

<b>Zeitschrift:</b>	Schweizer Schule
<b>Herausgeber:</b>	Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz
<b>Band:</b>	51 (1964)
<b>Heft:</b>	5
<b>Artikel:</b>	Hinweise zur Planung und Durchführung von Mädchenlagern
<b>Autor:</b>	Heiz, Ursula
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-528764">https://doi.org/10.5169/seals-528764</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 18.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Ursula Heiz, Zug

*Mädchenlager*

## I. Einleitung

Immer wieder kommt es vor, daß junge Lehrerinnen und Lehrer sich plötzlich vor die Aufgabe gestellt sehen, ein Lager zu organisieren und zu leiten. Dutzende von Problemen, mit denen man bisher in den seltensten Fällen schon zu tun hatte, tauchen auf: Es ist ein geeigneter Lagerort auszuwählen, die Unterkunft ist zu bestellen, der Menüplan muß aufgestellt werden usw.

Da die mir bekannte Literatur sich ausschließlich mit der Durchführung von Buben- und Pfadilagern beschäftigt, sollen hier Erfahrungen aus Lagern mit Mädchen im Sekundarschulalter festgehalten werden. Buben- und Mädchenlager stellen in mancher Beziehung sicher die gleichen Probleme, doch unterscheiden sie sich anderseits in verschiedener Hinsicht. Freizeitgestaltung, Sport oder Straffheit der Disziplin sind nur einige Punkte, die je nach den Teilnehmern in ganz verschiedener Weise angepackt werden müssen.

Die hier angeführten Ratschläge sollen höchstens als Hinweise dienen, wie man es *auch* machen kann, denn ich bin mir bewußt, daß das gleiche Problem in jedem Lager anders auftritt und es daher kein «Allerweltspatent» für die Lagerführung geben kann. Das Wichtigste scheint mir doch die Erfahrung zu sein, die aber erst durch die Praxis und eventuelle Mißerfolge erworben wird. Keinesfalls darf man den Mut verlieren, wenn im ersten Lager nicht alles wie am Schnürchen läuft. Nach einem oder zwei Lagern weiß man, wie man es machen muß. Einer der besten Wege, um in das ganze Problem hineinzukommen, ist die Teilnahme an Lagern oder Kolonien als Hilfsleiter. So kann man aus nächster Nähe beobachten, wie erfahrene Lagerleiter die vielfältigen Aufgaben meistern, was sie gut machen und was ihnen nicht gelingt.

## II. Unterkunft

Einer der wichtigsten Punkte der Lagervorbereitung – mit der man übrigens nicht früh genug anfangen kann! – ist die frühzeitige Suche nach einer geeigneten Unterkunft. Als Auskunftsquellen stehen in

erster Linie die Verkehrs- und Kurvereine der gewählten Gegend zur Verfügung. Notfalls darf man sich ruhig an die zuständigen Gemeinde- und Schulbehörden oder Pfarrämter wenden. Möchte man unbedingt an einen bestimmten Ort gehen, so empfiehlt sich dieser direkte Weg immer. Ist der Lagerort noch nicht festgelegt, so kann man auch Auskünfte einholen bei Büros und Zentralen, die sich ausschließlich mit der Vermittlung und Vermietung von Lagerunterkünften beschäftigen. Eventuell kennt man sogar einen Verein, der seine Hütte oder sein Haus preiswert zur Verfügung stellt.

In jedem Fall ist es aber unbedingt notwendig, daß sich die Leiterin vor Antritt des Lagers genau über die Lage und die Einrichtung der Unterkunft orientiert. Eine persönliche Rekognosierung wäre an und für sich das Empfehlenswerteste, doch wird sie sie in vielen Fällen aus Kosten- oder Zeitgründen nicht möglich sein. Es ist dann sehr wichtig, daß man sich vom Vermieter über die folgenden Punkte möglichst genaue und erschöpfende Auskunft geben läßt:

### 1. Lage der Unterkunft

Man suche zu erfahren, wie weit die Unterkunft von der Ankunftsstation, von Post und (eventuell) nächstem Telefonanschluß entfernt ist, welche Geschäfte für den Einkauf von Lebensmitteln, Brot und Milch günstig gelegen sind und wo sich der nächste Arzt und das nächste Spital befinden.

Für die reibungslose Durchführung eines Lagers ist es von wesentlicher Bedeutung, daß die Unterkunft nach Möglichkeit nicht mitten in einem Dorf, an einer stark befahrenen Straße oder in der unmittelbaren Nähe anderer Lager gelegen ist. Achtet man auf diese Punkte, können viele Störungen und Reibereien vermieden werden.

Ein weiterer Punkt, dem man vor allem bei Winterlagern viel zuwenig Beachtung schenkt, ist die Frage, ob die Unterkunft an einem sonnigen oder schattigen Platz steht.

### 2. Schlafräume der Mädchen

Mädchenlager sind meist leichter zu führen, wenn

die Teilnehmerinnen auf mehrere kleinere Räume verteilt werden können. Es läßt sich immer wieder feststellen, daß in großen Schlafräumen die abendliche Ruhe schwieriger herzustellen ist als in Zimmern mit wenigen Mädchen. Chronische Schwatztanten wirken in kleinen Räumen nicht so «ansteckend» und können eher herausgefunden und isoliert werden.

Man erkundige sich daher nach der Zahl der Schlafräume und der Anzahl Schlafstellen pro Zimmer. Sind diese Zahlen bekannt, können die Mädchen bereits zu Hause nach ihren Wünschen gruppenweise den einzelnen Räumen zugeteilt werden. Man lasse sich auch mitteilen, ob Betten, Matratzen oder nur Stroh (offen oder gedeckt) zur Verfügung stehen, ob Kissen (mit oder ohne Überzug) vorhanden sind und wie viele Woldecken pro Mädchen abgegeben werden.

### 3. Leiterzimmer

Grundsätzlich sollten den Lagerleitern und ihren Hilfskräften eigene Zimmer zur Verfügung stehen, damit sie sich an einem ruhigen Platz erholen und auf spätere Arbeit vorbereiten können.

### 4. Küche

Die Küche ist einer der wichtigsten Räume, denn die gute Laune in einem Lager hängt zu einem großen Teil von der Küche und der darin geleisteten Arbeit ab. Saubere, rationelle Zubereitung und gut organisiertes Servieren dürfen nicht vernachlässigt werden.

Es sollten vor allem folgende Punkte abgeklärt werden:

- Wie groß ist die Küche?
- Ist ein Rüttisch vorhanden?
- Wie wird der Kochherd geheizt: elektrisch, mit Gas oder Holz?
- Wie viele Kochstellen (Platten, Feuerlöcher) sind vorhanden?
- Wie viele und was für Pfannen stehen zur Verfügung? (Dies ist wichtig für die Planung des Speisezettels.)
- Gibt es große Gefäße, in denen man im voraus zubereitete Getränke (Tee!) aufbewahren kann?
- Sind alle notwendigen Küchenutensilien vorhanden?
- Steht eventuell ein Kühlschrank zur Verfügung?
- Reichen Eßgeschirr und Besteck für die gleich-

zeitige Verpflegung aller Lagerteilnehmerinnen? Mit andern Worten: Was steht zur Verfügung an Tellern, Tassen und Besteck?

### 5. Eßraum und Aufenthaltsraum

Für die Vorbereitung des Servierens und die Überwachung während des Essens ist es nicht gleichgültig, ob alle Mädchen im gleichen Raum essen können oder ob man sie auf mehrere Räume verteilen muß. Man suche auch zu erfahren, ob die Leiter in einem eigenen Raum essen können. Im allgemeinen ist dies erstrebenswert, da es immer viele Probleme zu besprechen gibt und die Lagerleiterin ihre Hilfskräfte oft nur während des Essens beisammen hat. Über den Zeitpunkt des Essens der Leitung gehen die Meinungen auseinander. Ob man zugleich mit den Mädchen essen will oder nachher, muß in jedem Lager wieder speziell entschieden werden. Bei Mädchen im Sekundarschulalter ist es meines Erachtens ohne weiteres möglich, gleichzeitig zu essen.

