



„Glaube gibt mir Energie, weil er mich immer wieder neu stärkt.“

Patrick Kornprobst,  
Hauptausschuss von  
Südtirols Katholischer Jugend



Wanderungen, Fußballturniere, Städtereisen: Das alles und mehr gehört zur Tätigkeit der SKJ-Gries

## TERMINE

### > Webseminar: Klassismus

Einblick in die Diskriminierungsform Klassismus und ihre Auswirkungen.

Termin: 28. Mai 2025

Uhrzeit: von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Ort: Digital via Zoom

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte und allen Interessierten

Anmeldeschluss: 25. Mai 2025

Infos: [gender-nrw.de/veranstaltungen/klassismus/](https://gender-nrw.de/veranstaltungen/klassismus/)

## INFO

### Einladung SuSi – Mitgliederversammlung von Südtirols Katholischer Jugend

Am 10.05.2025 um 16.45 Uhr ist es so weit: Die SuSi (SummerSitzung) unsere Mitgliederversammlung startet mit einem Gottesdienst bei Salewa in Bozen.

In diesem Jahr warten diese Highlights auf dich:

**16.45 Uhr:** Gottesdienst mit dem Jugendseelsorger Gottfried Ugolini, Waltraud Gebert-Deeg Str. 4 in Bozen

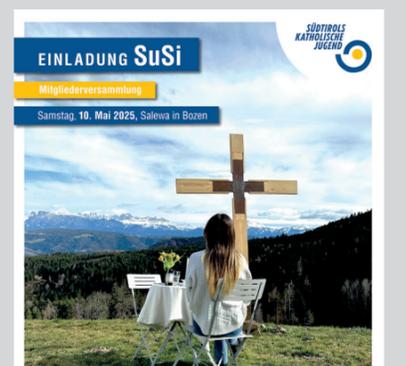
**17.30 Uhr:** Zweite Einberufung der Mitgliederversammlung bei Salewa in Bozen

- Eröffnung und Begrüßung
- Genehmigung Protokoll 2024 und die Tagesordnung 2025
- Statutenänderung
- Genehmigung Jahresabschlussrechnung 2024
- Wahl des Kontrollorgans
- Wahl der Landesleitung
- Präsentation und Genehmigung des Jahresprogrammes 2025/2026
- Wahl Jahresthema 2026/2027
- Wahl Hauptausschuss
- Vergabe Jugendpreis
- Allfälliges

Im Anschluss sind unsere Mitglieder und Gäste zu einem gemeinsamen Essen eingeladen!

Anmeldung aus organisatorischen Gründen erbeten bis **05.05.2025** bei [sophie.eckl@skj.bz.it](mailto:sophie.eckl@skj.bz.it) oder unter Tel. 0471 970 890.

Wir freuen uns auf euer Kommen!



## DIE SKJ-GRIES STELLT SICH VOR

Gries – Filmreife Erlebnisse, Spaß nonstop und unvergessliche Momente.  
Kurzum: oanfoch a fetzgeile Figata!

So oder so ähnlich lassen sich die Aktionen unserer SKJ-Ortsgruppe beschreiben. Doch hinter all dem versteckt sich noch viel mehr. Seit Jahren engagiert sich die SKJ-Gries mit viel Energie, Kreativität und Enthusiasmus für die Jugendlichen, die Gemeinschaft und das Miteinander im Stadtviertel. Unsere Arbeit basiert dabei auf drei wichtige Säulen: jung sein, solidarisch sein und Christ sein.

Hello there! Wir sind die SKJ-Gries – eine bunte Gruppe aus zahlreichen Mädchen und Jungen, die ihre Freizeit gemeinsam gestalten, zusammen Spaß haben und gleichzeitig der Gemeinschaft in Gries etwas zurückgeben möchten. Das Motto dabei: Jung sein reicht uns nicht – wir wollen das auch richtig leben! Dafür organisieren wir das ganze Jahr über unterschiedliche Aktivitäten. Vom Mondscheinrodel über Wattturniere bis hin zu Krimi-Dinners – hier ist für alle etwas dabei. Ein absolutes Highlight sind die jährlichen Kurztrips.

Erst Anfang März ging es für uns auf eine Kulturreise in die Kaiserstadt Wien. Bei der Abfahrt um 5.00 Uhr morgens bewegte sich unsere Motivation zwar noch irgendwo zwischen Traumland und Kaffeebecher. Doch dies änderte sich schlagartig, als wir in Wien ankamen. Während der nächsten drei Tage standen eine gruselige Spurensuche im Escape Room, chaotische Situationen im Haus des Meeres und lehrreiche Museumsbesuche auf den Plan. Besonders beeindruckte uns die kulturelle, kulinarische und geschichtliche Vielfalt der Donaustadt. Zugegeben lag unser Fokus rückblickend vor allem auf den kulinarischen Aspekt. Als wir diesen Trip bei der Heimfahrt im Zug noch einmal Revue passieren ließen, waren wir uns alle einig: Das war einfach Legendary!

