



SPORT-CAMP für onkologisch erkrankte Kinder / Jugendliche und Geschwister
Zur schönsten Sandbank der Welt!
In den Pfingstferien: 14. Juni - 21. Juni 2025

An- und Abreise:

Zug ab München (bzw. Zustieg unterwegs) am Freitag, den 13. Juni

Erste Übernachtung: auf dem Campingplatz in Norddeich-Mole vom 13. auf den 14. Juni

Hinfahrt mit der Fähre: ab Norddeich Mole am Samstag, den 14. Juni, um 11:30

(Die Inselfähre fährt abhängig von den Tiden an diesem Tag nur einmal.)

Rückfahrt mit der Fähre: ab Juist Hafen am Samstag, den 21. Juni, um 7.45

Am gleichen Tag Rückreise mit Zug ab Norddeich-Mole nach München

Wir nehmen Eure Kinder sehr gerne aus Süddeutschland im Zug mit und zurück; individuelle Anreise mit Euren Eltern bis Norddeich Mole ist auch möglich.

Kosten:

Eigenbeteiligung der Eltern pro teilnehmendes Kind: 150€ (plus anteilige Fahrtkosten)

Die weiteren Reisekosten werden durch Spenden und von Stiftungen und Sponsoren getragen.

Programm-Ideen (abhängig von den teilnehmenden Kindern und dem Wetter):

Tag 1:

Die Überfahrt über das Watt ist bereits eine wunderschöne Einstimmung auf unsere Ferienwoche. An Deck stehend beobachten wir, wie die Insel stückchenweise näher kommt. Ein langer Streifen Sand zu Beginn, später erkennen wir die Dünen, den Hafen, ein Dorf. Vom Wind durchgepustet laufen wir von Schiff an Land. Zu Fuß geht es zu unserem Ferienhaus. Denn auf der Insel gibt es keine Autos. Das Haus liegt dort, wo es am besten duftet (und schmeckt): neben dem Inselbäcker.

Wir beziehen unsere Zimmer. Danach wollen wir wissen, wo wir gelandet sind. So stiefeln wir los, die Düne hinauf und rennen den unendlich weiten Strand hinab bis zur Wasserkante – ein beachtliches Stück, da der Strand bis zu 100 Meter breit sein kann. Dort genießen wir das Meer und den Strand - die ersten Sandburgen werden gebaut und wenn es warm ist, springen wir sicher auch direkt in die Wellen. Später laufen wir über den nächsten oder übernächsten oder über-, übernächsten Strandaufgang wieder hoch und dann auf der anderen Seite der Insel, am Watt entlang zurück zum Hafen und zu unserem Haus.



Im Laufe der Woche:

Wir sind auf unserer Insel und richten uns – wie unsere Drachen – nach dem Wind und Wetter. Das Sport-Programm variiert, je nachdem ob ein Regenschauer zu erwarten ist oder purer Sonnenschein. Wenn der Wind von West kommt, radeln wir vielleicht lieber erst nach West und nutzen den Rückenwind für die Rückfahrt nach Osten.

Trotzdem steht Vieles auch jetzt schon fest:

So werden wir mit Euch **Fahrräder** oder die lustigen Viersitzer ausleihen, bei denen zwei strampeln und zwei sich chauffieren lassen.

Auch werden wir mit einem Wattführer die berühmte **Juister-Wattwanderung** machen. Das Watt gehört zum UNESCO Weltnaturerbe. Es ist einzigartig zu jeder Tageszeit und bei jedem Wetter. Allein schon die Vorstellung, dass wir auf dem Meeresboden herumspazieren, macht es faszinierend.

Zusammen mit einem Führer erkunden wir das Watt mit unseren eigenen Händen und Füßen. Eine große „Matsche“ voller Leben. Wenn die Wetterbedingungen es zulassen, werden mit Euch einen Schiffsausflug machen. Mit dem Boot fahren wir zu den Seehundbänken hinaus.

Abends kochen wir in unserer gemütlichen Unterkunft „Seesterne“ zusammen: ein leckeres Drei-Gänge Menü soll es sein. Wir legen auf eine ausgewogene und gesunde Ernährung sehr viel Wert. Nach unserem gemeinsamen Essen bleibt noch Zeit für Spiele in der Gruppe, für Gesellschaftsspiele und gemeinsames Musizieren oder für eine Abendrunde ans Meer.

Jeden Tag werden wir viel draußen unterwegs sein: Wanderungen am Strand oder im Watt, Radeln durch die Dünen, Sport und Spiele auf dem Sand, Budeln bis zum Mittelpunkt der Erde, Schwimmen, Drachen steigen lassen und jede Menge Lachen gehören zu jedem Tag.

Die Insel hat zwei Enden und beide sind völlig unterschiedlich und einen Besuch wert.

