

Chnopf

Die Leiter*innen-Zeitschrift



jungwacht
blauring
zürich

3 - 2023

Im Kreis der Farben

In dieser Ausgabe

4

Persönlich

Willkommen in der AG Animation 4
Willkommen im Kursclub 5
Hoi Léonie! 6
Willkommen Adriano 7
Tschau Selina 8

9

Events

Fondueessen 9
Frühlingskurse 2024 10

11

Scharinput

Eine Jungwachtgeschichte 11

12

Im Kreis der Farben

Farbige Stoffkunst 12
Wie sehen wir Farben? 13
Farbenfabrik 16-17
Farbig in den Filmabend 18-19

14

S'Chrüsimüsi

20

Jubla Züri

Da seh ich schwarz! 20-21
Farbenblind? 22-23
Jubla Zürich Stiftung 24

25

HÄ?

Welche Farbe siehst du? 25-26

27

Adressliste und Agenda

Koordinaten Jubla Züri 27
Agenda 28

Titelbild: Spamamihä – Spaghettiteller-
malenmitdenHänden. Generiert mit
einer KI (Adobe Firefly).

Herausgegeben von

Blauring & Jungwacht Kanton Zürich
Chnopf-Redaktion
Birmensdorferstrasse 50
8004 Zürich

Tel.: 044 512 96 36
Homepage: www.jublazueri.ch
E-Mail: info@jublazueri.ch

Mitarbeitende

Freie Mitarbeitende und diverse
Personen aus den Arbeitsgruppen.

Redaktion

chnopf@jublazueri.ch
Flavia, Nicole, Leyla, Toto

Druck

Druckerei Sieber
Kemptnerstrasse 9
8340 Hinwil

Auflage

590 Exemplare
Erscheint alle 4 Monate

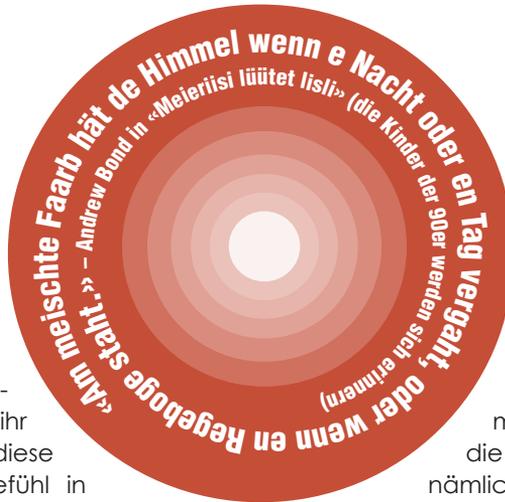
Im Kreis der Farben

Liebe Leserschaft

Text: Flavia

Habt ihr euch schon einmal überlegt, was alles nur schon mit dem Begriff «Farben» assoziiert wird? An welche Farbe denkt ihr zuerst? Was löst diese Farbe für ein Gefühl in euch aus? Oder wird die Farbwahl umgekehrt von eurer momentanen Gefühlslage beeinflusst? Spielt das Wetter eine Rolle? Die Jahreszeit? Gibt es Farben, mit denen ihr gar nichts anfangen könnt oder wiederum solche, die immer und immer wieder gehen?

Ist euch schon einmal aufgefallen, dass man Farben nicht wegdenken kann aus unserem alltäglichen Leben? Sprechen wir doch vom «Himmelblau» oder haben wir schon im Kindergarten gelernt, dass die Zitrone eben zitronengelb und nicht sonnengelb ist... Wir haben uns seit Generationen auf diese Begriffe geeinigt und wir wissen darum genau, wofür sie stehen. Das heisst also, dass Farben tief in uns und somit tief in der Gesellschaft und im Umgang miteinander verankert sind. Aus diesem Grund beginnen wir besser gar nicht damit, uns vorzustellen, wie das Leben ohne Farben aussehen würde – schade wärs ja sowieso!



Im vorliegenden Chnopf streifen wir verschiedene Aspekte rund um die Farben (beispielsweise die Farbwahrnehmung) und klären die Frage aller Fragen, nämlich: «Sehen wir alle Farben gleich?». Ebenfalls integrieren wir das Thema im Jubla-Alltag – macht euch also bereit für handfeste Tipps und Tricks für die nächsten Gruppenstunden. Eigentlich ja ganz passend, im farbigen Herbst...

Wir wünschen euch eine unterhaltsame Lektüre, vielleicht auf dem Sofa mit warmen Socken und einem Tee (na, welche Farbe kommt euch jetzt in den Sinn?) und freuen uns jetzt schon, euch im 2024 mit dem ersten Chnopf begrüßen zu dürfen.

Darf man jetzt schon frohe Weihnachten und einen guten Rutsch wünschen? Falls ja, dann wünschen wir euch das, falls nicht, dann behaltet den Wunsch für später!

Eure AG Kommunikation

Willkommen in der AG Animation



Name Alessia

Alter 22

Ausbildung Studium zur Primarlehrerin

Ehemalige Schar Jubla Greifensee-Nänikon

Ananas auf der Pizza?

Absolut nicht! Das wäre ein Skandal!

Was muss auf eine einsame Insel unbedingt mit?

Meine beste Freundin. Wir wären zwar beide komplett verloren, aber immerhin wäre es lustig :)

Was ist auf deinem Handy-Hintergrundbild zu sehen?

Passend zur Jahreszeit: gaaaanz viele Kürbisse

Wenn du ein Tier wärst, welches und warum?

Laut einem Test ist mein Spirit Animal das Reh. Aber ich muss sagen, ich wäre viel lieber ein Panda oder ein Faultier... Diese lieben das Schlafen genauso wie ich und chillen einfach ihr Leben. Davon sollte ich mir eine Scheibe abschneiden.

Was möchtest du einmal erleben?

Ich möchte unbedingt noch mehr von der Welt sehen. Vielleicht geht's ja mal auf eine Weltreise...

Du und die AG Animation

Welche Figur möchtest du unbedingt mal in einen Anlass einbauen?

Die Schlümpfe!

Wenn du an der nächsten Sitzung Z'Night kochst, was gibt es?

Ich würde eine super feine Zitronenpasta machen mit Pouletfleisch dazu

Willkommen im Kursclub



Name Isabelle

Ehemalige Schar Jubla Rüti-Tann-Dürnten

Lieblingsfarbe hmmm, das wechselt immer wieder... momentan olivgrün

Was ist typisch Jubla Rüti-Tann-Dürnten?

Dass wir eine fancy Solardusche haben und dass sie die schönste Schar ist.

Welche Farbe könnte man aus der Palette streichen?

Kennt ihr die grässlichen Weihnachtsbeleuchtungen? Die, die so knallig sind? Genau diese grellen Farben könnte man streichen.

