



j-team

Sei was **Du** bist!
Mach **Dein Ding!**

... **und so geht's!**





Liebe J-TEAM Interessierte, liebe J-Partner,

Freiwilliges Engagement von Jugendlichen entsteht nicht zufällig!

Mit der J-TEAM Initiative wurde deshalb eine Struktur geschaffen, die junges Engagement systematisch unterstützt und Räume für Jugendbildung schafft.

J-TEAMS bieten jungen Menschen die Möglichkeit ihre eigenen Ideen und Visionen einzubringen, sie weiterzuentwickeln und umzusetzen ohne direkt ein Wahlamt übernehmen zu müssen. Durch gemeinsame Teamerlebnisse entstehen emotionale Bindungen und Identifikation – das J-TEAM bietet eine soziale Heimat und Halt.

Die Initiative ist damit ein Förderprogramm für junges Engagement und Ehrenamt und soll zu einer langfristigen Bindung junger Menschen an die Sportorganisation beitragen.

Die einst definierte Vision, bis 2022 über 100 J-TEAMS in den Jugenden der Sportbünde, der Fachverbände und in den niedersächsischen Vereinen entstehen zu lassen, wurde erreicht! Im Jahr 2024 konnte die magische Grenze von 300 registrierten Teams in Niedersachsen geknackt werden, die als fester Bestandteil die Sportjugendarbeit vor Ort bereichern. In zahlreichen Projekten, ganz nach dem Motto „von Kindern & Jugendlichen für Kinder & Jugendliche“, konnten somit zahlreiche Heranwachsende in den Vereinen in Bewegung gebracht werden. Aber da geht noch mehr!

In diesem J-TEAM Guide werden Informationen dazu geliefert, wie es gelingen kann ein J-TEAM zu starten, es bei der Umsetzung von Aktivitäten zu unterstützen und nach dem Engagement angemessen zu verabschieden.

Doch der wichtigste Erfolgsfaktor lässt sich nicht in Worte fassen oder in Schaubildern abbilden: **Ein J-TEAM braucht vor allen Dingen viele unterstützende Herzen, die für das Team, für dessen Interessen und Visionen schlagen!** Auch für uns ist die J-TEAM-Initiative eine wahre Herzensangelegenheit und wir freuen uns über neue Unterstützer*innen.



J-TEAM?!

Mach Dein Ding!

Ein Team

Mindestens 4 junge Engagierte unter 27 Jahren ...

Ein Ziel

... engagieren sich für Kinder und Jugendliche im Sport ...

Ein Projekt

... Arbeiten im Team an selbstentwickelten Projekten ...



Plus Support

... unterstützt durch Ansprechpersonen (**jOffice** und **jP**) ...

Frei-Zeit

... und bestimmen, wieviel Zeit sie investieren möchten. (Keine Wahlen in ein Amt für mehrere Jahre.)





Die **Starthelfer**

Eure Benefits:

Starterpaket

Startkapital
Team-Klamotten
Individuelles Logo

Fortbildungen

Qualifizierungsangebote
„WIR gestalten Zukunft“
– Workshop vor Ort

Wir sind Starthilfe für neue J-TEAMS sowie Unterstützer*innen und Koordinierungsstelle für alle existierenden J-TEAMS im Land Niedersachsen.

Als J-TEAM-Zentrale bieten wir Euch unseren Support:

- > Unterstützung bei der Gründung eines J-TEAMS:
 - > Information zu „wie funktioniert’s?“
 - > Starterpaket mit Startkapital und Team-Klamotten
 - > inhaltliche Unterstützung durch den „WIR gestalten Zukunft“-Workshop bei euch vor Ort
- > Von Information und Hilfestellung zu Antragstellung, über Projektbeispiele, bis hin zu Projektdokumentation
- > Beratung bzgl. der Finanzierung der Team-Projekte und Aktivitäten
- > Ein individuelles Logo für das J-TEAM
- > Spezial-Qualifizierungsangebote für J-TEAMS und auch einzelne Team-Mitglieder
- > Informationen für Ansprechpersonen (**jP**) von J-TEAMS
- > Durchführung gemeinsamer Events mit Sport, Spaß und zur Vernetzung aller J-TEAMS
- > Eine gemeinsame Plattform zur Darstellung der Teams und ihrer Aktivitäten unter www.vereinshelden.org/unterstuetzen/j-team
- > Und last but definitely not least: Gute Laune, weil wir selbst von den „J-TEAMS“ begeistert sind und immer ein offenes Ohr haben!