Da in jedem Lager mit schlechtem Wetter gerechnet werden muß, ist es nötig, über einen möglichst großen Aufenthaltsraum verfügen zu können. Man vergewissere sich aber, ob dafür ein eigener Raum bereitsteht, oder ob der Eßraum zugleich als Aufenthalts- und Spielraum dienen muß. Schlafräume eignen sich in den meisten Fällen nur schlecht dazu, denn dort sollte immer – wenigstens aber über Mittag und abends nach dem Nachessen – Stille herrschen, damit die Ruhe- und Schlafbedürftigen sich ausruhen können. Notfalls begnige man sich lieber mit dem Eßraum, um Spiele durchzuführen.

### 6. Sanitäre Einrichtungen

Eine Unterkunft ist auch dahin zu prüfen, ob ausreichende und nicht allzu primitive Waschgelegenheiten und Toiletten vorhanden sind. Mädchen sind in dieser Beziehung viel anspruchsvoller als Buben, die eine «militärähnliche» Waschgelegenheit durchaus «romantisch» finden. In Sommerlagern ist es sehr zu schätzen, wenn im Hause Duschen vorhanden sind, damit sich die Mädchen nach Touren oder hitzigen Spielen genügend waschen können.

### 7. Keller und Abstellräume

Ein guter, trockener Keller sollte in jeder Lagerunterkunft zur Verfügung stehen, da sonst im Sommer bei der Aufbewahrung leichtverderblicher

Nahrungsmittel unangenehme Situationen auftreten können. Im Winter ist dagegen der Gefahr des Gefrierens besondere Aufmerksamkeit zu schenken; Obst und besonders Kartoffeln bekommt die Kälte nicht gut!

Im weiteren wird man froh sein, wenn es einen eigenen Schuhraum hat, in welchem die Schuhe und zum Teil auch die Sportgeräte versorgt werden können. Auch die Frage der Trocknung nasser Kleider sollte abgeklärt werden.

### *8. Spiel- und Sportmöglichkeiten*

Das Problem der Spiel- und Sportmöglichkeiten ist sehr wichtig, da man im Lager soviel als möglich an der frischen Luft sein sollte; jeden Tag eine Tour oder einen Ausflug zu unternehmen ist in meinen Augen zu anstrengend. Man suche daher zu erfahren, welche Möglichkeiten in der Nähe des Hauses zur Verfügung stehen. Im Sommer genügt eine gemähte Wiese und im Winter ein einigermaßen fahrbarer Hang durchaus. Dies aber sollte unbedingt vorhanden sein, damit man auch bei wenig verfügbarer Zeit etwas Vernünftiges unternehmen kann.

Aus Prospekten kann man sich über weitere, räumlich entferntere Möglichkeiten, wie Badeanstalten, Skilifte usw., unterrichten. Man hüte sich aber im Winter vor einer allzu regen Benützung der Lifte! Sind Felle vorhanden, ist es viel lohnender und dankbarer, einen leichten Aufstieg zu versuchen, als während eines ganzen Nachmittages im Eiltempo die Piste herunterzusausen, nur um unten wieder anstehen zu können. Anfänglich wird es zwar bei den Mädchen ein großes Geschrei geben, doch ist es noch jedesmal so gewesen, daß sie es nachher toll fanden, in einer eigenen Spur von der aus eigener Kraft erreichten Höhe hinunterzufahren. Innerlich wirken solche Nachmittage unendlich viel bereichernder!

## *III. Der Mietvertrag*

Hat man sich auf Grund obiger Überlegungen für ein bestimmtes Haus entschlossen, empfiehlt es sich, möglichst bald einen schriftlichen Mietvertrag abzuschließen. Ich möchte hier nur auf die wichtigsten Punkte hinweisen, die unbedingt darin enthalten sein müssen:

– Dauer der Miete.

- Mietpreis pro Person und Tag (oder Nacht).
- Im Mietpreis eventuell nicht inbegriffene Extra-kosten, wie Heizung, Beleuchtung, Kochstrom, Holz, Kurtaxe, Reinigung usw.
- Aufzählung der vermieteten Räume und der vom Vermieter zur Verfügung gestellten Einrichtung.

Es empfiehlt sich sehr, sich genau zu erkundigen, was im Mietpreis enthalten ist und was nicht, da es sonst leicht geschehen könnte, daß am Schluß des Lagers infolge verschiedener, nicht einkalkulierter Extraausgaben ein Defizit entsteht.

Meistens enthält der Mietvertrag auch eine Klausel für den Fall, daß der Mieter das vereinbarte Lager nicht antreten kann. Muß er vom Mietvertrag zurücktreten, ist er unter Umständen für den vereinbarten Mietzins haftbar, sofern es dem Vermieter nicht gelingt, das Haus in der fraglichen Zeit anderweitig zu vermieten. Es ist daher sehr zu empfehlen, vor der definitiven Unterzeichnung des Mietvertrages die Schulbehörde anzuhören, ob sie eine Risikogarantie übernimmt, falls aus wichtigen Gründen (Krankheit der Leiterin usw.) das Lager nicht durchgeführt werden kann.

## *IV. Budget und Buchhaltung*

Von den verschiedenen Methoden, ein Budget aufzustellen, möchte ich hier nur die wohl gebräuchlichste und zugleich praktischste erwähnen. Sie besteht darin, die voraussichtlichen Ausgaben zu berechnen und die eventuell von dritter Seite zu erwartenden Zuschüsse zusammenzustellen. Die Höhe des von den Eltern zu bezahlenden Lagerbeitrages erhält man, indem die Differenz zwischen Ausgaben und Einnahmen durch die Anzahl der zahlenden Lagerteilnehmerinnen dividiert wird.

Im folgenden soll aufgezeigt werden, welche Posten im Budget enthalten sein sollten.

### *I. Einnahmen*

Die Einnahmen setzen sich in erster Linie zusammen aus den Lagerbeiträgen der Eltern. Eventuell kommen dazu noch Spenden von Privaten und Erträge von Arbeiten der Mädchen (Altpapiersammlung, Putzaktionen usw.). Nicht vergessen darf man die von vielen Behörden ausgerichteten Subventionen. Freilich bekommen wir keine Vorunterrichtsgelder für die Mädchenlager, obschon sich gleich gute Gründe für die finanzielle Unterstützung der kör-

perlichen Ertüchtigung der Mädchen wie der Knaben anführen ließen. Eine oft nicht bekannte und daher auch nicht benützte «Geldquelle» steht aber den Kantonen in der Form ihrer Sport-Toto-Anteile zur Verfügung. Daraus können zum Beispiel auch Mädchenlager unterstützt werden.

## 2. Ausgaben

Die Ausgaben verteilen sich auf ganz verschiedene Posten, die zum Teil erheblich ins Gewicht fallen.

### a) Unterkunft (Miete, Kurtaxe usw.)

Die Unterkunftskosten können heute je nach Ort, Jahreszeit und Haus pro Mädchen und Tag zwischen Fr. 1.50 und Fr. 4.– schwanken.

### b) Elektrizität

Wird nicht elektrisch gekocht und steht kein Boiler zur Verfügung, betragen die Ausgaben für Beleuchtung auch im Winter kaum mehr als 30–40 Rappen pro Woche und Kopf. Für einen elektrischen Kochherd sollte man pro Kopf und Woche ungefähr 50 Rappen ins Budget setzen. Für einen Boiler etwa 20–30 Rappen.

In den meisten Fällen wird zu Anfang und Ende des Lagers der Zählerstand abgelesen und die Differenz verrechnet. Es ist allerdings zu beachten, daß die kWh-Preise nicht überall gleich sind und meist mehr Strom verbraucht wird, als man vermutet. Dies vor allem dann, wenn elektrisch geheizt wird. Am besten wird es jeweils sein, wenn man beim Vermieter anfragt, welcher Betrag bei normalem Verbrauch ungefähr budgetiert werden muß.

### c) Brennmaterial

Wird mit Holz gekocht und geheizt, so ist pro Person und Woche etwa mit Fr. –.80 bis Fr. 1.20 zu rechnen.

### d) Verpflegung

Die Auslagen für Verpflegung betragen pro Mädchen und Tag rund Fr. 2.50 bis Fr. 4.–, je nach den verwendeten Lebensmitteln, Ortspreisen und der Erfahrung der Küchenmannschaft (Abschätzen der Quantitäten, Restenverwertung).