Was machst du sonst noch in deiner Freizeit?

Als ich die SL in meiner Schar abgab, hatte ich plötzlich viel Zeit und wusste zuerst gar nicht so recht, was ich mit meiner neuen Freizeit anfangen soll... Jetzt habe ich wieder Zeit zum Klavier spielen, in den Gesangsunterricht zu gehen, Sudoku und Bimaru zu lösen und analoges Solitäre (Patience Karten) zu spielen und natürlich Zeit in der Natur zu verbringen.

Welcher war dein bester Kurs und wieso?

GK 23, es war ein geiler Kurs mit geilen TNs und der noch geilere Kulei. Das Motto und die Gruppendynamik war absolut #szenebisdü und es gab so viel gute Insider wie: „de Tisch weg bumse, baguetteböden oder isch das Wasser pur?“ Ach es war herrlich und es gab sehr viele gute Lacher.

Was bringst du an eine Kursclub-Sitzung zum Essen mit?

Lebensmittel: Kartoffeln, alles mit Kartoffeln finde ich der absolute Hammer. Und ein Gericht: Röstli (wenn nicht alle anwesend sind, sonst muss ich viel zu viel machen) oder vegetarische Paella.

Wie lautet dein Slogan, um Kurse in der Jubla zu besuchen?

Kürs sind absolut geil, da lernsch viele witeri Lebensfründe in dinere Umgebige kenne und du wirsch vieli Aha-Moment erläbe, drum go go go meld dich für Kürs a.

Hoi Léonie!



Name Léonie Krapf

Alter 24i

Beruf Biologin

Ehemalige Schar Blauring St. Konrad

Da bin ich ganz typisch Kind des Blaurings St. Konrad

Der Singsong ist am besten mit alten Lagerliedern und Schoggibanane

Drei Worte, die ganz und gar nicht zu mir passen

Schokoladenhasserin, angeberisch, Filmkennerin

Das beste Buch, das ich gelesen habe

Harry Potter und der Stein der Weisen, es ist einfach eine Welt zum Eintauchen...

Diesen Film könnte ich

immer wieder sehen

Hidden Figures

Meine aktuellen top drei Songs

Abendkleider und Nadelstreifen, Schmyt
Chérie, Aya Nakamura
Members only, Nothing but Thieves

Meine Aufgabe in der AG Kommunikation und worauf ich mich am meisten freue

Momentan helfe ich gerade da, wo Hilfe gebraucht wird. Da kommt aber sicher noch mehr :) Am meisten freue ich mich wieder aktiv in der Jubla dabei zu sein.

Liebe Léonie - schön hast du den Weg zu uns gefunden! Wir freuen uns sehr, dass du die AG Kommunikation komplettierst!

Willkommen im Kursclub, Adriano



Name Adriano

Ehemalige Schar Jubla Thalwil

Lieblingsfarbe Blau

Was ist typisch Jubla Thalwil?

Die allerschönsten Lagereindrücke und die Begeisterung, laufend Neues zu probieren.

Welche Farbe könnte man aus der Palette streichen?

Eine von olivgrün rgb(128, 128, 0) und dunkel olivgrün rgb(85, 107, 47) muss gehen.

Was machst du sonst noch in deiner Freizeit?

Laut den letztjährigen GK-Teilnehmenden kann man ein Hobby nur in einem Verein ausüben. Daher bin ich neben der Jubla professionell hobbylos. Ansonsten beschäftige ich mich mit den üblichen Verdächtigen: lesen, Sport und lachen.

Welcher war dein bester Kurs und wieso?

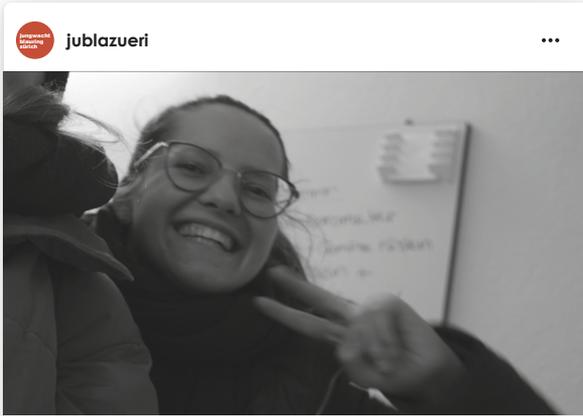
GK 2023, weil das Wetter traumhaft geföhnt wurde und ich definitiv nicht von allen guten Geistern verlassen bin.

Was bringst du an eine Kursclub-Sitzung zum Essen mit?

Definitiv nichts mit Kartoffeln... Denn je mehr Äplermaggronen man isst, desto mehr Kartoffeln isst man. Und je mehr Kartoffeln man isst, desto weniger Äplermaggronen isst man. Folglich je mehr Äplermaggronen man isst, desto weniger Äplermaggronen isst man. Lässt man die Kartoffeln weg, so hat man das Problem nicht mehr. Darum gibt's Pizza, Pasta oder Äplermaggronen ohne Kartoffeln.

Wie lautet dein Slogan, um Kurse in der Jubla zu besuchen?

Mehr ist weniger und ich bin mit weniger mehr zufrieden als mit mehr.



jublazueri ...

❤️ 💬 📌

jublazueri Liebe Selina
Die AG Kommunikation ohne dich, insbesondere die sozialen Medien, sind für uns zugegebenermassen schwer vorstellbar. Seit einer gefühlten Ewigkeit! warst du einfach immer da und hast mit deinem enormen Wissen rund um Insta und Co. (hast du dir das eigentlich angeeignet oder können das einige einfach?) nicht nur unsere AG tatkräftig unterstützt, sondern hattest auch für Fragen von Scharen immer ein offenes Ohr oder hattest Tipps und Tricks, wie man z.B. Werbung noch effektiver schalten kann.

Dein Erbe ist riesig: Den Adventskalender, das Glettbrett, die Selbstverständlichkeit, auch ausserhalb von PR Aufgaben zu übernehmen, und nicht zu vergessen, dass du manchmal als einzige ein Tupperware für die Resten nach der Sitzung dabei gehabt hast! Liebe Selina, wir möchten uns von ganzem Herzen für die schönen letzten Jahre bedanken. Für deine Zeit, deine gute Laune, dafür, dass du oft einen langen Weg auf dich genommen hast, um an den Sitzungen dabei sein zu können. Wir wünschen dir für deine Zukunft Zeit für dich, Glücksmomente an der Seite besonderer Menschen, viel Erfolg in deiner beruflichen Zukunft und nicht zu Letzt immer mal wieder jublastische Begegnungen mit deinen Lebensfreunden.