Am Bill kann man laufen und laufen und laufen und immer wieder rückt das Ende der Insel noch weiter weg. Ist das Ende am Horizont und wo ist dieser? Irgendwann sollten wir nicht weiterlaufen. Das Ende der Insel gehört den Robben und Seehunden. Es wird regelmäßig überschwemmt. Hier schrumpft die Insel, während sie am anderen Ende aber wächst.

Hier am Bill finden wir riesige Austernmuscheln, große Schneckenhäuser und jede Menge anderer Muscheln. Unsere Eimer füllen sich schnell. Ein Ranger und Einheimischer der Insel wird uns begleiten. Er steckt voller Geschichten und Anekdoten von der Insel. Aber was am wichtigsten wohl ist: Er zeigt uns die Robben und Seehunde am Ende der Insel, im Wasser und auf den Sandbänken in nächster Nähe. Durch sein Teleskop können wir sie in aller Ruhe beobachten.

Am Kalfamer treffen wir auf viele Vögel in den Salzwiesen. Mit Ferngläsern bewaffnet durchstreifen wir dieses Naturreservat. Auf unserer Wanderung werden viele Fragen geklärt: Wieso können sich ausgerechnet hier so viele Vögel satt fressen, bevor sie weiterziehen? Warum bleiben sie aber nicht einfach hier, wenn doch hier das Schlaraffenland ist? Welche Vögel sind gerade jetzt auf der Insel – können wir sie auch entdecken? Vielleicht sehen wir auch hier Seehunde und Robben. Es ist spannend.

Neben diesen Ausflügen bleibt aber jede Menge Zeit, um einfach am Strand zu sein. Wenn Ebbe ist, freuen wir uns über die vielen Priele, wo man herrlich spielen kann. Sobald die erste Wärme da ist, kann man hier bereits mit den Füßen im Wasser plantschen - sollte das Meer noch kühl sein.

Und wenn das Wetter mal schlecht ist. Wir haben viele Ideen für tolle Bastelstunden bei uns. Das kleine Dorf Juist ist immer einen Ausflug wert und das schöne Insel-Schwimmbad und ein geniales Naturschutzzentrum werden wir sicher auch gerne mit Euch besuchen. **Eine Insel-Rally** rundet unsere Woche ab. Mit den Fahrrädern düst ihr über die Insel und löst schwierige Rätsel und erfüllt Aufgaben, bevor wir uns am Deich wiedersehen.

Eine kleine Packliste:

Auch im Juni kann es trotz Sommer mal kühler werden und das erst recht auf der Insel! Dafür ist hier mancher Schauer aber viel kürzer als auf dem Festland. Der Wind pustet hier schneller die Wolken weg und schon bald scheint die Sonne wieder:

Regenjacke

Regenhose

Gummistiefel (wer welche hat)

Sportschuhe

Trekkingschuhe, in den ihr gut länger laufen könnt

Socken und genug Wechselsocken

Sonnenhut

Sonnenbrille

Sonnencreme

Fleecepulli

Ein Buff, dünner Schal

Dünne Mütze

Kurze und lange Hosen

T-Shirts und Sport-Shirts

Kleiner Rucksack mit eigener Trinkflasche

Schwimmsachen

Handtuch, Strandtuch

Bestimmt Euer liebstes Kuscheltier



Ganz wichtig:

Wer einen Drachen hat – bitte mitbringen! Und die gute Schaufel mit dem langen Stil dran auch :-)
Wer ein Lieblingsspiel hat: gerne mitbringen! (Wir haben auch einige – aber Ihr habt vielleicht andere).
Wer ein Musikinstrument hat und gerne spielt, mitbringen! Klavier ist vor Ort.

Und noch viel wichtiger: Bringt viel, viel gute Laune mit !

Über uns:

Kinder der Berge (und Sandberge) ist ein eingetragener, gemeinnütziger Verein. Seit dem Winter 2022 bieten wir ganzjährig rund fünf Bergsport- und Naturreisen für onkologisch erkrankte Kinder und Ihre Geschwister an. Wir arbeiten ehrenamtlich. Vll. ist nicht alles perfekt, dafür mit sehr sehr viel Liebe. Hinter dem Verein steht eine Familie. Unsere eigenen drei Kinder kommen mit – soweit es die Ferien erlauben – und freuen sich auf Eure Kinder.

Je nach Ziel und Unterkunft kommen zwischen 12 und 20 Kindern mit – in Juist maximal 14.

Das Team besteht aus 4 Erwachsenen. Mittlerweile haben wir im Team schon ein paar „alte Hasen“, die bereits erfahren sind. Ich als Gründerin selber habe nach einem Wirtschaftsstudium Medizin studiert und bin bei den Reisen immer dabei.

Eure Renate

Renate Hirsch - Skilehrerin DSLV & eidg. dipl. Wanderleiterin

Informationen und Anmeldung: Telefon +49-178-3122794 - renate.hirsch3@gmail.com -

www.kinderderberge.com