### e) Reise- und Transportkosten

Die Reisekosten sind im allgemeinen nicht sehr groß, da die überaus vorteilhaften Kollektivtaxen der ersten und zweiten Altersstufe in Anwendung gebracht werden. Genaue Auskunft erhält man bei jeder Station.

### f) Verwaltungsspesen

Hierher gehören die Auslagen für Papier, Vervielfältigungen, Porti und Telefon. Im Normalfall dürfen für diesen Zweck etwa Fr. 20.– genügen.

### g) Versicherung

In den meisten Fällen besteht bereits eine durch die Schule abgeschlossene Versicherung. Andernfalls versuche man, eine solche durch die Schulverwaltung abschließen zu lassen. Geht das nicht, so sind pro Mädchen etwa Fr. 3.– bis Fr. 6.– zu rechnen, je nachdem ob eine einfache Unfallversicherung oder eine kombinierte Haftpflicht- und Unfallversicherung gewünscht wird.

### h) Reparaturen und Ersatz

Auch bei größter Vorsicht kann es geschehen, daß etwas ersetzt oder repariert werden muß. Ein Betrag von Fr. 20.– sollte normalerweise durchaus genügen. Prinzipiell ist zu sagen, daß die Mädchen nur solche Sachen aus der eigenen Tasche bezahlen sollen, die sie mutwillig oder aus grober Fahrlässigkeit beschädigt haben. Kleinere «Betriebsunfälle» (Geschirr) sollten aus dem allgemeinen Lagergeld bezahlt werden können.

### i) Entschädigungen und Löhne

In vielen Fällen wird es nicht möglich sein, lauter Idealisten zu finden, die gegen freie Station und Reise als Hilfsleiter mitmachen. Oft kommt man einfach nicht darum herum, eine mehr oder weniger große Entschädigung bezahlen zu müssen. Hier Zahlen nennen zu wollen, ist unmöglich.

### k) Diverses

In jedem Lager gibt es immer wieder unvorhergesehene Auslagen. Pro Woche und Mädchen sind zu diesem Zweck ungefähr 30 bis 50 Rappen vorzusehen.

## 3. Buchhaltung

Es ist unbedingt notwendig, eine genaue und saubere Buchhaltung zu führen, damit eine einwandfreie Abrechnung möglich ist. Rechnungen und sonstige Belege sind daher aufzubewahren. Während des Lagers muß immer wieder ausgerechnet werden, wieviel für jeden Posten und im Total bereits verbraucht wurde und wieviel noch zur Verfügung steht. So können allenfalls auftauchende Engpässe rechtzeitig ausgeglichen und umgangen werden.

Bei Schullagern kann zudem die Schulbehörde angefragt werden, ob sie ein unverschuldet entstehendes Defizit übernehmen würde. In jedem Fall aber ist es empfehlenswert, nicht zu spitz zu kalkulieren, sondern genügend Reserven vorzusehen.

## V. Verpflegung

### 1. Allgemeines

Der richtigen Ernährung kommt im Lager eine große Bedeutung zu. Jede Lagerleiterin weiß, wie stark Stimmung und Lagergeist vom Essen abhängen können. Die Verpflegung muß daher in bezug auf Zusammensetzung und Menge sorgfältig geplant werden.

Im allgemeinen sollten vernünftige Alltagsmenüs gekocht werden, wobei der erhöhte Bedarf an wichtigen Aufbaustoffen, der durch die große körperliche Betätigung im Freien bedingt ist, berücksichtigt werden muß. Der bekannte «Bärenhunger» darf nicht einfach durch «magenfüllende» Speisen gestillt werden, sondern durch Nahrungsmittel, die reich sind an wertvollen Stoffen (Eiweiß, Fette, Kohlenhydrate, Mineralsalze und Vitamine).

In ein größeres Lager sollte unbedingt eine Köchin mit Erfahrung mitkommen; ihr kann man dann die Verantwortung für die Küche und die Zubereitung des Essens überlassen. Die am Lager teilnehmenden Mädchen können ihr abwechslungsweise als Arbeitsgruppen behilflich sein.

Es braucht wohl kaum darauf hingewiesen zu werden, daß in Küche und Speisekammer Sauberkeit oberstes Gebot sein muß! Ungewaschene Hände gibt es in der Küche unter gar keinen Umständen! Eine diesbezügliche Kontrolle ist oft nötiger, als man gemeinhin glaubt.

### 2. Der Menuplan und seine Grundlagen

Die Grundlage der ganzen Verpflegungsvorbereitung bildet der Menuplan. Er ermöglicht uns die Berechnung eines ausgeglichenen Budgets und einen rationellen, zeitlich gestaffelten Lebensmitteleinkauf. Dieser Plan hängt von verschiedenen Faktoren ab, wie zum Beispiel:

- Zweck und Form des Lagers (Erholungslager, Sportlager, Wanderlager usw.).
- Alter der Teilnehmerinnen.
- Jahreszeit (Preise von Früchten, Gemüsen und Salaten).

- Lage des Unterkunftsortes (Gebirge).
- Lagerungs- und Transportmöglichkeiten (Bergzuschläge).
- Kocheinrichtungen.
- Verfügbare Mittel.

Es ist von Vorteil, wenn die einzelnen Menüs nicht auf einen fixen Zeitpunkt starr geplant werden; man soll sich immer die Möglichkeit der Änderung und Verschiebung offenhalten.

Bei der Menuzusammenstellung sind große Abwechslung und Vielfalt unbedingt anzustreben. Das Morgenessen zum Beispiel muß durchaus nicht jeden Tag aus Brot und Milchkaffee bestehen! Auch sollte es nicht vorkommen, daß am selben Tag gleich zweimal Teigwaren oder Linsen auf den Tisch kommen. Natürlich gibt es Lebensmittel, die aus bestimmten Gründen mehrmals verabreicht werden, doch sollten sie dann jeweils anders zubereitet werden (z.B. Kartoffeln als Rösti, Geschwellte oder Stock).

Im Winter ist es nötig, daß jede Mahlzeit mindestens ein warmes Gericht enthält, oder doch wenigstens ein warmes Getränk zur Verfügung steht.

Mit der Abgabe von Getränken (besonders Tee!) sei man gegen Abend sparsam, da sonst am nächsten Morgen lange vor Tagwache unweigerlich ein beständiges Kommen und Gehen auf den Toiletten herrscht.

Fleisch sollte nicht jeden Tag auf den Tisch kommen; zwei- bis viermal pro Woche genügt vollauf. Der Eiweißbedarf kann ebensogut und meistens billiger durch Milch und Milchprodukte oder Hülsenfrüchte gedeckt werden.

So oft als möglich sollten rohe Gemüse und Salate abgegeben werden, da sie die wertvollsten Vitamin- und Nährsalzlieferanten sind.

Süßspeisen (Crèmes, Pudding) und Bircher müesli werden immer mit Begeisterung begrüßt und in unvorstellbaren Mengen vertilgt. Man achte besonders bei solchen Gerichten auf die Menge, welche die einzelnen Mädchen verzehren! Ich habe die Feststellung gemacht, daß nach einem «Bircher müesli-Znacht» sich meistens ein bis zwei Mädchen übergeben mußten, weil sie sich aus lauter Gier überessen hatten.

Der Einkauf der Lebensmittel erfolgt fast immer mit Vorteil bei den ortssässigen Geschäften. Am Ende des Lagers kann man dort oft nichtbenötigte Waren zurückgeben. Zudem erspart man sich die Kosten für teure Frachten. Es empfiehlt sich, die Eßwaren

etwa eine Woche vor dem Lager zu bestellen, wobei bereits die Liefertermine angegeben werden sollen. An abgelegeneren Orten könnte es sonst vorkommen, daß kleinere Geschäfte vielleicht nicht gerade alles in der gewünschten Menge vorrätig haben. Änderungen und Verschiebungen im Verpflegungsplan sind trotzdem immer noch möglich und lassen sich bei gutem Einvernehmen mit nahen Lieferanten meist leichter bewerkstelligen.