Mach's guet Selina, und fallsd ois mal chunsch go bsueche, vergiss dis Tupper nöd, für dich hemer immer Reschte!

dini AG Kommunikation

1 Ewigkeit wird definiert als das Verbleiben in der AG Kommunikation von grösser gleich vier Jahren
(Quelle: AG Kommunikation, 2023)



Alle Jahre wieder

Fondueessen

Wann?

Samstag, 13.01.2024

Wo?

St. Peter und Paul

Was?

Für Brot und Spiele ist gesorgt (und Käse!).
Die weiteren Zutaten zum Pimpen deines
Fondues bringst du selbst.

Jetzt anmelden!

auf db.jubla.ch

Juhu, Frühlingskurse!

Bald geht's wieder los!

Text: Franziska Schwarzenbach

Das letzte Kursloch ist erst gerade so verdaut. Seid ihr bereit für das Nächste? Ab in die Frühlingskurse 2024! Wir freuen uns, euch nächstes Jahr wieder zwei GLKs, einen SLK und einen GK anzubieten. Und wir freuen uns auf euch!



Willst du...

...neue Lebensfreunde kennenlernen?

...eine Woche lang viel zu wenig schlafen, ohne dass du im Sola bist?

...dich in Lagersport/Trekking weiterbilden?

...etwas Gutes für deine Schar tun?

...Punkte sammeln?

...mit einer neuen J+S-Anerkennung nach Hause kommen?

...dein Wissen und Können auffrischen und erweitern?

...zweimal am Tag richtig Hunger haben, weil du so viel erlebt hast?

...lachen, bis dir der Bauch weh tut?

...Inspiration für Gruppenstunden und Lager erhalten?

...dein Netzwerk erweitern?

...Jubla-Momente einfangen?

Jetzt anmelden!

auf db.jubla.ch

Dann nichts wie los in die Frühlingskurse 2024! Melde dich ab dem 1. November (und bis zum 15. Januar 2024) an und sichere dir deinen Platz für eine unvergessliche Woche!

Wir freuen uns auf dich!

Eine Jungwachtgeschichte

über Lebensfreu(n)de

Text: Stefan Widmer

Als älterer Jubla-Fan und ehemaliger Jungwächter Jahrgang 1955 habe ich eine selbst erlebte Geschichte zu erzählen. Ich musste kürzlich ins Spital Horgen für eine ernsthafte Operation eintreten. Nach der Operation wurde ich mit dem Bett in ein Viererzimmer geschoben. Wie es so ist, man kommt ins Gespräch mit den Zimmernachbarn: Woher kommst du, was hattest du für ein gesundheitliches Problem und natürlich, wie heisst du?

Mein direkter Bettnachbar interessierte mich sehr, merkte ich doch, dass er nur ein Jahr älter war als ich, und er erzählte, dass er seine erste Jugendzeit in Thalwil verbracht hat. Nun war meine Neugierde geweckt und ich meinte, wir müssten uns in der Schule doch irgendwann begegnet sein. Doch alles Suchen nach Namen von Mitschülern oder Lehrern führte zu Nichts. Und trotzdem hatte ich das Gefühl, dass seine Art und Weise zu sprechen oder Mimik und Gestik mir etwas bekannt vorkam.

Dann kam mir die zündende Idee: «Warst du etwa in der Jungwacht?»

Sofort kam die Antwort von ihm: «Ja, da war ich dabei!» Nun tauschten wir Namen und Begebenheiten aus, und wir stellten fest, dass wir in der gleichen Jungwachtgruppe waren. Wir hatten auch andere gute Gespräche und fragten uns jeden Morgen gegenseitig nach unserem Befinden und Wünsche.

Als ich dann aus dem Spital entlassen wurde, nahm ich als Erstes mein Jubla-Freundschaftsbuch in die Hände. Ich habe dieses Buch als Geschenk von der Jubla-Thalwil erhalten, als ich in Thalwil als Sigrist pensioniert wurde. In diesem Buch habe ich ein Foto von meiner Jungwachtgruppe um ca. 1965 eingeklebt. Unter dem Foto hatte ich neun von zehn Jungwächtern einen Namen hingeschrieben.

Bei einem Jungwächter wusste ich einfach den Namen nicht mehr.

Nun, nach meinem Spitalbesuch konnte ich mit grosser Freude den fehlenden Namen im Freundschaftsbuch eintragen.

Und ich dachte nach über das Motto der heutigen JUBLA: LEBENSFREU(N)DE.

Was für ein gutes Motto!



Jungwächter der Jubla Thalwil
im Sommerlager 1971



In diesem Artikel dreht sich alles um Stoff und Farben und was ihr damit in einer Gruppenstunde machen könnt!

Text: Leyla
Bild: Ann H

Wenn man so durch die Strassen läuft und den schönen Graffiti bezeugt, passiert es schnell, dass man Lust bekommt, selber eines zu sprayen. Wenn man aber einen Eintrag ins Strafregister vermeiden will, ist das keine gute Idee. Aber zum Glück gibt es Alternativen! Alles, was man dazu braucht, ist ein altes Stofftuch, Spraydosen und Plastik, um den Raum abzudecken. Bei gutem Wetter kann man das Ganze auch draussen machen. Wenn alle Oberflächen abgedeckt sind, wird das Tuch gespannt, aufgehängt und schon kann der Spass beginnen! Es kann nun, wie bei einem normalen Graffiti an der Wand, gesprayed werden. Das Stofftuch hat auch den Vorteil, dass man es an verschiedenen Orten aufhängen kann. Dadurch eignet es sich als neue Gruppenfahne.

Falls man das Graffiti nicht behalten möchte, kann man auch mit Kreide Graffiti an Gebäudemauern malen. Wichtig ist nur, dass die Malerei an einem Ort stattfindet, an welchem die Kreide vom Regen wieder weggespült werden kann.

Aber nicht nur Graffiti lassen sich mit Stoff und Farbe herstellen: Aus den Materialien kann man ausserdem auch neue Gruppen T-Shirts machen. Bestimmt kennt ihr schon einige Methoden, wie man dies machen kann, aber gerne stellen wir euch eine weitere vor. Dabei ist es wichtig, Kleider anzuziehen, die richtig farbig werden dürfen. Als Oberteil zieht man sich bestenfalls ein weisses T-Shirt an, das dann das Gruppenshirt wird. Ebenso wichtig ist es, die Methode draussen und weit weg von jeglicher Zivilisation auszuprobieren. Die Idee ist es nämlich, Wasserpistolen mit Acrylfarbe und Wasser zu mischen und damit auf die weissen T-Shirts zu zielen. Natürlich kann man dies auch in eine Wasserschlacht verpacken, jedoch wird die Sauerei dann um einiges grösser.

Wie sehen wir Farben?

Hast du dich schon einmal gefragt, wie wir überhaupt Farben sehen können? Oder umgekehrt, wieso man farbenblind sein kann? In diesem Artikel erhältst du die Antworten darauf.

