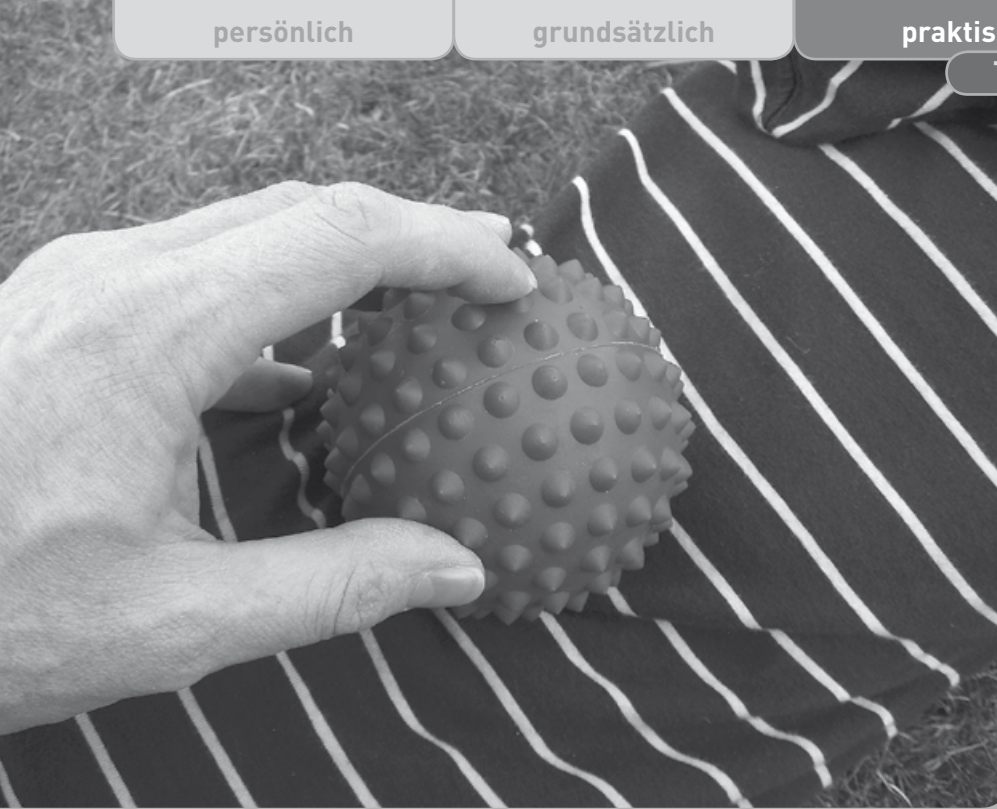




auf einen speziellen Bereich einschränken, z.B. Hände oder Füße (unbedingt Möglichkeit zum vorherigen Waschen der Füße einrichten ☺). Oder man massiert sich gegenseitig den Rücken, aber über den Kleidern mit Hilfsmitteln wie verschiedenen Bällen (Tennisball, Volleyball, «Igelball», siehe Bild oben).

Tipp: Statt einem teuren Massageöl kann man auch ein pflanzliches Öl (Mandelöl aus der Drogerie, Olivenöl) verwenden.

Schwitzhütte

Die Outdoor-Alternative zur Sauna. Mit Weiden- oder Haselstecken baut man ein igluähnliches Gerüst über das man Decken oder Militärbdecken (von der Jungschi) legt, möglichst dicht. In der Mitte dieser Hütte gräbt man ein kleines Loch. Auf einem grossen Feuer werden grosse Steine erhitzt (Achtung: keine Flusskiesel oder Betonsteine, die zerspringen), je nach Grösse des Feuers ein bis zwei Stunden lang. Dann werden ein paar heisse Steine mit einem Spaten o.ä. in die Mitte der Schwitzhütte gelegt. Die Teilnehmer begeben sich in der Badeho-

se in die Schwitzhütte. Vorsichtig tropft man nun etwas Wasser (ev. mit Saunazusatz) auf die Steine, damit Dampf entsteht. Sind die Steine kalt, werden sie ausgewechselt.

Tipp: Bei grösseren Gruppen lieber zwei kleinere als eine grosse Schwitzhütte bauen. Das ist einfacher zum Heizen und man kann eine Männer- und eine Frauenhütte machen.

Nach dem Schwitzen ist eine Abkühlung angenehm. Ideal ist ein See / Weiher in der unmittelbaren Nähe, ansonsten tut es auch ein Kinderplanschbecken mit kaltem Wasser. Für den Ausklang ev. eine Liegewiese einrichten.

Schminken / Frisieren

Organisiert euren eigenen kleinen Coiffeur-Salon. Vielleicht kennt ihr sogar jemanden, der in diesem Bereich arbeitet / gearbeitet hat und mit Rat und Tat zur Seite stehen kann. Haare tatsächlich schneiden würde ich allerdings nur, wenn der «Coiffeur» das auch tatsächlich kann und das «Opfer» alt genug ist (oder die Eltern einverstanden sind).

Anschliessend wird das Kunstwerk mit der Digicam festgehalten, das beste Bild ausgedruckt und in einer Galerie aufgehängt.

Tipp: Bei verschiedenen Coiffeur-Salons oder Beauty-Studios nachfragen, ob ihr Gratis-Muster bekommen könnt.

Schmuck basteln

Auch hier gibt es dutzende von Möglichkeiten und Anleitungen, von Bänderknüpfen über Perlenschmuck und Schmuck aus Recyclingmaterial (siehe auch Artikel AufWERTung, S. 18) bis hin zur Leder- und Metallbearbeitung. Bücher mit Anleitungen finden sich in jedem Do-it oder Bastelshop.

Glücksspiele

Da für die einen bekanntlich ihr Wert am Geld hängt, passt auch ein Casino mit verschiedenen Glücksspielen wie Poker, Black Jack oder Roulette.

Das Spielgeld kann man entweder gleich für den ganzen Abend verwenden (andere Angebote kosten, bzw. man kann sich Geld verdienen, indem man jemanden massiert, schminkt, ...). Oder dann hat es nur gerade im Casino seine Bedeutung.

Deko-Tipp: Mit einem Beamer Ausschnitte aus Filmen wie Casino Royale oder Ocean's Eleven an eine weisse Wand projizieren.

Wettrennen

Andere definieren ihren Wert über ihre Leistung. Wie wär's mit einem Autorennen: Zwei TN treten mit je einem Bobbycar o.ä. gegeneinander an und fahren einen ausgesteckten Parcours ab. Die Bestzeiten werden auf einer Tafel festgehalten.

Alternativ können auch ein Dart- oder Tischfussballturnier angeboten werden.

Fotostudio

Wenn ihr einen Hobbyfotografen und einen Computerfreak in euren Reihen habt, dann wäre das vielleicht eine Idee: Richtet ein kleines Studio mit einer blauen oder grünen Wand (Bluebox) ein, wo sich die TN fotografieren lassen können, ev. mit Verkleidung oder nach dem Besuch des Postens «Schminken / Frisieren». Die Bilder werden anschliessend am PC bearbeitet (Hintergrund ersetzen, Hautunebenheiten korrigieren, retuschieren, ...). Wenn derjenige am PC etwas Erfahrung mitbringt, dann lassen sich erstaunliche Fotos mit coolen Effekten erstellen. ●