Unterstützung

Hilfestellung

Beratung

Projektdokumentation

Informationen

Leitung Vorstand

Ansprech-
personen

**Aktive
Begleitung**

Beratung des J-TEAMS

Entscheidungsräume **schaffen**
Fehler **zulassen** um daraus zu lernen

Vertrauen in das J-TEAM

J-TEAM Mitglieder nach ihren **Stärken** einsetzen

Reflexion + Anerkennung

Sei was **Du** bist! **Mach Dein Ding!**



Die Ansprechperson (**jP**) vermittelt zwischen J-TEAM und Organisation. Er sollte seine eigene Begeisterung für das Projekt und das Team auf den Vorstand übertragen können.

Als Multi-Talent im Einsatz für das J-TEAM und das Projekt hat eine Ansprechperson (**jP**) ganz unterschiedliche Aufgaben in unterschiedlichem Umfang zu bewältigen.

- ☀ Unterstützung bei der Umsetzung des Projekts (z.B. Team-Treffen, Beschaffung von Arbeitsmitteln, etc.)
- ☀ das Öffnen von Netzwerken
- ☀ Interessenvertretung gegenüber der Organisation (Vorstand, Leitung, etc.)
- ☀ Hilfe bei rechtlichen Fragen zu einem Projekt, sowie der Beantragung von Fördergeldern.

Zu Beginn der Teamarbeit kann die Ansprechperson (**jP**) helfen die realistischen Ideen zu kanalisieren und diese dann als Interessenvertretung der jungen Menschen auch vor dem Vorstand durchzusetzen.

Das Ziel soll es sein, dass die Ansprechperson (**jP**) im Laufe der Zeit immer mehr Aufgaben an das Team selber übergeben kann und sie so noch mehr das Vertrauen in ihre Arbeit spüren.

Wir gestalten Zukunft

... jetzt und zusammen!

Der Workshop für und bei euch!

Ihr seid ein J-TEAM oder möchtet ein J-TEAM gründen?

In diesem Workshop entwickelt ihr – unterstützt von unseren Moderator*innen – Ideen, Projekte und Visionen für euer Team. Hier könnt ihr richtig kreativ werden, einfach mal herumspinnen und die nächsten Schritte zur Realisierung eurer coolsten Ideen planen.
An zwei „sportlichen“ Tagen dreht sich alles um euer Team und eure Aktionen – versprochen!

Was müsst ihr tun?

- Ihr meldet euch bei uns, damit wir gemeinsam einen Termin vereinbaren können.
- Ihr organisiert einen Raum, die Verpflegung und Unterbringungsmöglichkeiten für die Moderator*innen oder auch für die ganze Gruppe.
- Ihr ladet mind. 10 Leute ein, die aktiv mitmachen wollen (J-TEAM Mitglieder oder welche, die es werden möchten; Leute die eure Arbeit vor Ort unterstützen z.B. Jugendsprecher*innen des Vereins/Verbandes, Sportjugendvorstand)

Was bringen wir mit?

- Die Sportjugend Niedersachsen stellt zwei erfahrene Moderator*innen für den Workshop, die mit euch zusammen den Workshop durchführen.
- Wir bereiten den Workshop mit euch zusammen vor, damit eure Wünsche einfließen können.
- Wir übernehmen die Kosten für Verpflegung, Unterkunft, Anreise und Honorare. Ihr müsst nichts dazu bezahlen.





Der Gewinn für deine Organisation

| Starke Jugend | Starker Verein | Starke Gesellschaft |

Ein J-TEAM erhöht die Attraktivität des Vereins und somit auch die **Anziehungskraft auf Jugendliche**. Die gesamte Jugendarbeit im Verein wird gestärkt.

Die Jugend sichert dem Verein eine **starke und erfolgreiche Zukunft**, denn die Jugendlichen sind der (ehrenamtliche) Nachwuchs des Vereins. Durch ‚junge‘ Projekte werden mehr junge Mitglieder für den Verein gewonnen.

Eine starke, gebildete und weitentwickelte Jugend in Vereinen, mit guten Angeboten und vielen jugendlichen Engagierten, besitzt eine **positive Strahlkraft** und stärkt dadurch unsere Gesellschaft.



Zum Start findet eine Orientierung bzw. eine Teambildung statt. In dieser Phase wird klar, was ein J-TEAM ist und welche Rahmenbedingungen gegeben sein müssen, damit man beginnen kann.



neues
Projekt

Beginnen

Begleiten
Befähigen

Beenden

1

3

Ausstieg
auf Zeit



Alle lernen sich kennen, planen und starten ihr Projekt und setzen es um. (Beginnen)

Dabei werden die Teams von der Ansprechperson begleitet, bilden sich weiter und lernen voneinander und von Anderen. (Begleiten und Befähigen)

Nach Beendigung des Projekts wird auf jeden Fall erst mal der Erfolg gefeiert und dann überlegt was als nächstes passieren soll. (Beenden)

Der **1** Weg ist der Verbleib im J-TEAM mit einem neuen Projekt und vielen neuen Erfahrungen.

