckte sich auch in diesem RADI. Findet sie und gewinnt eine kleine Überraschung.

Nun wünsche ich euch viel Spaß beim Lesen, Mitmachen und Ausprobieren!

Matthias

Aus dem Verband

EM-Tipp-Spiel 2024



Die Fußball-EM 2024 in Deutschland steht vor der Tür! Es gibt wieder ein tolles Tipp-spiel für alle Solijugend-Fans.



pixabay.com

Tippt gemeinsam mit anderen Solijugend-Fans die Ergebnisse der Fußball-EM-Spiele 2024 und gewinnt eine kostenfreie Teilnahme an einem unserer coolen Bayernjugendwochenenden, einen fair produzierten Profi-Fußball oder ein Solijugend-Paket. Für mehr Informationen den QR-Code scannen.

Die Anmeldung ist bis 10. Juni 2024 möglich!

RADI mitgestalten

Unser RADI bietet viel Raum auch für eure Beiträge (z. B. ein Bericht über eine Aktion in eurem Verein oder Vorstellung eurer Sportler:innen).

Ihr könnt euch gern an der nächsten Ausgabe beteiligen. Schickt uns eure Beiträge (Text, Bilder in guter Qualität) einfach an info@solijugend-bayern.de



juleica
jugendleiter | in card

Die Jugendleiter:in-Card (JuLeiCa) ist der bundesweit einheitliche Ausweis für ehrenamtliche Mitarbeiter:innen in der Jugendarbeit. Sie dient zur Legitimation und als Qualifikationsnachweis der Inhaber:innen. Sie bringt auch die gesellschaftliche Anerkennung für das ehrenamtliche Engagement zum Ausdruck.

Für die Jugendarbeit gibt es mit der JuLeiCa eine qualitativ hochwertige Ausbildung für Ehrenamtliche – ein vergleichbares Qualifikationsinstrument für Ehrenamtliche gibt es in kaum einem anderen Bereich des ehrenamtlichen Engagements.

Für mehr Informationen
einfach den QR-Code scannen.



Die verschwundene Spinne

Die Spinne gibt nicht auf und ärgert uns immer weiter. Findest du sie? Irgendwo auf den nächsten Seiten hat sie sich versteckt!

Hast du die Spinne gefunden?

Sende uns einen Hinweis oder gleich ein Foto vom Fundort via WhatsApp oder E-Mail zu. Alle richtigen Hinweise werden belohnt!

E-Mail: info@solijugend-bayern.de

WhatsApp: 01525 42 83 219



Herbstfreizeit



4. - 8. September 2024 in Sudelfeld



Hüttenatmosphäre auf 1.200 m Höhe mit Blick auf den Wendelstein! Das erwartet euch in der Jugendherberge Sudelfeld in Bayrischzell bei unserer nächsten Bayernjugendfreizeit.

Wir werden viel Zeit draußen in der Natur verbringen und viele Spiele spielen. Freut euch auf ein spannendes und naturreiches Herbstwochenende in den Bayerischen Alpen.



Infokanal

Du bist bereits bei WhatsApp registriert? Dann bist du nur einen kleinen Schritt davon entfernt, um alle aktuellen Neuigkeiten von der Solidaritätsjugend Bayern zu empfangen.

- Was ist so los in der Solijugend-Welt?
- Welche Veranstaltungen stehen an?
- Wo geht es mit der Solijugend das nächste Mal hin?
- Sind noch Plätze frei?

Das und noch mehr erfährst du in unserer Solijugend-Bayern-WhatsApp-Gruppe! Über den neuen Infokanal der Solijugend Bayern erhältst du alle Neuigkeiten direkt auf dein Smartphone.

Möchtest du dabei sein und du bist mindestens 16 Jahre alt? Dann sende eine Nachricht mit „Start“ per WhatsApp an die

+49 1525 4283219

Anschließend werden wir dich in die Gruppe aufnehmen.



Frühjahrsfreizeit

26. - 28. April 2024 in Rothenburg ob der Tauber



Die diesjährige Frühjahrsfreizeit führte rund 50 begeisterte Teilnehmer:innen in die wunderschöne mittelalterliche Stadt Rothenburg ob der Tauber.