Text: Nicole

Bild: Pexels

Zuerst einmal die Basics: Um Farben wahrnehmen zu können, nimmt das Auge Licht aus der Umwelt auf, übersetzt dieses in Nervenreize und leitet wiederum die Nervenreize mit Hilfe des Sehnervs an das Gehirn weiter. Dort entsteht dann die Farbwahrnehmung und wir erkennen beispielsweise das Gelb eines Postautos oder die verschiedenen Rottöne eines Sonnenuntergangs.

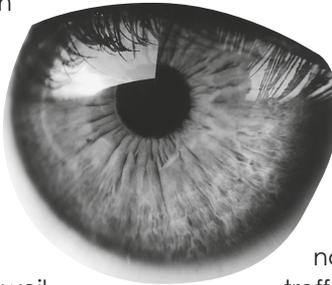
Dies funktioniert, weil das Innere unserer Augäpfel mit der Netzhaut (Retina) ausgekleidet ist, in welcher sich zwei Gruppen von lichtempfindlichen Zellen befinden: die Stäbchen und die Zapfen. Die Stäbchen sind für das Hell-Dunkel-Sehen (oder die Hell-Dunkel-Adaption) zuständig, und die Zapfen ermöglichen das Farbsehen.

Farben sind im Grunde nichts anderes als Licht von bestimmter Wellenlänge. Blaues Licht hat eine kurze Wellenlänge, grünes Licht eine mittlere Wellenlänge und rotes Licht eine

lange Wellenlänge. Für jede dieser drei Grundfarben existiert in der Netzhaut ein Zapfentyp, der durch Licht der entsprechenden Wellenlänge angeregt wird. Wird nur einer der Zapfentypen aktiviert, entsteht der Sinneseindruck der entsprechenden Farbe (Rot, Grün, Blau). Mischfarben, also alle anderen Farben, nehmen wir wahr, wenn zwei der drei Zapfentypen aktiviert sind. Gelb erkennt man beispielsweise, wenn die Zapfen für Rot und Grün aktiviert sind. Sind alle drei Zapfen aktiviert, entsteht die Wahrnehmung von Weiss.

Nicht alle Menschen können alle Farben im gleichen Mass wahrnehmen. Es kann sein, dass ein Zapfentyp fehlt oder nicht richtig funktioniert. Diesen Menschen fehlt dementsprechend die Wahrnehmung einer Farbe: Je nachdem welcher Zapfentyp betroffen ist, sind diese Menschen rot-, grün- oder blaublind. Menschen mit einer Rot- oder Grünblindheit fällt es beispielsweise schwer, die Farben Rot und Grün zu unterscheiden. Fehlen alle drei Zapfentypen oder sind alle drei in ihrer Funktion gestört, spricht man von echter Farbenblindheit. Dann sieht man nur Graustufen und Kontraste.

Nimmt es dich wunder, ob du farbenblind bist? Im Internet findest du zahlreiche Tests, die du machen kannst.



S'Chrüsümüsi

Weisheiten des Lebens
Punkt 21 Abschnitt 3:
Kürs sind cool.

QR Codes miteme Jublologo i de
Mitti sind genial! #AGCoaching4life

S'Chrüsümüsi



Ein Jubla-Lager-Chrüsümüsi sieht
gemäss KI ziemlich geordnet aus.

jubla.netz

Muesch öppis wüsse oder
bruchsch e jublastische Idee für e
Gruppestund? Denn ischs
jubla.netz genau s richtig für
dich!



Gan go stöbere über de QR-Code
oder: www.jubla.ch/jublanetz

Isch dini Jubla Karriere no ih vollem gange oder scho fertig und möchtisch wieder ganz vo vorne afange? Bide Jublinis? Mir sueched ä motivierti Leitigsperson wo bi eus dJublinis mitleite wür. Intresse?

Cool, meld dich bi info@jublaglattbrugg.ch.

Dis zuekünftige Leitugsteam vode Jubla Glattbrugg

Wänn de Toto d Sitzig vo de AG Kommunikation leitet, werded nur Spiiji gmacht #seriosarbeit

Wir brauchen mehr Chrüsimüsi!

Die Rubrik für alles

Das Chrüsimüsi kennt (fast) keine Beschränkungen - ihr gebt ein, wir drucken ab! Hat deine Schar neues Material gekauft und wäre bereit, dies an andere Scharen auszuleihen? Hast du im GK jemanden kennengelernt und möchtest ihr*ihm eine Nachricht schreiben? Suchst du Hilfe bei einem Anlass? Gibt es sonst etwas, was du unbedingt der Jubla Züri mitteilen möchtest? Dann ab damit ins Chrüsimüsi! Ganz nach dem Motto «ich bin auch ein Schatzchästli / Marktplatz / Flohmi / ...» lebt das Chrüsimüsi von euren Inputs. Auf der Internetseite der Jubla Züri kannst du deine Artikel unkompliziert und einfach schreiben und abschicken, damit sie im nächsten Chnopf abgedruckt werden können.

Wir freuen uns auf ein lebhaftes Chrüsimüsi!



www.kommunikation.jublazueri.ch/chruesimuesi

Farbenfabrik

Stelle selbst Farben her



Aus gefrorenen Himbeeren und Heidelbeeren kannst du Rot und Blau herstellen.

Siehst du rot, wenn du eine kreative Gruppenstunde planen musst? Keine Angst, hier hast du eine Idee, bei welcher deine Gspändli grün vor Neid werden, wenn sie sehen, was da Tolles entsteht. In diesem Artikel findest du eine Anleitung zur Herstellung verschiedener Naturfarben. Diese eignen sich wunderbar für Meisterwerke auf Papier.

Text: Nicole
Bilder: Pexels

Willst du Farben aus Naturmaterialien herstellen, sind Entdeckungslust und Freude am Experimentieren sehr wichtig. Grundsätzlich kann man nämlich aus vielen verschiedenen Materialien Farben herstellen, wenn man ein bisschen herumtüttelt. Vielleicht ergibt sich das schönste Braun aus einer Mischung aus Erde und Herbstblättern, vielleicht ein dunkles Schwarz aus alter Kohle? Einfach ausprobieren und der

kreativen Ader freien Lauf lassen. Am besten mischst du die Materialien mit wenig Wasser und schaust, was passiert. Für garantiert schöne Farben hier eine Anleitung.

Für unsere Farben brauchen wir:

- **Grün:** 1 Handvoll Blattspinat oder andere Blätter (hier ausprobieren)
- **Braun:** Kakaopulver
- **Gelb:** Kurkumapulver
- **Rot:** tiefgefrorene Himbeeren
- **Blau:** tiefgefrorene Heidelbeeren

Hilfsmittel:

- 1 Nylonstrumpf
- 5 saubere Gonfigläser
- Pürierstab
- kleine Schüsseln
- Löffel
- Messer
- Kochtopf
- Papier
- verschiedene Pinsel

Spinatgrün

1. Schneide die Spinatblätter klein und koche sie etwa zehn Minuten in etwas Wasser auf. Achtung: Verwende dabei nur sehr wenig Wasser, da Spinat selbst schon aus viel Wasser besteht.
2. Nimm den Topf von der Herdplatte und lass alles abkühlen, püriere das Gemisch mit dem Pürierstab.