Brot, Milch und Fleisch müssen möglichst bald gebraucht werden, sofern man über keine speziellen Aufbewahrungsmöglichkeiten (Kühlschrank) verfügt. Zudem achtet man beim Einkauf strikte darauf, nur einwandfreie und frische Ware zu bekommen, da sonst besonders bei Fleisch, Gemüse und Milch die Gefahr von Magenstörungen besteht.

Bei der Festsetzung der Quantitäten ist daran zu denken, daß während der ersten Tage eher weniger gegessen wird als gegen Ende des Lagers. Es handelt sich hier einerseits um eine Akklimatisierung erscheinung und anderseits um eine Folge der im Lager gesteigerten körperlichen Betätigung. In Extremfällen zeigte es sich, daß am Ende eines Lagers gerade doppelt soviel gegessen wurde wie zu Beginn!

Die täglich benötigten Mengen an Eiweiß, Fett und Kohlenhydraten sind von den verschiedensten Faktoren abhängig und schwanken daher individuell stark. Dennoch darf man pro Person und Tag ungefähr folgende Richtwerte annehmen: Eiweiß 60 bis 80 g, Fett 50–70 g, Kohlenhydrate etwa 400 g, Wasser 2–3 l.

### 3. Menuvorschläge

Nachfolgend seien einige einfachere Menus angegeben, die sich in mehreren Lagern bewährt haben.

#### a) Morgenessen

- Michkaffee oder Kakao, Schwarzbrot, Butter, Konfitüre.
- Tee, Haferbrei mit Zimt und Zucker, Brot.
- Kakao, Käse, Brot.

#### b) Leichte Mahlzeiten

- Wurst, Kartoffelsalat, grüner Salat, Lindenblütentee.
- Apfelerösti, Milchkaffee.
- Gemüsesuppe mit Brot, Fruchtsalat.
- Suppe, Fotzelschnitten, Kompott.

- Birchermüesli, Brot, Tee.
- Milchreis mit Zimt und Zucker, Kompott, Tee.
- Wählen, Milchkaffee.

#### c) Hauptmahlzeiten

- Risotto mit Pilzen, Salat.
- Sauerkraut und Speck, Salzkartoffeln.
- Hörnli mit Käse, geschnetzeltes Kalbfleisch, Salat.
- Geschwellte Kartoffeln, Käse, Butter, Salat.
- Tomaten-Spaghetti mit Hackfleisch, grüner Salat.
- Mehlsuppe, Bratkartoffeln, Wurstsalat, Bohnen.
- Hackbraten, Salzkartoffeln, Salat.
- Suppe, Spinat, Eier, Bratkartoffeln.
- Suppe, gebratene Cervelats, Rösti, Salat.
- Hafersuppe, Wienerli, Salzkartoffeln, Sauerkraut.
- Gemüsesuppe, Hörnli an Eierguß mit Schinken, Randensalat.
- Brotsuppe, Kartoffelsalat, grüner Salat, harte Eier, Thon.
- Kartoffelsuppe, Risotto mit gehacktem Rindfleisch, Salat.
- Mehlsuppe, Kartoffelstock, Bratwürste, gedämpfte Rüebli.
- Gemüsesuppe, heiße Wurst, Kartoffelsalat, Früchte.
- Gebratener Mais, Schweinsvoressen, Salat.

#### d) Als Tourenproviant eignen sich besonders:

- Dörrfrüchte und Nüsse (Kraft- und Fettspender)
- Hartgekochte Eier (schwer verdaulich)
- Frische Früchte (Nahrung und Getränk)
- Käse
- Schokolade
- Ovosport
- Tee
- Brot

Weniger geeignet sind:

- Hartgekochte Eier, Käse und Fleisch, da sie schwer verdaulich und leicht verderblich sind.

### 4. Beispiele mit Mengenangaben

#### a) Lebensmittelmengen pro Person

Brot	Frühstück	150–200 g
	Zvieri	100–150 g
	Tourenproviant	200–250 g
Butter		20–35 g
Dörrfrüchte	Tourenproviant	80–120 g
Eier		1–2 St.
Essig und Öl für Salat je ca.		1/10 dl

Fleisch	Hackfleisch	80–125 g	einer Woche einen abwechslungsreichen Speisezettel.
	Speck	50– 80 g	
	Wurst	1 St.	
Gemüse	Bohnen	150–200 g	<i>b) Morgenessen</i>
	Kabis	200–225 g	Kakao
	Kohl	200–225 g	Brot
	Lauch	175–200 g	Butter
	Spinat	200–225 g	Konfitüre
	Rotkraut	200–225 g	
	Rüben	150–200 g	
		50– 60 g	
Grieß		70–100 g	
Teigwaren		70– 90 g	
Reis		50– 60 g	<i>c) Mittagessen</i>
Mais			Zutaten
Haferflocken	Bircher müesli	50– 80 g	1–1,5 kg feine Haferflocken
	Porridge	40 g	1 Zwiebel, Fett, Peterli
	Suppe	20– 30 g	5 kg geschn. Kalbfleisch
		200–250 g	ca. 10 kg Kartoffeln
Kartoffeln	Cichorée	40– 50 g	8 kg Rüebli
Salat	Endivie	40– 50 g	Linden- u. Pfefferminztee
	Gurken	100–150 g	Zitronen, Zucker
	Kabis	80–100 g	
	Kopfsalat	¼–½ Kopf	1,5 Pfund Mehl
	Nüßlisalat	40– 50 g	45–50 Fleischvögel
	Tomaten	100–150 g	3,5 kg Reis
Suppe		3– 4 dl	8–10 Endivien, je nach
Käse	Hauptmahlzeit	60– 70 g	Größe
	Tourenproviant	70– 80 g	Essig und Öl
	Zvieri	50 g	
Milch	Frischmilch	4–5 dl	Gemüsesuppe
	Kondensmilch	0,3 dl	Bratkügeli, an brauner
Obst	Bircher müesli	200 g	Sauce
	Dessert	100–200 g	Hörnli
	Tourenproviant	200–300 g	Spinat
Nüsse	Tourenproviant	50– 80 g	Tee
Kochfett		5– 20 g	Brotsuppe
Konfitüre		50 g	Schweinsvoressen
Zucker	Bircher müesli	50 g	Salzkartoffeln
	Tee	5– 10 g	Weißkabis
Salz		5– 10 g	Tee
Kaffeepulver		25 g/l	
Kakaopulver		5– 15 g/l	Gerstensuppe
Schokoladenpulver		10– 15 g/l	Hartgekochte Eier
Tee		4–5 dl	an Tomatensauce
Teekräuter		4–5 g/l	Risotto
Schokolade	Tourenproviant	50– 80 g	Kopfsalat
			Tee
			Grießsuppe
			1,5–2 kg Grieß

Die folgenden Menus sind für zirka 45 bis 50 Mädchen im Sekundarschulalter berechnet. Sie lassen sich beliebig kombinieren und ergeben während

Tag und Zeit	Menu	Benötigte Lebensmittel	Menge für 45–50 Personen	Preis Fr.	Bemerkungen
3. 2. Morgen	Milchkaffee Schwarzbrot Butter Konfitüre	Frischmilch Kaffeepulver Schwarzbrot Butter Zwetschgenkonf.	16 l ca. 100 g 10 kg 1 kg 2,5 kg	9.60 1.20 8.— 12.— 5.80	
Mittag	Suppe Hörnli mit Käse Geschnetzeltes Kalbfleisch Salat	Knorrsuppe Hörnli Geriebener Käse Geschn. Kalbfl. Kopfsalat	1–2 Paket 3,5 kg 400 g 5 kg 10 St.	6.20	
Abend	Geschw. Kart. Käse Butter Kaffee	Kartoffeln Tilsiter Butter Milch Kaffeepulver Aroma	10 kg 3 kg 1 kg 16 l ca. 100 g	21.— 12.— 9.60 1.20	Portionen schneiden