Der **2** Weg führt direkt ins Ehrenamt. Hierbei ist wichtig, dass das entsprechende Ehrenamt ein klares „Stellenprofil“ (zeitlicher Aufwand, Inhalte, Einsatzort usw.) erhält und sich genügend Zeit für die Einführung genommen wird.

3 Wege zum Glück

Der **3** Weg ist eine Pause, also der Ausstieg auf Zeit durch z.B. einen Lebensphasenwechsel.





Durch die positiven Erfahrungen mit dem Engagement im Sport kommen diese J-TEAM Mitglieder in einer anderen Lebensphase wieder dazu sich zu engagieren.

2 ... Einstieg ins Ehrenamt

A large, light blue stylized graphic of a rocket ship pointing upwards, with a white circle representing a window or porthole. The rocket is set against a light blue background with a darker blue curved shape at the bottom, suggesting a horizon or ground.

Der **Start**

Drei, zwei, eins - los!!

-  Ihr seid mindestens 4 junge Engagierte unter 27
-  Habt Interesse an sportlichem Engagement für Kinder und Jugendliche
-  Wollt Projektbezogen und eigenverantwortlich arbeiten
-  Habt eine feste Ansprechperson die euch begleitet



- ☀️ Tatendrang
- ☀️ viele Ideen
- ☀️ positive Energie
- ☀️ Lust auf Erfolg, Spaß und Anerkennung

... und eine tolle Projekt-
idee sind die besten
Voraussetzungen für den Start
eines J-TEAMS.

- ☀️ Freunde
- ☀️ Unbekannte
- ☀️ Gleichgesinnte

... bilden ein Team!

Ob die Initiative von einer
Person, mit Freunden,
Gleichgesinnten oder
Unbekannten gestartet
wird, ist egal. Hat sich ein
Team gefunden, trifft
sich dieses und beginnt
mit der Projekt-Planung.

- ☀️ Count Down
- ☀️ Projekt starten
- ☀️ J-TEAM Antrag

... jetzt DU!

Jetzt startet das Team mit
seinem ersten Projekt und
kann den Initialzündungsan-
trag der J-TEAM Initiative für
Niedersachsen ausfüllen, ein
Starterpaket mit Projektförde-
rung erhalten und somit der
J-TEAM-Family beitreten.

Es lebe das
Projekt!



Schon umgesetzt ... Projektideen

- > Gründungsfeier
- > Schnitzeljagd
- > Sommerfeste
- > Spaßturniere
- > Kinderkarneval
- > Weihnachtsfeiern
- > Sommerolympiade
- > Human-Soccer-Cup
- > Tag der offenen Tür
- > Trendsport by Night
- > Halloween-Aktionen
- > J-Team Jubiläumsfeier
- > Sportgeräte-Flohmarkt
- > Marmelbahn-Challenge
- > Sportgeräte selber bauen
- > Teambuilding-Maßnahmen
- > Gründung Jugendgremium
- > Walkie-Talkie-Versteckspiel
- > Sportevents im Schwarzlicht
- > Spiel-, Sport- und Bewegungstage
- > Vernetzungstreffen mit weiteren J-Teams
- > Sportlich- und kulturelle Kennenlernwoche



Was sich hinter den Projektnamen verbirgt, erfahrt ihr unter:



Das J-TEAM ist

erfolgreich...

... Unterstützung erhält.

... Spaß macht.

**... mit seinem Projekt,
wenn es ...**

*... ein Anschlussprojekt
gibt.*

*... ein konkretes Ziel
verfolgt.*

*... von der Ansprech-
person erhält.*

*... durch Freunde
erfährt.*

... wenn es Unterstützung ...

*... durch finanzielle
Mittel erhält.*

*... in Form von Öffent-
lichkeitsarbeit erhält.*



... Vertraute hat.

... Gleichgesinnte hat.

... als Team, wenn es ...

... durch Freundschaft
zusammenhält.

... das Wir-Gefühl lebt.

... zur Ansprech-
person steht.

... zu Unterstützern
steht.

**... wenn es in
gutem Kontakt ...**

... zum Vorstand steht.

... mit anderen
Engagierten steht.

... es die Erfolge feiert.