Kakaobraun

1. Mische in einer kleinen Schüssel das Kakaopulver mit warmem Wasser, bis eine gute Konsistenz entsteht (nicht zu flüssig).
2. Mische den Kakao, bis alle Klümpchen aufgelöst sind.

Goldgelb

Löse das Kurkumapulver in einer kleinen Schüssel mit etwas heissem Wasser auf.



Plündere deinen Gewürzschrank und experimentiere mit den Gewürzen. Aus Kurkuma entsteht beispielsweise ein schönes Goldgelb.

Himbeerrot

1. Tauge die Himbeeren in einer Schüssel auf und zermantse sie anschließend mit dem Pürierstab.
2. Spanne den Nylonstrumpf über das Gonfiglas; der Strumpf dient dabei als Sieb. Achtung: Schauge, dass keine Nähte oben sind.
3. Gib nun den Himbeerbrei auf den Strumpf und warte, bis der Saft aus dem Brei getropft ist. Jetzt ist Geduld angesagt, denn es kann bis zu zehn Minuten dauern, bis der Saft aus den Beeren getropft ist. Falls der Brei zu dickflüssig ist, kannst du ihn auch mit den Händen ausdrücken.

Tipps vom Grosi:

Den Himbeermatsch kannst du als Zvierei zu Vanilleeis essen oder in dein Joghurt mischen. :-)

Heidelbeerblau

Gehe für das Blau so vor wie bei dem Rot.

Deine fertigen Farben kannst du jeweils in ein Gonfiglas füllen (wenn es nicht schon in der Anleitung aufgelistet ist) oder die Farben direkt aus dem Schüsselchen brauchen. Deinem Kunstwerk steht nichts mehr im Weg.

Tipps für eine wärmere Jahreszeit:

Im Frühling eignen sich auch Blüten wie die Ringelblume zur Herstellung von Farben. Einfach kurz aufkochen, durch ein Sieb gießen und fertig.

Farbig in den Filmabend

...der mal etwas andere Snack

Wer kennt es nicht, die Erinnerungen an die Gruppenweekends, wo man sich nach einem ereignisreichen Tag den Bauch mit allem möglichen vollgeschlagen hat, während man gemeinsam in den Bann eines Filmes gezogen worden ist.

Nun ist aber Schluss mit 0815 Chips und Cookies, denn jetzt folgen farbige Alternativen, die genauso gut schmecken und tiptop als Nachmittagsprogramm vorbereitet werden können.

Text: Flavia

Bilder: Keila Hötzel, Eva Bronzini

Farbige Gemüsechips

Zutaten

- jegliches Gemüse, das farbig ist und gut zum Hobeln geht
- Öl
- Salz
- Gewürze nach Belieben

Vorgehen

Diese Gemüsechips sind einfach, schnell vorbereitet und super fein. Alles, was du brauchst, ist farbiges Gemüse: Z.B. Randen, Sellerie, Süsskartoffeln, Rüebli,... Das Gemüse wird in dünne Scheiben gehobelt, je dünner die Scheibe, desto kürzer die Backofen-Zeit. Bei einer Dicke von ungefähr einem Millimeter rechnet man mit einer Backzeit von 30-40 Minuten bei 150°C Umluft. Weil aber nicht alle Gemüse gleich lang haben im Ofen, lohnt es sich, dass du dein Gemüse nach dem



Würzen mit Öl, Salz und alternativ weiteren Gewürzen, getrennt auf je einem Blech in den Backofen schiebst. So ist es einfacher zu beurteilen, wann die jeweiligen Chips fertig sind. (Probieren ist natürlich in diesem Fall unabdingbar!) Es wird empfohlen, ab und zu die Backofentür zu öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Wenn alle Chips fertig sind, werden sie gemischt und stellen eine gesunde, viel farbigere und ebenso feine Alternative zu den herkömmlichen Chips dar.



Farbige Luxemburgerli

Zutaten

- eine halbe Zitrone
- vier Eiweiss
- 150g Zucker
- 200g gemahlene Mandeln
- 1 TL Kakaopulver
- Randenpulver (gibts z.B. im Alnatura)
- Matcha-Pulver
- Kurkuma, gemahlen
- 100g Zartbitterschoggi
- 100g weisse Schoggi
- zwei EL Rahm (Vollrahm oder Halbrahm, auf das kommt's dann auch nicht mehr an)
- 20g Butter

Vorgehen

1 Die Zitrone auspressen und zwei EL Saft mit den Eiweiss steif schlagen. Vergiss dabei nicht den «ich-hal-te-dir-die-Masse-über-den-Kopf-Trick», damit du wirklich sicher bist, dass es genug steif ist. Anschliessend den Zucker langsam darunterheben, bis eine glänzende Masse entsteht. Diese dann vorsichtig mit den gemahlene Mandeln mischen (bzw. darunterheben). Die Masse kann nun in drei Portionen aufgeteilt werden und mit dem Randen- und Matchapulver sowie dem gemahlene Kurkuma gemischt werden.

2 Mit einem Spritzbeutel werden nun die farbigen Massen auf ein Backpapier gegeben, wobei kleine Häufchen von circa zwei Zentimeter Durchmesser gemacht werden sollten. Die Backbleche kommen nun erst einmal in den Ofen; falls Umluft verfügbar ist bei 120°C, ansonsten bei Unter- und Oberhitze bei 140°C für etwa 25 Minuten. Damit die Feuchtigkeit sich nicht staut, sollte die Backofentür einen kleinen Spalt offengelassen werden. (Ja, das grüne Herz blutet ein wenig, dafür riecht es in der Küche auch subito sehr verführerisch.)

3 Nun kommen wir zur Füllung: In einem Wasserbad werden erst die eine und dann die andere Schoggi langsam geschmolzen. Jeweils die Hälfte vom Rahm sowie vom Butter werden zu den geschmolzenen Schokoladen hinzugegeben und mit einem Schwingbesen vorsichtig verrührt. Anschliessend werden die zwei Massen etwas ausgekühlt.

4 Die gebackenen Macaron-Häufchen sollten nun fertig sein. Nach einem kurzen Abkühlen kannst du sie mit der Schoggimasse bestreichen. Trick77 dabei ist, daran zu denken, dass nur die Hälfte der Macaron-Häufchen bestrichen werden muss, es braucht ja sowohl Deckel als auch Boden...