Hackbraten	2 kg gehack. Rindfleisch	Apfelerösti	ca. 5–7 kg Brot
Nudeln	2 kg Kalbsbrät	Milchkaffee oder	ca. 10 kg Äpfel
Blumenkohl	3,5–4 kg Nudeln	Kakao	Fett
Tee	ca. 10 Blumenkohle		Milch, Kaffee usw.
<i>d) Nachessen</i>	<i>Zutaten</i>		
Maggi- oder Knorrsuppe	1–2 große Paket Suppe	Rösti	ca. 10 kg Kartoffeln
Spaghetti an Tomatensauce	3,5–4 kg Spaghetti	Käse oder Spiegeleier	3 kg Käse oder
Tee	1 kg Tomatenpurée	Kopfsalat	45–50 Eier
	ca. 400 g geriebener Käse	Tee, evtl. Milchkaffee	8–10 Kopfsalate, je nach Größe
Geschwellte Kartoffeln	10 kg Kartoffeln		
Käse	3 kg Käse		
Butter	1 kg Butter		
Milchkaffee	16 l Milch, Kaffee, Aroma		
Bircher müesli	ca. 3,5 kg Haferflocken	Um dem Küchenpersonal eine gute Übersicht zu ermöglichen, empfiehlt es sich, eine saubere Aufstellung in der obenstehenden Art zu machen.	
Butterbrot	verschiedene Früchte,		
Milchkaffee oder	Milch, Zucker		
Kakao	8–12 kg Brot		
	1 kg Butter		
Hörnli an Eierguß	3,5–4 kg Hörnli		
Apfelmus	12–15 Eier, Milch		
Milchkaffee oder	8–10 Büchsen Apfelmus		
Kakao	Milch, Kaffee usw.		

## VI. Administrative Vorbereitung

### 1. Orientierung der Eltern

Man mache es sich zur Pflicht, die Eltern der am Lager teilnehmenden Mädchen so früh als möglich über das Lager zu orientieren. Am zweckmäßigsten geschieht dies wohl durch ein Zirkular, das den Mädchen nach Hause mitgegeben werden kann. Darin sollten folgende Punkte beantwortet werden:

- Dauer und Zweck des Lagers (Schullager, Sportlager usw.).

- Ort des Lagers.
- Name und Adresse der Leitung. Eventuell Namen von Hilfsleitern.
- Kosten des Lagers. (Dabei soll genau angegeben werden, was alles im Lagerbeitrag inbegriffen ist!).
- Besammlung zur Abreise (wann und wo).
- Reiseroute.
- Ausrüstung (eventuell auf separatem Blatt).
- Unterkunft (mit kurzer Beschreibung).
- Lage der Unterkunft (alleinstehend, in Dorf, an Sonnenhang, Distanz zu Station usw.).
- Adresse des Lagers.
- Nächstes Telefon.
- Voraussichtliches Lagerprogramm (Touren, Ausflüge usw.).
- Rückkehr (Datum und Ankunftszeit).

## 2. Anmeldung

Die Anmeldungen sollten bis etwa einen Monat vor dem Lager erfolgt sein. Für unsere Zuger Verhältnisse hat sich folgendes Anmeldeformular sehr bewährt.

### Anmeldung für das Lager ...

1. Wir erlauben unserer Tochter ... am Lager in ... vom ... bis ... teilzunehmen.

2. Sie ist gegen Unfall  
– versichert bei ...  
– nicht versichert.

3. Wir wollen sie während dieses Lagers  
– bei der Schulversicherung (zusätzlich) versichern  
(Prämie Fr. ...., Leistungen Fr. ....)  
– nicht (zusätzlich) versichern.

4. Falls unsere Tochter nicht versichert ist, übernehmen wir alle Kosten, die sonst durch die zusätzliche Schulversicherung übernommen würden.

Unterschrift der Eltern: ...

Adresse: ...

Telefon: ...

Dieses Anmeldeformular mag auf den ersten Blick reichlich viel über Versicherungen enthalten. Es hat sich aber im Laufe einiger Jahre gezeigt, daß mangelhafter oder gar fehlender Versicherungsschutz bei einem eventuellen Unfall gerne Anlaß zu Streitigkeiten zwischen Eltern und Lagerleitung gibt. Man orientiere sich daher genau, wo und in welchem Umfange die Mädchen versichert sind,

damit man im Schadenfalle sofort weiß, wohin man die Formulare zu senden hat und welche Leistungen eine Versicherung erbringt. Aus dem gleichen Grunde sollte jede Lagerleiterin eine ausreichende Haftpflichtversicherung besitzen.

## 3. Liste der persönlichen Ausrüstung

Diese Liste kann nur Anhaltspunkte geben, doch sollte darauf geachtet werden, daß nicht zuviel mitgeschleppt wird. Meistens ist in den Lagerräumlichkeiten der Platz etwas knapp, und dann fällt es schwer, Ordnung zu halten.

### a) Schlafzeug

Schlafsack oder Wolldecke (evtl. Leintuchsack) – Pyjama oder Trainer.

### b) Wäsche

Ersatzwäsche je nach Lager, Ort und Zeit – Taschentücher – Socken und Strümpfe.

### c) Kleider

Pullover, Bluse – Gehhose oder Jupe, Shorts – Regenschutz, Windjacke – Hausschuhe (Finken) – Schürze.

### d) Toilettengegenstände

Waschlappen – Gesichts-, Hand-, Frottiertuch – Seife – Zahnbürste und Zahnpasta – Kamm und Bürste.

### e) Sportausrüstung

Je nach Lagerzweck und Jahreszeit.

### f) Diverses

Sonnenbrille – Taschenlampe – Schuhputzzeug (Ersatzschuhbändel!) – Nähzeug – Schnüre – Schreibzeug und Papier – Spiele, Bücher – Photopapparat – Anhängeadressen – Zeitungen (für nasse Schuhe!).

## 4. Leiterausrüstung

Neben den persönlichen Effekten benötigt man als Lagerleiterin noch etwas zusätzliches Material, wie zum Beispiel:

Apotheke und Handbuch der Ersten Hilfe – Vorlesestoff, Bücher für Unterhaltung – Topographische

Fortsetzung siehe Seite 183

Karten der Gegend, Bussole – Signalpfeife – Unfallformulare – Schreibmaterial – Quittungs- und Rechnungsformulare usw.

Eine Lagerapotheke, die den fast täglich vorkommenden kleinen ‹Unfällen› gewachsen sein soll, muß folgende Dinge enthalten:

Heftpflaster – Verbandgaze – Schnellverband – Elastische Binden – Salbenkompressen – Watte – Verbandklammern – Sicherheitsnadeln – Dreiecktücher – Scheren und Pinzetten – Fieberthermometer – Desinfektionsmittel – Wundpuder – Essigsäure Tonerde – Mittel gegen Schmerz, Kopf- und Halsweh, Durchfall und Verstopfung, Insektenstiche, Verbrennungen – Traubenzucker mit Coramin (Coraminglucose) – Sonnencreme und Lippenpasta (Hima) – Kramerschiene.

## VII. Lagerorganisation

### 1. Allgemeines

Selbst wenn ein Lager nur zur Erholung dienen soll, so darf der Tagesablauf nicht bloß aus tatenlosem Herumliegen bestehen. Es ist notwendig, ein Mindestmaß an geregeltem Betrieb und straffer Ordnung vorzusehen, da jedes Lager sonst innert weniger Tage allen zum Halse herauhängt. Gereiztheit, Spannungen und Streit sind fast immer die Folge solcher oder Bummelei.

Es ist daher nötig, schon vor Beginn des Lagers verschiedene Tagesprogramme in den Grundzügen vorzubereiten. Aber man hüte sich dann während des Lagers, diese Programme stur durchzuexerzieren. Anpassungsfähigkeit, Ideenreichtum und Organisationstalent zeichnen gerade hier die gute Lagerleiterin aus.

### 2. Arbeitsaufteilung

Es ist ganz klar, daß die Leiter eines Lagers nicht

alles selber machen können. Zudem ist es erzieherisch wertvoll, gewisse Arbeiten durch die Mädchen selber ausführen zu lassen. Sie sehen dann selbst, wieviel Arbeit hinter einem reibungslosen Lagerbetrieb steckt.