Nach der Anreise am Freitag und dem Beziehen der Zimmer in der **alten Rossmühle** lernten sich die Teilnehmer:innen aus den unterschiedlichen Ortsgruppen bei verschiedenen Spielen kennen.



Abschließend ging es wieder zurück zu der Jugendherberge zum gemeinsamen Abendessen. Im Anschluss haben alle zusammen den Abend bei gemeinsamen Spielen ausklingen lassen.

Am Sonntagmorgen war es dann auch schon wieder so weit, um die Koffer zu packen. Aber bevor es nach Hause ging, wurde noch eine **Stadt-Rallye** gemacht. Dabei wurde die Kinder in kleine Gruppen geteilt und konnte so noch mal die Stadt erkunden. Das war ein toller Abschluss von einem gelungenen Wochenende. Danach haben sich alle verabschiedet und freuen sich jetzt schon auf die nächste Freizeit!



Nach einer kleinen Stärkung durfte ein Besuch im berühmten Weihnachtsgeschäft **Käthe Wohlfahrt** nicht fehlen. Die Kinder konnten dabei fast 50 geschmückte Christbäume zählen.



Am Nachmittag wurde das großartige Wetter für einen Besuch auf einem großen **Spielplatz** genutzt. Hier wurde geklettert, gerutscht, geschaukelt oder sogar ein kleiner Bach gebaut. Danach konnten sich alle noch mal in der Jugendherberge etwas ausruhen, bevor es für alle in der Altstadt ein Eis gab.

Nach der kurzen Erfrischung ging es auf eine **Zeitreise**. Dabei wurden alle Teilnehmer:innen wieder in zwei Gruppen aufgeteilt und das Leben im Mittelalter nähergebracht. Hier konnte auch ein echtes Handwerkshaus aus dem Mittelalter mit einer kleinen Schusterkammer begutachtet werden.

Nach der kurzen Erfrischung ging es auf eine **Zeitreise**. Dabei wurden alle Teilnehmer:innen wieder in zwei Gruppen aufgeteilt und das Leben im Mittelalter nähergebracht. Hier konnte auch ein echtes Handwerkshaus aus dem Mittelalter mit einer kleinen Schusterkammer begutachtet werden.

Der Samstagvormittag startete für ein paar Kinder bereits vor 6 Uhr in der Früh. Nach dem gemeinsamen Frühstück wurden wir von zwei Stadtführerinnen abgeholt und in zwei Gruppen aufgeteilt. Bei den spannenden **Stadtführungen** lernten wir vieles über die mittelalterliche Stadt. Z. B. woher der Spruch kommt „Auf der Toilette Geschäfte abzuschließen“ oder wie früher Längenmaße bestimmt wurden. Am Ende der Stadtführungen trafen sich alle wieder am Marktplatz.



Winterfreizeit

in Marquartstein, 2. - 6. Januar 2024



Sonne, Schnee, Spaß – das war unsere alljährliche Skifreizeit in Marquartstein. Vom 2.-6. Januar fanden sich 24 junge und junggebliebene Mitglieder in der Jugendherberge Sonnenhof zusammen und hatten ein paar schöne Tage. Fast alle Teilnehmer hatten Ski und Snowboard bereit, um die Pisten unsicher zu machen.

Zuerst testete noch Jede:r sein eigenes Können in kleinen Gruppen aus und am Ende war es ein großes Vergnügen, als ganze Gruppe die Piste zu erobern. Klein und Groß hat aufeinander geschaut und hatte ihren Spaß, wenn jemand mal den Schnee getestet hat.

Nach den langen Skitagen und dem leckeren Abendessen freuten sich alle immer auf den Stuhlkreis mit gemeinsamen Aktivitäten. Nach den ersten Kennenlernspielen und Suchen nach dem Hütchen gab es auch eine Flachwitz-Challenge und die grauen Gehirnzellen wurden bei Denkaufgaben angeregt. Am Ende des Tages fielen alle müde und kaputt ins Bett und freuten sich auf den nächsten Schneetag.