5 Film aussuchen und geniessen!

En Guete

P.S. Wir freuen uns auf Fotos von euren farbigen Z'vieris, Snacks, Desserts,...

Da seh ich schwarz!

Bunte Vögel müssen nicht immer alle Farben sehen. Ganz selbstverständlich nutzen wir unseren komplexen Sehsinn im Alltag und nutzen sogar die wahrgenommenen Farben im übertragenen Sinne, um unsere Mitmenschen zu beschreiben. Wenn du dich nicht nur durch die rosa Brille betrachten möchtest, dann solltest du vielleicht einmal ein Persönlichkeits-test machen und Farbe bekennen.

Text: Toby

Bild: Adobe Firefly

Farben erkennen wir über die Augen, welche die Sinneseindrücke durch das Licht wahrnehmen. Wer es noch komplexer mag: Das Auge nimmt elektromagnetische Strahlung von 400 bis 780 Nanometern auf. Oder wie es Wikipedia definiert «Farbe ist der Sinneseindruck, durch den sich zwei aneinandergrenzende, strukturlose Teile des Gesichtsfeldes bei einäugiger Beobachtung mit unbewegtem Auge allein unterscheiden lassen». Aha, denke ich mir und sehe schwarz, dass ich das wirklich verstehen könnte. Ob ich beim «schwarz sehen» wirklich eine Farbe sehe? Oder ist schwarz wohl eher die Abwesenheit vom Licht, das mir eben nicht aufgeht bei solch komplexen Dingen?

Unbestritten hingegen ist, dass Farben auf mein Auge treffen und mich mehr beeinflussen, als ich denke. Dies macht sich die Farbpsychologie zu nutzen. Grundlagenstudien zeigen, dass Farben eine emotionale Wirkung haben. Die Farbe blau steht beispielsweise im westlichen Kulturkreis für Genauig-



keit, Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit. Im Weiteren steht blau aber auch für Seriosität, Ehrlichkeit, Sympathie, Harmonie, Ruhe und Treue. Dass blau als weltweite Lieblingsfarbe gilt, kann ich mit Blick auf das Jubla-Logo sehr gut verstehen.

Was ist jedoch, wenn die Augen nicht funktionieren? Ich habe eine Kollegin, welche seit Geburt blind ist. Ich bin immer wieder fasziniert, wenn ich mit ihr unterwegs bin. Läuft man durch die Strasse, hört Viola die hohen Häuser, sie riecht den Schuhladen, bevor ich ihn bewusst wahrnehme, und sie orientiert sich mit dem Stock oder ihrem Hund



in der Grossstadt ohne dass man das Gefühl hat, dass ihr die Farben wirklich fehlen würden. Viola wandert leidenschaftlich gerne hochalpin und geht auch mal ins Kino.

Trotz Blindheit ist das Leben von Viola bunt und abwechslungsreich. Bunt? Ja, Farben haben auch unseren Sprachgebrauch geprägt und so sehen wir rot oder schwarz, Menschen sind uns nicht ganz grün und nach einem Glas zu viel sagt man uns, wir seien blau.

In der Jubla gibt es den einen oder anderen bunten Vogel. Menschen eine Farbe zuzuordnen ist schon eine sehr

alte Tradition. Im Mittelalter verband man zuerst Körpersäfte mit Persönlichkeitseigenschaften und dann mit Farben. Da gab es den Sanguiniker: So rot wie das Blut, welchem ein aktiver und lustiger Charakter zugesprochen wurde. Der Phlegmatiker: So weiss wie der Schleim, welcher eher passiv und schwerfällig unterwegs war. Der Melancholiker, welcher so schwarz wie die Gallenflüssigkeit war, hatte eher ein schwermütiges und nachdenkliches Gemüt und dem Choleriker – gelb wie die Gallenflüssigkeit – sagte man Reizbarkeit und Erregbarkeit nach. Zugegeben, den Link zu den Körpersäften ist aus heutiger Perspektive eher etwas eklig.

Die Farben haben jedoch bis heute Bestand und werden immer wieder zur Typologisierung von Menschen verwendet. Einen einfachen und kostenlosen Typentest ist der DISG (du findest ihn ganz einfach im Internet). Mit Wortgruppen sollst du entscheiden, wie passend du das Wort findest, wenn du deine Persönlichkeit beschreiben müsstest. Am Ende bekommst du als Resultat wie viel Anteile von welchen dieser vier Typen in dir stecken. Es werden vier Grundtypen unterschieden: Dominanz (rot), Initiative (gelb), Stetigkeit (blau) und Gewissenhaftigkeit (grün). Auch wenn es etwas umstritten ist, wie wissenschaftlich dieser Test ist, so gibt er doch für dich spannende Einblicke zu dir selbst.

Meist ist es eine Mischung von allen vier Farben und gibt dir nur Tendenzen an. Zum Glück, denn das macht dich zu einem bunten Vogel.

Jubla bekennt Farbe und steht für...

... die Schwachen ein.

→ Grenzverletzungen und sexuelle Ausbeutung

... eine bunte Gemeinschaft, in der jede Farbe Platz hat.

→ Extremismus und Rassismus

... eine gegenseitiges Stärken

→ Öffnung und Integration

... Mitbestimmen von allen Mitgliedern

→ Risikokompetenz

... das gegenseitige Respektieren der anderen (Farben).

→ Gender

... die Natur und Nachhaltigkeit ein.

→ Nachhaltige Entwicklung

... jegliche Spiritualität und Glaubenssätze.

→ Glauben und Kirche

... Kreativität. Alle dürfen farbliche Akzente setzen.

→ Kinder- und Jugendpolitik

Für weitere Infos

Unsere Haltungspapiere

Farbenblind?

Text: Jasi, Kantonspräses

Wie gut kannst du sehen? Wie siehst du dich? Wie strahlend ist deine Farbe?

Farbenblindheit ist angeboren. Menschen mit Farbenblindheit können keine Farben sehen, ihre Welt ist in schwarz, weiss und Graustufen erkennbar. Zum Glück gibt es nur sehr wenige, die von einer Farbenblindheit betroffen sind.

Von den Menschen, die an einer Farbfehlsichtigkeit leiden, gibt es hingegen schon mehr. Bei ihnen spricht man vor allem von einer Rot-Grün-Schwäche, die etwa 8% der Männer und 0,4% der Frauen auf der ganzen Welt haben.

Zudem wird bei 5% aller Männer und Frauen vermutet, dass sie unter einer erworbenen Farbsinnesstörung leiden.

Das ist sehr schade, da unsere Welt farblich so viel zu bieten hat – einmal abgesehen von den grauen Flecken, die wir mit Strassen und Häuserbau selbst in die Welt setzen. Oder noch schlimmer: grau oder gar schwarz sind auch die derzeitigen Nachrichten von Kriegen an vielen Orten. Einige sind aktuell in den Medien, andere schon fast wieder vergessen. Naturkatastrophen, Hungersnöte, Krankheit und Seuchen, Armut und Obdachlosigkeit, Gewalt und Missbrauch.