Ohne weiteres kann verlangt werden, daß jeder Schlafräum von den darin untergebrachten Mädchen täglich eigenhändig gereinigt und in Ordnung gehalten wird. Man kann diese Arbeit interessant gestalten, indem man zum Beispiel kleine Preise für die saubersten Zimmer aussetzt. Erlaubt man die Dekoration der Zimmer (wobei jedes unter einem anderen Motto stehen kann!), muß die Verwendung von Reißnägeln strikte untersagt werden, denn die Vermieter schätzen es in der Regel nicht, wenn überall in den Wänden kleine Löcher zurückgelassen werden.

Andere täglich auszuführende Arbeiten teile ich jeweils unter sogenannte Arbeitsgruppen auf. Vor jedem Lager überlege ich mir, auf Grund der Erkundigung, welche Arbeiten täglich anfallen werden. Es sind dies zum Beispiel:

- Auftischen und Abräumen.
- Abwaschen.
- Zurüsten der Nahrungsmittel.
- Helfen beim Einkaufen.
- Reinigen der einzelnen Räume (ausgenommen die Schlafräume).

Die Mädchen werden darüber orientiert, daß von ihnen eine gewisse Mithilfe gefordert wird. Sie können sich dann als Dreier- oder Vierergrüppchen melden, denen täglich eine andere Arbeit zugewiesen wird. Damit im Lager nicht die ganze Zeit gefragt wird, wer wann welche Arbeit zu erledigen habe, schlage ich am Anschlagbrett den Arbeitsgruppenplan an, der folgendermaßen aussieht:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	...
Küche:				
Morgenessen	Uhu	Fink	Duck	
Mittagessen	Fink	Uhu	Tschent	
Nachtessen	Duck	Tschent	Uhu	
Auftischen und Abräumen	Elvis	Duck	Fink	
Essraum putzen	Jöggü	Elvis	Duck	
Toiletten reinigen	Tschent	Jöggü	Elvis	

### 3. Tagesprogramm

Die Orientierung der Mädchen über das, was vorgesehen ist, erfolgt immer bei den Mahlzeiten, da dann jeweils alle beisammen sind. Zudem wird jedes Tagesprogramm am Anschlagbrett angeschlagen. Ich verwende dazu folgendes Schema:

---

#### Tagesprogramm für ...

Wir stehen auf um: ...

Morgenessen um: ...

Anschließend Zimmer reinigen und Betten machen.

Vormittag: ... (Was geschieht wo und wann.)

Mittagessen um: ...

Nachmittag: ... (Was geschieht wo und wann.)

Nachtessen um: ...

Abendprogramm: ... (Was geschieht wo und bis wann.)

Nachtruhe um: ...

---

In zwangloser Reihenfolge seien hier zu verschiedenen Punkten des Tagesablaufes einige Gedanken geäußert:

#### a) Tagwache

Man setze sie nicht zu früh an, denn das Lager soll ja neben vielen anderen Zwecken auch der Erholung dienen. Im Winter empfiehlt es sich, etwas später aufzustehen, da man am frühen Vormittag im allgemeinen nicht viel anfangen kann.

Großen Anklang findet jeweils das Wecken mit Musik. Meist verfügt man ja in einem Mädchenlager über einen Plattenspieler, auf dem man morgens eine zügige Platte laufen läßt. Es ist jeweils verblüffend, wie sich dieses «Morgenständchen» auf die allgemeine Stimmung auswirkt.

Wichtig ist es aber, daß man den Mädchen vor allem genügend Zeit für das Aufstehen und die Morgentoilette läßt. Lieber dreiviertel Stunden als nur eine halbe Stunde dafür einräumen, dann aber pünktliches Erscheinen beim Morgenessen verlangen.

#### b) Tagesmotto

Um Abwechslung in den Lagerbetrieb zu bringen, kann jeder Tag unter ein anderes Motto gestellt werden. Die Abende auszufüllen, stellt in einem Lager mit Sekundarmädchen kein Problem dar. Läßt man die Mädchen beispielsweise zur Musik

selbst mitgebrachter Platten tanzen, so geht die Zeit im Fluge vorbei. Tanz- und Unterhaltungsspiele sowie Produktionen lassen alle zu einer fröhlichen Gemeinschaft zusammenwachsen.

Den zweitletzten Abend gestalten wir jeweils als «Bunten Abend», an dem niemand ohne Verkleidung erscheinen darf. Zudem muß jedes Zimmer mindestens eine Produktion bringen. Es ist kaum zu glauben, welches Gerenne und Geflüster während des vorangehenden Tages herrscht! Bringen dann die «Küchenfeen» noch eine kalte Crème oder Kuchen als «Küchen-Produktion», kennt die Begeisterung keine Grenzen mehr.

Sonst sollte der Betrieb im allgemeinen an den Abenden eher ruhig gehalten sein, da sonst die Mädchen nach dem Zubettgehen allzu aufgereggt sind und keinen Schlaf finden können.

#### c) Nachtruhe

Die Einhaltung der Nachtruhe muß mit unnachsichtiger Strenge durchgesetzt werden, denn die «Schwatztanten» bringen mit ihrem Gekicher und Geflüster auch die anderen um den notwendigen Schlaf. Nützen Ermahnungen nichts, scheue man vor Disziplinarmaßnahmen nicht zurück. Nochmaliges Aufstehen und Wachbehalten nützen nicht viel. Viel größeren Eindruck macht es, wenn die Fehlbaren am nächsten Morgen um die doppelte «Schwatz»-Zeit früher aufstehen und arbeiten müssen (z.B. Toiletten reinigen). Strafweiser Nahrungsentzug scheint mir eine sehr bedenkliche Maßnahme zu sein.

#### d) Essen

Viele Mädchen kennen von zu Hause her leider keine richtige und gepflegte Tischgemeinschaft mehr. Hier ist im Lager eine ausgezeichnete Gelegenheit, um fast unbemerkt als Erzieher zu wirken. Ein Lied, kurzes Schweigen oder ein Tischgebet eröffnen und schließen jede Mahlzeit.

Herr, unser Gott, wir bitten Dich, segne uns Speise und Trank und gib, daß uns alles zum Wohle gereiche. Amen!

Niemand beginnt zu essen, bevor alle geschöpfst haben, und der nächste Gang wird erst dann aufgetragen, wenn alle mit Essen fertig sind. Gespräche sind in «Zimmerlautstärke» zu führen. Wird trotz mehrmaliger Ermahnung gelärmst, schadet es nichts, wenn eine Mahlzeit zur Abwechslung schweigend

eingenommen werden muß. Durch solche Tischregeln lernen alle aufeinander Rücksicht zu nehmen, und das Essen verläuft ohne Hetze und Ärger in froher Gemeinschaft.

Ein kleines Detail, das aber bei Nichtbeachtung oft Anlaß zu großem Ärger geben kann, ist das rechtzeitige Heimkommen von Spiel und Sport. Ich verlange, daß jeweils eine halbe Stunde vor Beginn der Mahlzeit alle zurückkehren, damit genügend Zeit für Umziehen und Waschen zur Verfügung steht.

#### e) Hygiene, Krankheit und Unfall

Die tägliche Körperpflege sollte unauffällig kontrolliert werden, da es in jedem Lager mit Sekundarschülerinnen gewisse ‹Dämmchen› gibt, die scheinbar noch im 17. Jahrhundert leben und das Wasser nur in Form von wohlriechenden ‹Wässerchen› zu kennen scheinen! Daß die Zähne nach jeder Mahlzeit zu putzen sind, sollte bald eine allgemeine Selbstverständlichkeit sein.

Bei Krankheit und Unfällen ziehe man lieber den Arzt zu früh als zu spät bei.

#### f) Diverses

Es kommt natürlich immer wieder vor, daß einem Mädchen nicht alles paßt, oder daß bestimmte Wünsche bestehen. Zu diesem Zwecke stelle ich jeweils eine Schachtel auf, in welche Reklamationen und Vorschläge ohne Namensangabe gelegt werden können. – Meist aber wird man solche Dinge in direktem Gespräch lösen können.

Sehr zu empfehlen ist es, eine Fundkiste aufzustellen. Die angeblich verlorenen und gestohlenen, in Wirklichkeit aber meist nur verlegten Sachen kommen so von selber wieder zurück, ohne daß man selber immer allem nachspringen muß.