Am ersten Tag konnten wir noch unsere Mittagspause in der Sonne genießen und die Wanderer auf der Sonnenalm treffen. Dann gab es zwar mehr Schnee, aber bei dem ungemütlichen Wetter haben wir uns lieber in die Hütte zum Mittagessen zurückgezogen und uns bei Kaiserschmarrn und Kasspatzn über unsere Erlebnisse ausgetauscht. Nach der Talabfahrt trafen wir uns noch zu einem heißen Kakao und Punsch in der Hütte am Fuße des Berges, wo die Fahrer schon auf uns warteten.



Wir hatten alle eine super Zeit und freuen uns jetzt schon auf das nächste Jahr.

Bist du dann auch dabei?



Europäischer Solidaritätskorps (ESK)

Freiwilliger Dienst im Ausland



Die Solidaritätsjugend Bayern erhielt im Jahr 2019 das **Qualitätssiegel für Freiwilligentätigkeiten im Europäischen Solidaritätskorps (ESK)** als Aufnahme- sowie Entsendeorganisation. „Das Europäische Solidaritätskorps ist eine großartige Chance für junge Menschen, sich freiwillig für ein soziales und vielfältiges Europa zu engagieren.“

Hast Du schon mit dem Gedanken gespielt, einen Freiwilligendienst im Ausland zu absolvieren? Bist du an einem Freiwilligendienst im Ausland interessiert?

Die Solidaritätsjugend Bayern bietet als Entsendeorganisation eine Möglichkeit, andere Länder, Kulturen und Menschen kennenzulernen und einen freiwilligen Dienst im Ausland zu absolvieren.

Für das Europäische Solidaritätskorps in Deutschland ist die Nationale Agentur verantwortlich. Hier kannst du alles rund um den Freiwilligendienst im Ausland nachlesen:
<https://www.jugendfuereuropa.de/>



Unser Projekt und alles, wofür die Solidaritätsjugend Bayern steht, ist auf dem Europäischen Jugendportal in der Europäischen Datenbank der anerkannten Projekte veröffentlicht und ist so für alle interessierten Organisationen/Institutionen und junge Menschen zugänglich.
https://europa.eu/youth/volunteering/organisations_de



EUROPÄISCHES SOLIDARITÄTSKORPS

Das Wichtigste im Überblick

- Zielgruppe - Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 18 bis 30 Jahre
- Dauer der Einsätze - 2 bis 12 Monate
- Taschengeld - 5€ /Tag (150€ /Monat)
- Sprachkenntnisse und Schulabschlüsse sind keine Voraussetzung
- Alle beteiligten Organisationen benötigen ein **Qualitätssiegel**
- Linguistic Support - Sprachkurse bereits vor der Abreise.
- Erstattung der **Reisekosten**

Gern beraten wir dich über das Europäische Solidaritätskorps. Telefonisch, via E-Mail oder in der Geschäftsstelle in München.

Tel.: 089 381 560 02

E-Mail: info@solijugend-bayern.de

Interview mit einer Rollkunstläuferin

Nathalie Stinauer, Rollkunstläuferin aus Bruckmühl

Seit wann machst du schon Rollkunstlauf und wie bist du dazu gekommen?

Ich fahr seit 9 Jahren. Bei uns gibt's jedes Jahr ein Showlaufen und das hab ich damals als Kind gesehen und wollte dann unbedingt mit Rollschuh anfangen.

Was ist das Schwerste beim Rollkunstlauf?

Ich würde sagen Pirouetten und Sprünge sind gleich schwer, aber das wirklich Schwierige allgemein ist die perfekte Mitte zwischen Spannung, Konzentration und Eleganz zu finden.

Findest du Kür oder Pflicht schöner und warum?

Ich persönlich finde Kür sehr viel schöner, da es eine größere Vielfalt an Übungen gibt und man meiner Meinung nach mit einer Kür sehr viel mehr ausdrücken kann.



Was findest du an der Sportart so schön?

Es gibt keine wirklichen Grenzen und man kann dadurch immer wieder was Neues lernen und über sich selbst hinauswachsen.



Was war bisher dein größter Erfolg und hast du noch größere Ziele?

Für mich ist jede Meisterschaft immer wieder ein Erfolg.