Wir wollen aber jetzt nicht die ganze Welt anschauen, sondern zuerst bei uns selbst innehalten.

Auch bei uns, im kleinen Kreis, gibt es Menschen oder Situationen, die im Grausumpf stecken bleiben. Kennst du das auch? Momente, in denen man nur schwarz und weiss sieht? Wenn Probleme überborden und man nicht weiss, wie weiter?

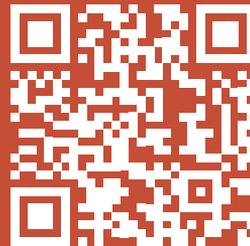
Manchmal verblassen wir, weil wir mit Dingen beschäftigt sind, die uns fahl und grau werden lassen. Wie ein Nebel liegen die Sorgen über uns und alles verändert sich; es wachsen einem vielleicht auch graue Haare.

Wichtig ist, dass man sich von den andern wieder anstecken lässt, mit der Freude, mit der Zugehörigkeit, durch die Freundschaft und wieder ins Bad der Farben eintaucht.

Unsere Jubla ist bunt, vielseitig an Farben und mit viel Leuchtkraft.

Unsere Haltungspapiere

Jungwacht Blauring nimmt in den Haltungspapieren Stellung zu verschiedenen gesellschaftlich relevanten Themen, die unsere Mitglieder direkt betreffen können.



<https://jubla.atlassian.net/wiki/x/FADcQg>

Die Jubla Zürich Stiftung ...

... unterstützt deine Schar!

Text: Jubla Zürich Stiftung

Die Stiftung bezweckt die Förderung von Jungwacht Blauring im Kanton Zürich und kann insbesondere folgende Tätigkeiten unterstützen:

- die Ausbildung von Leitungspersonen von Jungwacht Blauring im Kanton Zürich
- die Kantonsleitung von Jungwacht Blauring bei Projekten auf kantonalen Ebene
- die Öffentlichkeitsarbeit der Kantonsleitung von Jungwacht Blauring

Toll, dass du in der Jubla Züri etwas bewegen willst! Gerne prüfen wir, ob wir dich in deinem Vorhaben finanziell unterstützen können. Je grösser deine Idee bzw. dein Wunschbetrag ist, desto detailliertere Angaben brauchen wir. Falls du dabei unsicher bist, geben wir dir gerne Auskunft. Ansonsten kannst du über den QR-Code unten direkt das Formular ausfüllen.

Wir freuen uns über Post von dir und deiner Schar.

Gesuchsformular



<https://www.jublazueri.ch/stiftung>

JUBLA-ZÜRICH-STIFTUNG
c/o Petra Scheller, Auf der Mauer 13, 8001 Zürich, stiftung@jublazueri.ch, 043366 49 66

Antragsformular Jubla Zürich-Stiftung

Die Stiftung bezweckt die Förderung von Jungwacht Blauring im Kanton Zürich und kann insbesondere folgende Tätigkeiten unterstützen:

- die Ausbildung von Leitungspersonen und Leitern von Jungwacht Blauring im Kanton Zürich
- die Kantonsleitung von Jungwacht Blauring bei Projekten auf kantonalen Ebene
- die Öffentlichkeitsarbeit der Kantonsleitung von Jungwacht Blauring

Toll, dass du in der Jubla Züri etwas bewegen willst! Gerne prüfen wir, ob wir dich in deinem Vorhaben finanziell unterstützen können. Je grösser deine Idee bzw. dein Wunschbetrag ist, desto detailliertere Angaben brauchen wir. Falls du dabei unsicher bist, geben wir dir gerne Auskunft. Ansonsten kannst du direkt das untenstehende Formular ausfüllen und einreichen.

Ich bin:

Name / Vorname: **Marina Muster**
Adresse: **Musterstrasse 44, 8000 Musterhausen ZH**
Telefon / Mail: **079 123 45 67 / m.muster@bluewin.ch**

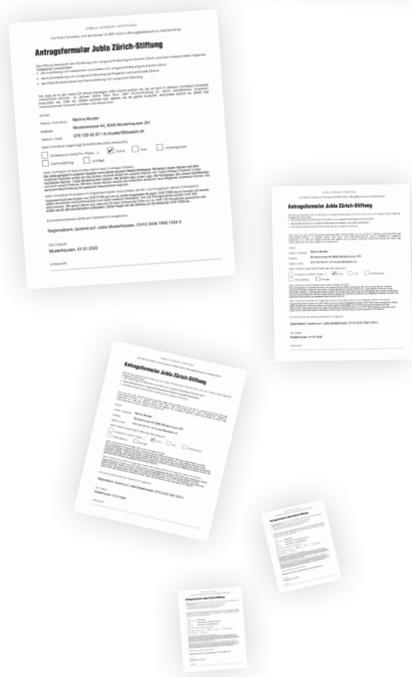
Mein Vorhaben begründet (Zuhilfenahmendes bitte ankreuzen):

Erreicherung (Jahr(es), Probe, ...) Sicher Kurs Aktivierungsspa
 Kantonsleitung sonstige

Mein Vorhaben ist (Beschreibe deine Idee in einigen Sätzen):
Die Jubla gesteht in unserem Quartier noch keinen grossen Bekanntheitsgrad. Mit einem neuen Namen und dem modernen Auftreten wollen wir die Jubla aktivieren und einen Neuanfang mit „Jubla Heiliger Pfänder“ in der Jubla machen. Wir wollen die Jubla in der Jubla aktivieren und einen Neuanfang mit „Jubla Heiliger Pfänder“ in der Jubla machen. Wir wollen die Jubla in der Jubla aktivieren und einen Neuanfang mit „Jubla Heiliger Pfänder“ in der Jubla machen.

Mein Vorhaben entspricht den Tätigkeitsbereichen (Beschreibe die Ein- und Ausgaben deines Vorhabens):
Insgesamt können Kosten von CHF 1'000 auf ein zu realisierendes Budget, CHF 2'000 davon werden mir bereits übernommen. Wir gehen davon aus, dass wir mit dem Vorstand der Jubla mit ca. CHF 100 (Einkaufsmaterialien) pro Monat für die ersten 6 Monate rechnen. Gerne fragen wir die Stiftung um die folgenden CHF 2'000 an.

Kontaktdaten (Bitte mit Vorkennzeichen angeben):
Regionalbank, laufend auf: Jubla Musterhausen, CH12 3456 7890 1234 5
Ort / Datum: **Musterhausen, 01.01.2022**
Unterschrift: _____



Jubla Zürich Stiftung



H.Ä.?