Es gäbe hier noch vieles anzuführen, wie zum Beispiel, daß die Postverteilung erst nach dem Essen vorzunehmen ist, oder daß man einen Briefkasten für die abgehende Post aufstellen soll, damit nicht ein dauerndes ‹Ins-Dorf-Rennen› einreißt.

### VIII. Hin- und Rückreise, Bezug und Abgabe der Unterkunft

#### 1. Billetbestellung

Das Kollektivbillet ist mit dem speziellen Formular rechtzeitig bei der Abreisestation zu bestellen. Leider denken viele Lehrpersonen nicht daran, daß die Plätze in den vorgesehenen Zügen und Postautos

nur dann reserviert werden können, wenn die Transportunternehmen 1–2 Tage vor Antritt der Reise orientiert sind. Lieber zu früh bestellen und die Anzahl der Reiseteilnehmer unmittelbar vor der Abfahrt noch korrigieren, als zu riskieren, daß keine Plätze (Postautos!) zur Verfügung gestellt werden können. Zudem schätzen es die Bahnen, wenn wir für unsere Reisen nicht ausgerechnet die Sonntage vorsehen, an denen sonst schon ein kaum zu bewältigender Verkehr herrscht.

#### 2. Reise

Die Besammlung sollte etwa 15–30 Minuten vor Abfahrt angesetzt werden. Man hat dann noch Zeit, die anwesenden Eltern zu begrüßen, das Billet zu beziehen, allfällig noch nicht spediertes Gepäck aufzugeben und sich nach den reservierten Plätzen bei den Abfertigungsbeamten zu erkunden.

Während der Reise achte man auf Disziplin und Ruhe. Die Mitreisenden schätzen es im allgemeinen nicht, von lärmigen Jugendlichen gestört zu werden. Auch sorge man dafür, daß das Abteil nach dem Verlassen sauber ist. Herumliegende Abfälle werfen ein schlechtes Licht auf Schule, Leiterin und Mädchen!

Das Umsteigen ist immer ein großes Problem, besonders dann, wenn nur wenig Zeit zur Verfügung steht und viel Gepäck (besonders im Winter Ski und Schlitten) mitgeschleppt wird. Es empfiehlt sich, die Mädchen frühzeitig bereitzustellen, damit der Wagen rasch verlassen werden kann. Da meistens etwas liegenbleibt, sollte ein Hilfsleiter oder ein zuverlässiges Mädchen nachsehen, ob alles mitgenommen wurde.

#### 3. Unterkunftsbezug

Bei der Ankunft, deren genaue Zeit dem Besitzer gemeldet wurde, ist unter allen Umständen zu verhindern, daß die Unterkunft ‹gestürmt› wird. Zusammen mit dem Besitzer besichtigt die Leiterin zuerst die ganze Unterkunft. Größere Mängel oder fehlendes Inventar werden gegenseitig schriftlich bestätigt.

Erst wenn dies in Ordnung ist, beziehen die Mädchen gruppenweise ihre Zimmer und versorgen ihre Sachen an den dafür vorgesehenen Orten. Gleich vom ersten Augenblick an dringe man auf tadellose Ordnung.

Es ist wichtig, daß jeder Hilfsleiter genau weiß, wem welche Arbeit zugeteilt ist, wie zum Beispiel: Kontrolle des Zimmerbezuges, Abholen des vorausgeschickten Gepäckes, Einkauf der Lebensmittel für die ersten Mahlzeiten usw.

#### 4. Lagerabschluß

Am zweitletzten Tag sollte das Lager seinen Höhepunkt erreichen. Der letzte Abend eignet sich meist nicht mehr so gut für die Durchführung eines «Bunten Abends», weil es dann gerne geschieht, daß die Mädchen während des Räumens der Unterkunft und der Heimreise infolge Übermüdung gereizt sind. Am letzten Abend gehören alle Lagerteilnehmer früh ins Bett, damit auch der Rückreisetag noch etwas «Gefreutes» wird!

#### 5. Abgabe der Unterkunft und Rückreise

Das Wichtigste für die geordnete Abreise ist eine genaue Zeitplanung. Durch eine sorgfältige Einteilung der verfügbaren Zeit kann weitgehend die so gefürchtete «Hetz der letzten Minuten» verhindert werden. Es empfiehlt sich sehr, für alle Arbeiten genügend Zeit vorzusehen und sich vorzunehmen, etwa eine Stunde vor dem Abmarsch bereit zu sein. Diese Zeitreserve von einer Stunde kann bei unvorhergesehenen Zwischenfällen oft die letzte Rettung sein.

Im allgemeinen sollten folgende Zeiten genügen:

Aufstehen und Morgentoilette	½ Stunde
Morgenessen und Abwaschen	1 Stunde
Packen	½-1 Stunde
Zimmerreinigung	1-1 ½ Stunden
Inventur	½ Stunde

Die Rückgabe von Unterkunft und Inventar bespreche man schon frühzeitig mit dem Eigentümer. Bei einem gemeinsamen Rundgang mache man ihn ehrlich auf eventuelle Schäden aufmerksam. Meist sind die geforderten Ersatzansprüche sehr gering, und es wäre schade, wenn infolge der Verheimlichung von Mängeln das Einvernehmen zwischen Vermieter und Lagerleitung nachträglich noch getrübt würde. Die ordnungsgemäße Rückgabe lasse man sich auch wieder schriftlich bestätigen. Dadurch ist man gegen eventuelle spätere Forderungen gedeckt.

Das Gepäck soll nach Möglichkeit bereits am Vortage der Abreise aufgegeben werden, damit es bei

der Ankunft auch am Heimatort ist. Bei dieser Gelegenheit frage man auf der Station gerade, ob mit der Rückreise alles klappe (Wagenreservation usw.). Mit den Lieferanten, die am Lagerort wohnen, sollte die Lagerleiterin persönlich vor der Abreise abrechnen. Allfällige Mißverständnisse und Preisdifferenzen können dadurch einfacher geregelt werden als durch eine langwierige Korrespondenz. Zum Schluß mache man es sich zur Pflicht, allen jenen, die zum Gelingen eines Lagers beigetragen haben, zu danken und seine Vorgesetzten über das Lager zu orientieren.

### IX. Literatur

#### 1. Allgemeines, Leitung, Verpflegung

- Behrmann H.:* Was man vom Zelten wissen muß. Basel 1952.  
*Binder O.:* Pack' den Rucksack. SJW, Heft 194.  
*Clairmont P. und Zollinger F.:* Verletzungen und Samariterhilfe. Schultheß, Zürich.  
*Cotti R. und Oberholzer H.:* Kennen und Können. Werkbuch praktischer Jugendarbeit. Hrsg. vom Schweiz. Jungwachtbund im Rex-Verlag, Luzern 1963.  
*Gamper H. P.:* Handbuch für Lagerleiter. Eine Anleitung zum richtigen Gestalten von Ferienlagern. Aarau 1952.  
*Gardi R.:* Mit Rucksack und Kochtopf. Ein Wanderbuch. Aarau 1938.  
Handbuch für den Vorunterricht. Hrsg. von der Abteilung Vorunterricht der Militärdirektion Zürich.  
*Heupke, W. und Rost G.:* Was enthalten unsere Nahrungsmittel? Ihre Zusammensetzung und ihr biologischer Wert. Frankfurt a. M. 2. Aufl. Ohne Jahr.  
*Knobel B.:* Romantisches Kochen im Freien und am Kamin. Anleitungen und Rezepte. Zürich 1957.  
*Knorr L.:* Moderne Zeltlagergestaltung. Frankfurt a. M. 1957.  
*Locher J.:* Zelt und Schlafsack. Anleitung zum Selbstbau mit allerlei praktischen Winken für das Zeltlager. Ravensburg (Maier).  
*Lombard D.:* Gesundheits- und Krankendienst. Zürich (Polygraphischer Verlag).  
*Neidhart P.:* Psychologischer Leitfaden für Jugendleiter. Zürich 1947.  
*Pro Juventute:* Über die Ernährung auf Wanderungen. Merkblatt 105 des Freizeitdienstes. Zürich 1949.  
*Pro Juventute:* Verpflegung in Ferienkolonien und Lagern. Merkblatt 111 des Freizeitdienstes. Zürich 1949.  
*Pro Juventute:* Freizeit-Bücherverzeichnis. Zürich 1964.  
*Sand E. und Meis W.:* Die Verantwortung des Jugendgruppenleiters. Deutscher Gewerkschaftsbund, Düsseldorf.  
*Senger M.:* Vom fröhlichen Wandern. Schweiz. Freizeitwegleitung Nr. 10. Zürich (Pro Juventute) 1942.  
*Scherf W.:* Das große Lagerbuch. Zelte, Wolkenkunde, Ausrüstung usw. Recklinghausen 1954.  
*Schweiz. Caritaszentrale:* Die Leitung von Ferienkolonien. Grundsätzliches und Praktisches. Luzern 1934.  
*Schweiz. Lehrerzeitung:* Sonderheft über Schüler- und Klassenlager. 97. Jahrgang, Nr. 6, Februar 1952.