Was findest du bei der Soli am schönsten?

Durch die ganzen Ausflüge, die von der Soli organisiert werden, lernt man immer wieder neue Menschen kennen und schließt neue Freundschaften. **Und jeder Ausflug, jede Reise ist immer wieder ein Abenteuer.**

Danke für das Interview.



Textildruck & Stick
aucerstore

SIEBDRUCK - STICKEREI - FLOCKDRUCK

Textilien inkl. Druck oder Stickerei ab 10 Stück. Express - Lieferzeit auf Anfrage

**MIT ABSTAND
DIE BESTEN!**

Solijugend

aucer store Textildruck und Stickerei - Toblacher Straße 17 - 86165 Augsburg
Mail: info@aucer.de Telefon: 0821 650 28 0

Fortbildung

„Kinderschutz im Ehrenamt“

Vom 16. bis 18. Februar fand in der Jugendherberge Heilbronn unsere Fortbildung „Kinderschutz im Ehrenamt – Grundlagen und Methoden“ statt. Im Mittelpunkt stand dabei die Prävention sexualisierter Gewalt in der Vereinsarbeit.

Wir haben uns mit den Grundlagen von Prävention sexualisierter Gewalt beschäftigt und den Teilnehmenden Werkzeuge und Methoden an die Hand gegeben, damit sie selbstsicherer mit diesem Thema umgehen und in ihrem Verein für mehr Schutz sorgen können.

Inhalte waren:

- Grundlagenwissen zum Thema Prävention sexualisierter Gewalt
- Gesetzliche Regelungen für Vereine und Ehrenamtliche
- Gefahren- und Potenzialanalyse
- Entwicklung von Schutzkonzepten



Es war ein intensives und lehrreiches Wochenende: Viele Diskussionen und Reflexionsprozesse wurden angestoßen und auch erste Elemente von Schutzkonzepten wurden erarbeitet. Unser Ziel, Ehrenamtlichen mehr Handlungssicherheit im Umgang mit diesem Thema zu geben, wurde also erreicht. Wir freuen uns, sie weiterhin zu begleiten, damit die Ortsvereine ein sicherer Ort werden, in dem alle Verantwortlichen sensibilisiert sind.

Vollversammlung von Youth for Exchange and Understanding (YEU)

Vom 30.11. bis 02.12. hatte die Solidaritätsjugend Deutschlands die Gelegenheit, an der Vollversammlung der Youth for Exchange and Understanding (YEU) in Brüssel teilzunehmen.

Der Dachverband vereint verschiedene international tätige Jugendorganisationen, um die Interessen der Jugendarbeit nicht nur auf nationaler, sondern auch auf europäischer Ebene zu vertreten. Darüber hinaus setzt sich YEU für die Förderung ehrenamtlicher Strukturen ein und bietet eine Vielzahl von Aktivitäten zur Aus- und Weiterbildung im Bereich der Jugendarbeit sowie Jugendbegegnungen an.

Die 60. Internationalen Jugendbegegnungen 27. Juli - 4. August 2024

Im Jahr 1965 fanden die ersten internationalen Jugendbegegnungen im baden-württembergischen Kirchheim/Teck statt.

Seitdem hat sich das Jugendlager zur wichtigsten und beliebtesten Maßnahme der Solijugend entwickelt und viele Generationen unserer Mitglieder begeistert: Eine gute Woche lang Musik, Kultur, Sport, interessante Workshops und spannende Ausflüge – und das alles zusammen mit anderen jungen Menschen aus Europa und Nordafrika.



Die Jubiläumsausgabe findet in Pocking statt, Anmeldungen sind ab sofort möglich. Die Solijugend freut sich auch über den Besuch von „Ehemaligen“, wenn das Jubiläum am Samstag, den 03.08., mit Livemusik und Co. gefeiert wird.

Ort: Wilhelm-Diess-Gymnasium, Pocking

Preis:

- 230 EUR - Mitglieder bis 26 Jahre
- 250 EUR - 27 Jahre und älter
- 345 EUR - Nicht-Mitglieder

Anmeldefrist: 3. Juni 2024

Anmeldung:

unter www.solijugend.de/anmelden
oder

QR-Code scannen
und direkt anmelden.