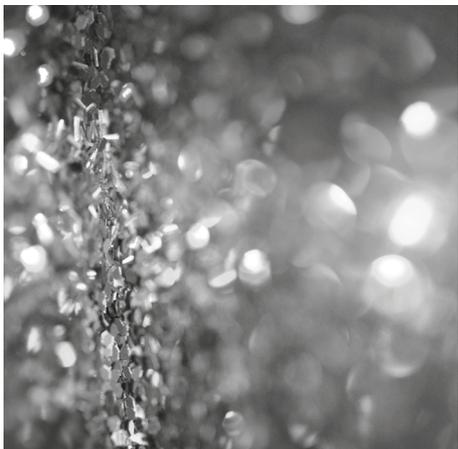
Welche Farbe siehst du?

Text: Leyla

Bilder: Pexels, Adobe Firefly

Achtung! Jetzt wird es philosophisch ... und verwirrend... und vielleicht auch etwas kompliziert. Ihr kennt bestimmt alle Leute, deren Kleidungsstil etwas eigen ist. Die Farben passen nicht so ganz zusammen und man kann sich kaum vorstellen, dass jemand wirklich denkt, dass das gut aussieht. Und falls ihr niemanden in eurem Umfeld kennt, habt ihr bestimmt schon solche Leute auf der Strasse gesehen. Aber habt ihr euch jemals gefragt, woran das liegt? Diese Leute haben ja offensichtlich Augen im Kopf, also daran kann es nicht liegen. Aber was ist, wenn die Wahrnehmung von rot nicht immer die gleiche ist? Was ist, wenn Person A das, was Person B als blau sieht als rot bezeichnet? Oder was ist, wenn wir alle eine ganz andere Wahrnehmung haben und uns darauf geeinigt haben, die Farbe der Wiese grün zu nennen. Dann wäre das Konzept von Farben nichts anderes als eine soziale Konvention.

Wenn alle Menschen Farben unterschiedlich sehen würden, aber dieselben Namen verwenden, wäre dies ein bemerkenswertes Phänomen. Es würde bedeuten, dass die individuelle Wahrnehmung von Farben stark variieren kann, obwohl die soziale Konvention und Sprache uns zwingen, dieselben Begriffe für Farben zu verwenden. Dies könnte dazu führen, dass Menschen verschiedene Eindrücke von der Welt um sie herum haben, obwohl sie scheinbar über denselben Referenzrahmen sprechen.



H.Ä.?



Können Chamäleons wirklich die Farbe wechseln oder nehmen wir sie einfach alle unterschiedlich wahr?

H.Ä.?

Dieses Szenario wirft eine Reihe von Fragen auf. Zunächst gäbe es wahrscheinlich nicht nur kulturelle Unterschiede in der Farbbedeutung und -interpretation sondern auch zwischen einzelnen Personen. Da stellt sich auch die Frage, ob sie dann Menschen mit derselben oder zumindest einer ähnlichen Farbwahrnehmung zu Gruppen zusammenschließen, da sie das gleiche Verständnis der Farbwahrnehmung haben. Also ganz nach dem Motto «Gleiches gesinnt sich zu Gleichem».

Das Szenario hätte auch einen Einfluss auf den Bereich der Kunst und Ästhetik. Künstler*innen würden weiterhin versuchen, ihre Vision und Empfindungen durch Farben auszudrücken, jedoch wäre es ihnen erschwert, genau dies zu transferieren, da die Empfindung eines ganzen Gemäldes oder einer ganzen

Skulptur von der Farbempfindung abhängig ist. Würden Künstler*innen dann in eine depressive Phase gelangen, da sie ständig missverstanden werden? Ich denke kaum. Denn ehrlich gesagt verstehe ich diese Gemälde auch bei einem gemeinsamen Farbverständnis nicht.

Und wenn man nun wieder auf den Anfang zurückkommt, hätten unterschiedliche Farbkonzepte auch Auswirkungen auf Bereiche wie Design und Mode. Die Wahl von Farben für Kleidung, Werbung oder Innenräume würde tatsächlich komplexer werden, vor allem wenn man versucht, verschiedene Wahrnehmungen und Vorlieben zu berücksichtigen. Ein Glück muss man bei der eigenen Kleiderwahl nur die eigenen Vorlieben berücksichtigen, sodass es egal ist, ob wir alle Farben gleich sehen oder nicht.

Koordinaten Team 13

Kantonsleitung

Pascal Greter	pascal.greter@jublazueri.ch
Tobias Jäger-Egger	tobias.egger@jublazueri.ch
Céline Durand	celine.durand@jublazueri.ch
Cheyenne Jäggi	cheyenne.jaegggi@jublazueri.ch
Lea Gross	lea.gross@jublazueri.ch
Lisa Weiss	lisa.weiss@jublazueri.ch
Raphael Meier	raphael.meier@jublazueri.ch

Arbeitsstelle

Nadja Bosshard info@jublazueri.ch 044 512 96 36 / 077 431 29 31

Stelle für Scharbetreuung und Intervention

Tobias Furrer toby.furrer@jublazueri.ch 079 484 68 88

Kantonspräses

Jasmin Meier jasmin.meier@jublazueri.ch 077 267 99 85

AG Animation

animation@jublazueri.ch

Niko Broich
Alessia Pappa
Filomena Pasquariello
Pascal Greter
Stefanie Wagner
Vanessa Merselt

Kursclub

ausbildung@jublazueri.ch

Franziska Clerc-Schwarzenbach
Adriano Vernaschi
Isabelle Kwik
Julia Oetiker
Lisa Weiss
Lucas Pillwein
Melina Tschuor
Patricia Hug
Philipp Broich
Roman Zenger

AG Kommunikation

kommunikation@jublazueri.ch

Flavia Schwarzenbach
Annalena Jäger-Egger
Leona Müller
Léonie Krapf
Leyla Rosero
Nadja Bosshard
Nicole Bruggmann
Selina Frey
Tobias Jäger-Egger

AG Coaching

coaching@jublazueri.ch

Lea Gross
Amina Hug
Matthias Groner
Ramon Iten
Sandra Gerber
Toby Furrer
Valerie Wiedemeier

Agenda

November 2023 – März 2024

November



Leiter:in Action
12.11.2023
AG Animation



jubla.merci
16.11.2023
Kantonsleitung

Dezember

Ranftreffen

16./17.12.2023
Jubla Schweiz

Weihnachtsferien

25.12.2023 – 05.01.2024
Kanton Zürich

Januar



Fondueessen
13.01.2024
AG Animation

Februar

Sportferien

12 – 23.02.2024
Kanton Zürich

März



Vorweekend GLK A
16./17.03.2024
Kursclub



Vorweekend GLK B
23./24.03.2024
Kursclub



Vorweekend SLK
23./24.03.2024
Kursclub