Neben all dem Spaß vergessen wir aber nie, worum es im Kern geht: Verantwortung füreinander und für andere zu übernehmen. Denn Solidarität ist für uns kein leeres Wort, sondern gelebte Praxis. Deshalb versuchen wir mit Kalenderverkäufen und Spendenaktionen verschiedene wohltätige Organisationen und auch die Grieser Gemeinschaft zu unterstützen. So hat die SKJ-Gries zuletzt einen Seniorenausflug mitermöglicht.

Ein fester Termin in unserem Kalender ist dabei das jährliche Sternsingen im Januar, das wir zusammen mit der Pfarrgemeinde Gries organisieren. Auch heuer war es Anfang Januar wieder so weit. Das Ergebnis der zwei intensiven Tage: viele gesammelten Spenden, glückliche Sternsingerkinder, ausgepowerte Betreuer:innen und zahlreiche Lächeln auf den Gesichtern der Grieser:innen.

Christ sein ist die letzte der drei Säulen, auf denen unser Engagement basiert. Gerade für uns junge Menschen hat sich das Verhältnis zur Kirche und dem Glauben geändert. Doch statt uns damit nicht mehr zu beschäftigen, suchen wir neue Wege den Glauben in unsere Tätigkeit zu involvieren. Deswegen versuchen wir zusammen mit den anderen Vereinen die Pfarrgemeinde Gries bei verschiedensten Gelegenheiten zu unterstützen.

Last but not least: Eine besondere Herzensangelegenheit unserer SKJ-Gruppe ist die Stärkung des Vereinslebens in Gries. Dafür beteiligen wir uns tatkräftig an verschiedenen Aktionen und Festen, wie etwa dem Fußballturnier der Grieser Vereine, dem Pfarrfest und viele weitere. Hervorzuheben ist hier natürlich das alle zwei Jahre stattfindende legendäre Grieser Platzfest. (Achtung Eigenwerbung: 2026 ist es wieder so weit. Also save the date!)

Die SKJ-Gries ist mehr als ein Verein. Wir sind eine Gemeinschaft, die zeigt, wie viel Spaß Verantwortung machen kann. Mit einer Mischung aus Lebensfreude, sozialen Engagement und einem modernen Zugang zu Glauben versuchen wir unseren Beitrag zum Miteinander in Gries zu leisten. Wir sind überzeugt: Ehrenamt ist alles, nur nicht langweilig. Bist du neugierig geworden, schreib und auf Instagram über @skjgries und sei bei der nächsten Aktion dabei!

Grüße aus Gries!

## INFO

### Das perfekte Leben

Manchmal wären wir gerne besser, als wir sind. Das macht Druck. Wie können wir diesem Druck nach Selbstoptimierung entkommen?

Die Werbe- und Medienwelt verknüpft ihre Produkte und Inhalte stets mit der Vorstellung eines perfekten Lebens. Wer glücklich sein will, muss sich demnach gesund ernähren, sich ausreichend bewegen und braucht einen perfekten Körper. Doch so einfach wie es inszeniert wird, ist es nicht.

Der Alltag wird zumeist sitzend verbracht, wer schafft es schon die empfohlenen fünf Portionen Obst und Gemüse täglich zu essen, und der so genannte „perfekte Körper“ ist für den Großteil der Bevölkerung nicht realistisch. Diese vorgespielte Welt ist zudem sehr monoton – unsere Leben sind sehr unterschiedlich, so verschieden wie wir Menschen sind. Wir wollen und wir brauchen oft auch andere Dinge, damit es uns gut geht, damit wir mit uns selbst zufrieden sind. Um mit deinem Leben zufrieden zu sein, ist es wichtig, bei dir selbst anzufangen. Sei achtsam und höre auf deine Bedürfnisse. Was macht dich wirklich zufrieden? Was tut dir gut? Was ist dir wichtig? Nur du kannst das wissen. Nimm dir die Zeit, um dich selbst und deinen Körper besser kennenzulernen.

Es gibt verschiedene Methoden, um den Selbstwert und die Körperakzeptanz zu steigern, vielleicht kannst du eine oder zwei dieser Übungen gut in deinen Alltag integrieren:

- ⇒ Täglich in den Spiegel schauen und drei positive Eigenschaften an dir finden (äußerlich und innerlich)
- ⇒ Positive Affirmationen wiederholen z. B.: „ich bin ok, so wie ich bin“
- ⇒ Tagebuch: täglich drei Dinge aufschreiben, die Freude bereitet haben
- ⇒ Neues ausprobieren – Scheitern ist erlaubt
- ⇒ Persönliche Grenzen wahren und verteidigen

Vielleicht sind diese Tipps nicht das Richtige für dich. Aber wenn du offen und neugierig bleibst, wirst du deinen eigenen Weg finden.



## IMPRESSUM

Südtirols Katholische Jugend  
Silvius-Magnago-Platz 7 | 39100 Bozen  
Tel. 0471 970 890 · [redaktion@skj.bz.it](mailto:redaktion@skj.bz.it)  
Facebook: Südtirols Katholische Jugend  
Instagram: [sudtirolskatholischejugend](https://www.instagram.com/sudtirolskatholischejugend)  
Redaktion: Leonie Oberkalmsteiner  
Gestaltung der Seite: Jana Köbe

[www.skj.bz.it](http://www.skj.bz.it)