Nach mehreren Jahren als beobachtendes Mitglied haben wir in diesem Jahr einen Antrag auf Vollmitgliedschaft gestellt, der durchweg positiv aufgenommen wurde. Mit der Zustimmung zur Vollmitgliedschaft sind wir nun offiziell Teil der YEU-Familie und können auf aktive und verlässliche internationale Strukturen zurückgreifen.

Wir freuen uns darauf, als Vollmitglied einen aktiven Beitrag zu YEU leisten zu können und die gewonnenen Erkenntnisse in unserer Jugendarbeit zu integrieren.

Solijugend Bayern feiert Jubiläum



45 Jahre Solijugend Bayern

Im April 1979 wurde die Solijugend Bayern im mittelfränkischen Mimberrg gegründet. Hier ist eine kurze Geschichte des Verbands.

Damals war es ein Verbund aus den Landesverbänden Nord- und Südbayern. Dieses Konstrukt blieb bis ins Jahr 2012 bestehen.

Aber das heißt nicht, dass in der Bayernjugend nichts gemacht worden ist. Lange Zeit gab es Zeltlager, die Winterfreizeit oder auch ein Landesquiz.

Seit 2012 finden regelmäßig die beliebten Freizeiten im Frühjahr und Herbst statt.

Mit der Solijugend Bayern ist man auch schon außerhalb von Bayern unterwegs gewesen. Eine Delegation reiste im Jahr 2016 in den Kosovo, um dort unseren Partner zu besuchen. Auch im Jahr 2017 wurde ein Partner in Slowenien besucht.



Das Gründungsprotokoll vom Jahr 1979.

In den 45 Jahren ist bei der Solijugend Bayern einiges passiert. Viele ehemalige, aber auch aktuelle ehrenamtliche Mitglieder der Bayernjugendleitung können vieles erzählen.

Alle spannende Geschichten und Erzählungen warten auf euch in den nächsten Ausgaben des RADIs.

Interview mit Richard Salvermoser



Richard Salvermoser, ehemaliger Bayernjugendleiter und immer noch aktiver Mitglied in der Solijugend und Beisitzer beim RKB Solidarität. Am 21. April 2024 stellte Matthias Salvermoser, aktueller Bayernjugendleiter, einige Fragen und nahm seinen Vorgänger richtig unter die Lupe.

Wann hattest du den ersten Kontakt mit der Bayernjugend?

Am 31. März 1979 bei der Gründungsversammlung der Bayernjugend.

Warst du mal in der Bayernjugendleitung? Falls ja, wie lange?

Von 1997 bis 2000 als Beisitzer (Freizeit Süd).

Von 2009 bis 2015 als Bayernjugendleiter.

Was sind deine schönsten Erinnerungen an die Bayernjugend?

Der Bayernjugendtag 2015 in Herzogenaurach, als sich die Bayernjugendleitung sehr verjüngt hat und einen Alterskodex eingeführt wurde.

Welche Veranstaltung hat dir am besten gefallen?

Die Bayernjugendbegegnungen, da sich viele Jugendliche aus verschiedenen Bezirken treffen.

Was wünschst du der Bayernjugend für die Zukunft?

Das sich in Zukunft alle Bezirke der Solijugend Bayern an den Veranstaltungen der Bayernjugend mit einbringen.

Geschichte der Solijugend

Der Arbeiter Rad- und Kraftfahrtbund „Solidarität“ (ARKB, später nur noch RKB) hatte es im Jahr 1930 zum größten Radfahrverband der Welt gebracht. Nach der Machtergreifung drei Jahre später wurde der ARKB durch das NS-Regime verboten. Es folgte die Zerschlagung des Verbandes. Einige Funktionäre und Mitglieder wurden verhaftet und in Gefängnissen bzw. Konzentrationslagern untergebracht. Das Vermögen des Verbandes sowie sämtliche Eigentümer wurden beschlagnahmt.

Nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs setzten sich ehemalige Mitglieder für einen Wiederaufbau des ARKB Solidarität ein. So kam es am 1. Juli 1949 zum ersten westdeutschen Bundestag mit Teilnehmer:innen aus Vereinen der US-amerikanischen und der britischen Zone. Auf diesem Bundestag schuf man einen Bundesjugendausschuss mit einem Bundesjugendleiter, damals Albert Röder aus Hannover, als Vorsitzender. Die Jugend war damals noch voll im Erwachsenenverband eingegliedert.

Im August 1954 wurde die Solidaritätsjugend durch die Verabschiedung eigener Richtlinien von über 100 Jugendleiter:innen ein eigenständiger Jugendverband. Dies wurde ein Jahr später auf dem Bundestag des ARKB auch anerkannt.

Im April 1979 wurde die Solidaritätsjugend Bayern im Soliheim des ASV Nürnberg in Mimberrg gegründet.

Wir sind die Soli



Soli
jugend
Bayern



Saisonales und regionales Obst und Gemüse

Es ist nicht schwer, saisonal einzukaufen und zu kochen.

Ein Blick in den **Saisonkalender** kann bei der Orientierung helfen, denn nicht jedes Obst und Gemüse ist das ganze Jahr über frisch verfügbar. Je kürzer die Transportwege, desto frischer und auch gesünder sind Obst und Gemüse. Je länger der Weg, desto mehr gesunde Inhaltsstoffe und Vitamine gehen verloren. Auch eine niedrigere CO2-Bilanz spricht definitiv dafür, regional und saisonal einzukaufen.

Wir haben euch eine Übersicht zusammengestellt, welches Obst und Gemüse aus Deutschland in den nächsten Monaten Saison hat.



pixabay.com



pixabay.com



pixabay.com

Mai

Gemüse

- Spargel
- Rhabarber
- Champignons
- Spinat
- Radieschen
- Porree
- Möhren
- Kohlrabi
- Blattsalat
- Tomaten
- Bärlauch
- Radicchio
- Gurken
- Blumenkohl
- Erbsen
- Brokkoli
- Aubergine

Obst

- Erdbeeren

Juni

Gemüse

- Spargel
- Rhabarber
- Champignons
- Spinat
- Radieschen
- Porree
- Möhren
- Kohlrabi
- Salate
- Tomaten
- Bärlauch
- Radicchio
- Blumenkohl
- Erbsen
- Brokkoli
- Fenchel
- Rote Beete
- Rettich
- Spitzkohl
- Kartoffeln
- Stangensellerie
- Rucola
- Bohnen
- Gurken

Obst

- Erdbeeren
- Stachelbeeren
- Johannisbeeren
- Brombeeren
- Kirschen
- Blaubeeren
- Himbeeren

Juli

Gemüse

- Radieschen
- Porree
- Spinat
- Blumenkohl
- Erbsen
- Spitzkohl
- Kartoffeln
- Gurke
- Möhren
- Kohlrabi
- Radicchio
- Brokkoli
- Fenchel
- Stangensellerie
- Rucola
- Tomaten
- Salate
- Zucchini
- Zwiebeln
- Rote Beete
- Rettich
- Bohnen
- Paprika
- Mangold

Obst

- Kirschen
- Johannisbeeren
- Himbeeren
- Erdbeeren
- Blaubeeren
- Aprikosen
- Stachelbeeren
- Pflaumen
- Mirabellen
- Brombeeren
- Pfirsiche



pixabay.com

Gemüse anbauen

Zwiebeln auf dem Balkon

1.

Tontöpfe mit einer Bürste säubern.

2.

Wenn du möchtest, kannst du deine Tontöpfe bunt bemalen.

3.

Das Loch im Tontopf deckst du am besten mit einem kleinen Gartenvlies ab.

4.

Fülle den Tontopf mit einem Gemisch aus Erde aus deinem Garten und Blumenerde aus dem Baumarkt. Drücke die Erde nicht zu fest in den Blumentopf, so können sich die Wurzeln gut ausbreiten.

5.

Samen oder in unserem Fall die Steckzwiebeln kannst du in einer Gärtnerei oder im Gartencenter oder sogar in einer Drogerie kaufen.

Die Steckzwiebeln drückst du ungefähr 3-5 cm tief in die Gartenerde. Halte ungefähr 10 cm Abstand zwischen den einzelnen Steckzwiebeln.