- Schweizer Schule*: Sondernummer über Schulwandern und Ferienkolonien. 44. Jahrgang, Nr. 3, Juni 1957.
- Stiff G.*: Das große Fahrt- und Lagerhandbuch. Deutscher Jugend-Verlag, Münster 1959.
- Wu-Hu*. Lagerküche. Bund Schweiz. Pfadfinderinnen. Bern.
- 2. Spiel, Sport und Unterhaltung*
- Aebli F.*: Raten, denken, lachen und noch andere Sachen. Aarau (Sauerländer).
- Aebli F.*: Die bunte Stunde. Das Büchlein der Gesellschaftsspiele. SJW, Heft 16.
- Aebli F. und Pfenninger H.*: So unterhalt' ich meine Gäste im Alltag und beim Feste (Spielbuch). Aarau 1942.
- Alber H.*: Heimspiele. Spielhandbuch des Schweiz. Jungwachtbundes. Luzern 1941.
- Alber H.*: Tummelspiele. Spielhandbuch des Schweiz. Jungwachtbundes. Luzern 1945.
- Alber H.*: Geländespiele. Spielhandbuch des Schweiz. Jungwachtbundes. Luzern 1949.
- Alber H.*: Heimspiele im Lager. In: Schweizer Schule, 44. Jahrgang, Nr. 3, Juni 1957, Seite 78/79.
- Bäulke E.*: Lustige Tanzspiele und Scherztänze. Falken-Bücherei, Bd. 165. Wiesbaden.
- Bruel C.*: 150 nouveaux jeux pour jeunes filles et enfants. Paris 1941.
- Budenz T.*: Wir laden zum Fest. München 1952.
- Budenz T.*: Die Spielkiste. Gesellschaftsspiele für die Jugend von heute. München 1958.
- Budenz T.*: Sketche, Possen, Clownerien. München (Don Bosco).
- Dahl H.*: Jugendbrett. Kurzszenen für bunte Abende und Lagerzirkus. Heidelberg 1963.
- Demole A. C.*: Hoi, Hoi! Jugendspielbuch. 2. Aufl. Aarau 1943.
- Deutsches Spielhandbuch. 1. Teil: Bunte Spiele. Potsdam 1928.
- Deutsches Spielhandbuch. 4. Teil: Tummelspiele. Potsdam 1929.
- Deutsches Spielhandbuch. 6. Teil: Heimspiele. Voggenreiter, Potsdam 1929.
- Eidg. Militärdepartement*: Lehrbuch für das schweizerische Schulturnen. 4 Bände. Bern 1960/61.
- Fischer H.*: Geländespiele und Orientierungsläufe im Ferienlager. In: Schweizer Schule, 44. Jahrgang, Nr. 3, Juni 1957, Seiten 76–78.
- Frankenfeld P.*: 1000 Albernheiten zum fröhlichen Zeitvertreib. Berlin (Blanvalet).
- Göök R.*: Lustige Spiele für Haus und Garten. Bertelsmann 1961.
- Göök R.*: Quiz, Quiz, Quiz. 1945 Fragen und Antworten. Bertelsmann 1963.
- Grande D.*: Tanzspiele. München 1955.
- Grips B.*: Geduldspiele und fröhliche Kurzweil für groß und klein. Falken-Bücherei, Bd. 115. Wiesbaden.
- Heim E.*: Gesellschaftsspiele für jung und alt. 7. Aufl. Basel 1960.
- Hornauer S.*: Alles was froh macht. Wien 1962.
- Hurst G.*: Sportliche Spiele für Mädchen. Heidelberg 1956.
- Janssen H.*: Alle spielen mit. München 1962.
- Kischnick R.*: Was die Kinder spielen. 250 Bewegungsspiele für die Schuljugend. Stuttgart 1960.
- Lampe H. H.*: Gesellschaftsspiele im kleinen Kreis. Darmstadt 1956.
- Luft L.*: Spiele auf der Wiese. Falken-Bücherei, Bd. 125. Wiesbaden.
- Lux K.*: Zimmerspiele. Wien (Bundesstelle der SPO) 1946.
- Mattmüller F.*: Zimmerspiele. Bern (Blaukreuzverlag).
- Mattmüller F.*: Spiele im Freien. Bern (Blaukreuzverlag).
- Morel N.*: Comment jouer avec ses amis. Paris 1954.
- Müller Th.*: Das Hausbuch der Spiele und Hobbies. Berlin 1954.
- Nicolin M.*: 100 Spiele für die Mädchengruppe. Würzburg 1958.
- Pausch K. F.*: Wir machen alle mit! Scherze, Spiele, Denkaufgaben. Heidelberg 1959.
- Preetorius J.*: Knaurs Spielbuch. München 1953.
- Pruss Fr.*: Die schönsten Würfelspiele. Ein Verführer zum Knobeln und Trudeln. Falken-Bücherei, Bd. 194. Wiesbaden.
- Pum – oder mach deine Spiele selber. Ein Handbuch für den Spielleiter. Bund Schweiz. Pfadfinderinnen 1955.
- Rommel W.*: Fröhliche Freizeit. Spiele, Unterhaltung, Beschäftigung. Luzern 1955.
- Roy A.*: Jeux et loisirs de la jeunesse. Paris 1956.
- Saffenereuther E.*: Mädchenfeste. München 1960.
- Sautter R.*: Kuriose Denkaufgaben aus fünf Jahrtausenden. Falken-Bücherei, Bd. 112. Wiesbaden.
- Sautter R.*: Die schönsten Ballspiele für jung und alt. Falken-Bücherei, Bd. 160. Wiesbaden.
- Schweiz. Frauenturnverband*: Spielbuch.
- Schweiz. Frauenturnverband*: Turn-, Neck- und Unterhaltungsspiele. Bern 1958.
- Sperling W.*: Amüsanter Zeitvertreib. Neue Denksportaufgaben für jung und alt. Rüschlikon 1949.
- Sperling W.*: Die Grübelkiste. Ein Buch zum Kopfzerbrechen. Rüschlikon 1953.
- Sperling W.*: Schöne Spiele mit Bällen. Recklinghausen 1954.
- Sperling W.*: Spiele, Spiele, Spiele für drinnen und draußen. München 1958.
- Sperling W.*: Geduld- und Vexierspiele. München 1963.
- Stadler J.*: Spielbare Witze und skizzierte Sketche. München 1958.
- Stiff G.*: 1000 Jugendspiele. Deutscher Jugend-Verlag, Münster. 9. Aufl. 1962.
- Tümmel E.*: Spiele im Freien. Hamburg.
- Ulrich B.*: Gesellschaftsspiele für jung und alt daheim und draußen. Falken-Bücherei, Bd. 67. Wiesbaden.
- Wyss R.*: Spielbuch. Gesellschaftsspiele für groß und klein. Neue Bücher AG, Zürich.
- Zakl L.*: 100 lustige Spiele im Freien. Zürich 1958.
- Zanger A.*: Geländedienst. Schweiz. Pfadfinderbund, Heft 5.
- 
- Geschichte ist nicht einfach eine Maschine, in der wir wie ein Rad herumgetrieben werden. Jeder Moment ist Herausforderung, und der Mensch kann darauf antworten.*
- Theophil Spoerri: Grundkräfte der europäischen Geschichte