... alle „Danke“ sagen.

**... wenn es Anerkennung
erhält indem ...**

... die Möglichkeit für ein Praktikum besteht.

... sich fortbilden kann.

... Feedback erhält.

**... in seiner Weiter-
entwicklung, wenn es ...**

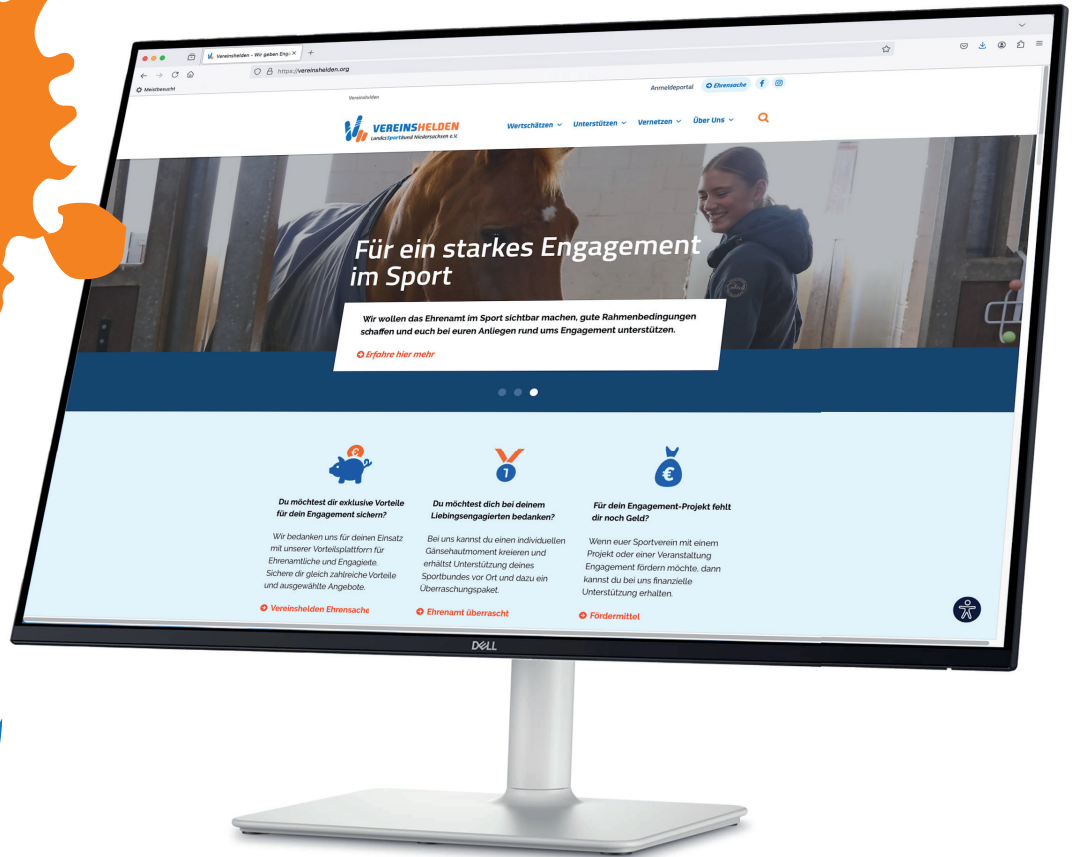
... Erfahrungen sammeln
kann.

... lernen darf.

Das Beste

Anerkennen =

das persönliche und öffentliche
Aussprechen einer angemessenen
Würdigung und der Dank
von der richtigen Person.



vereinshelden.org

Die Plattform für junge Engagierte oder die, die es jetzt werden wollen im Sport.

Fragen?

Was immer Du brauchst – wir sind für Dich da!

j-teams@lsb-niedersachsen.de

Isabell Wortmann

Tel.: 0511 1268-216

E-Mail: iwortmann@lsb-niedersachsen.de

Bettina Hasenpusch

Tel.: 0511 1268-169

E-Mail: bhasenpusch@lsb-niedersachsen.de

Kirstin Voß

Tel.: 0511 1268-240

E-Mail: kvoss@lsb-niedersachsen.de

Herausgeber / Copyright:

Sportjugend Niedersachsen,
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10,
30169 Hannover

Dezember 2024

Redaktion:

Isabell Wortmann, Lisa Wendiggensen,
Sönke Nordmeyer, Franziska Wetzker,
André Pfitzner und Laura Anisi

Gestaltung:

8design.info | Stefan Otto



Der Druck erfolgt aus Mitteln der
Finanzhilfe des Landes Niedersachsen.