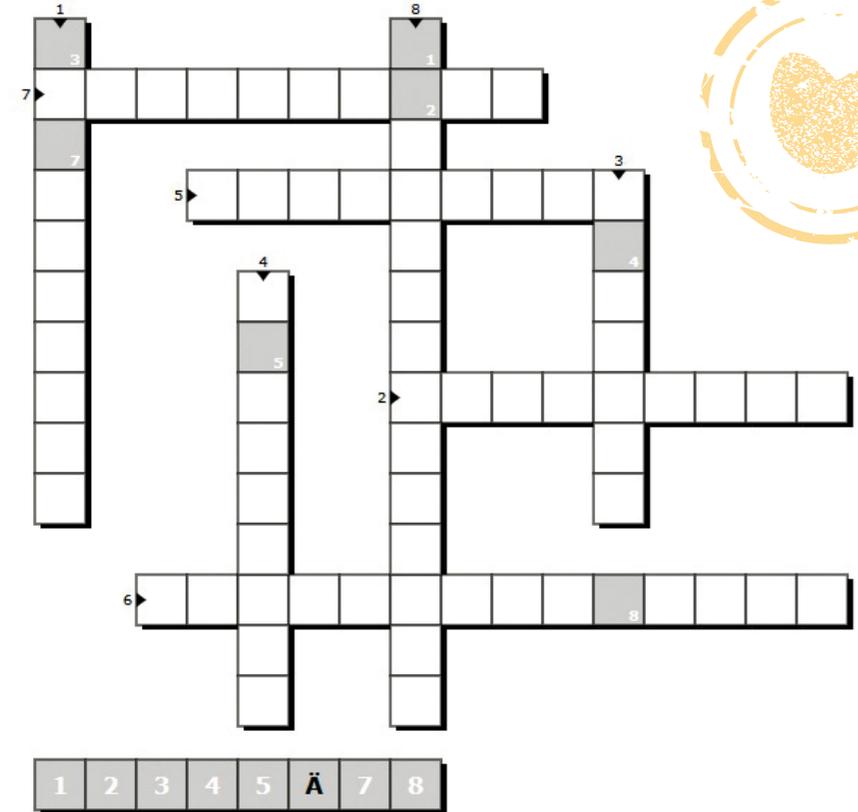
SOLI-Rätsel

mit Gewinnspiel

Rätseln und gewinnen! Einfach unseren RADI durchlesen und sofort losrätseln! Alle Fragen lassen sich mit Hilfe des aktuellen RADIs beantworten.

Hast Du das Rätsel gelöst? Dann sende uns das Lösungswort bis zum 30. Juni 2024 per WhatsApp an die **01525 42 83 219** oder via E-Mail an info@solijugend-bayern.de

Unter allen eingegangenen richtigen Lösungen verlosen wir **3 tolle Soli-Pakete!**



Fragen

1. Ein Gemüse, das im Mai, Juni und Juli geerntet wird.
2. Das erste Obst, das man im Jahr ernten kann.
3. Wo wurde die Solijugend Bayern gegründet?
4. In welches Land reiste eine Delegation der Solijugend Bayern im Jahr 2017?
5. Wo trafen sich die Teilnehmer der Skifreizeit zur Mittagspause am ersten Tag?
6. Eine Süßspeise, die gerne beim Skifahren gegessen wird.
7. Welche Veranstaltung wurde schon länger nicht mehr von der Landesjugend angeboten?
8. In was für einer Einrichtung hat die Frühjahresfreizeit stattgefunden?



Pflegetipp

Achtet auf die Jahreszeiten eurer Aussaat. Zwiebeln kannst du zwischen März und Juni pflanzen. Haltet die Erde immer feucht. Wenn sich die Blätter der Zwiebeln ablegen, sind die Zwiebeln erntereif – ca. Mitte August.



Diese RADI-Ausgabe wird gesponsort von

Textile-Druck & Stick
aucerstore

Solijugend
Bayern

Wotanstr. 86
80639 München

089 381 560 02
info@solijugend-bayern.de
www.solijugend-bayern.de