

LIEBE GEHT RAUS

Workbook

DAS
ZUKUNFTS-
PAKET 



Hi,

**in diesem Buch
geht's um dich –
und deine Ideen.**

Egal, ob du schon längst einen genialen Einfall im Kopf hast, noch auf der Suche nach Inspiration bist oder einfach sicher gehen willst, dass deine Idee in der besten Form ist, in der sie sein könnte: Dieses Workbook ist für dich und deine Ideen. Willkommen!

In einer schnelllebigen Welt, die uns vor viele Herausforderungen stellt, kann es sich erst mal überfordernd anfühlen, einen guten Gedanken in die Tat umzusetzen. „Warum sollte gerade ich einen Unterschied machen? Wen wird das schon interessieren? Wird jemand meine Idee feiern oder sogar unterstützen?“ Das sind die Fragen und Zweifel, von denen viele von uns sich in ihrem Eifer bremsen lassen. Aber die gute Nachricht ist: Eine clevere Idee ist schon der erste große Schritt zu einer guten Tat. Und den Rest lernst du hier.

Deshalb wollen wir dich dabei unterstützen, in kleinen Schritten dein Ziel zu erreichen. Mit einer klaren Vision, einem wasserdichten Projektplan und vielen Tipps und Hilfestellungen, die wir auf den folgenden Seiten anhand alltäglicher Beispiele erläutern.

Viel Spaß beim Ausdenken und Anpacken!



Also los geht's!



1 Wie geht „Liebe geht raus“?

_____ 6

2 Ideen sind immer eine gute Idee.

_____ 12

4 Denk mal um die Ecke. Und noch mal. Und noch mal.

_____ 28

6 Was heißt Beteiligung?

_____ 36

7 Wie gut ist eigentlich Engagement?

_____ 40

8 toi toi toi _____ 44

3 Träum weiter! Nein, ernsthaft.

_____ 22

5 Idole, Ikonen, Ideenvorbilder.

_____ 32



Wie geht

„Liebe
geht
raus“?





**Sagen wir,
du machst
irgendetwas
richtig gern.**



Zum Beispiel Gitarre, Fußball oder Karten zocken, zu deinen eigenen Choreografien tanzen, lustige Videos für Social Media drehen, mit deinen Freundinnen und Freunden singen, malen oder Klamotten upcyclen oder, warum eigentlich nicht, seltene Züge beobachten. Was auch immer es ist: Es macht dir Freude.

Vielleicht brennst du sogar dafür! Du tust es gerne. Und was man gerne tut, macht man mit Leidenschaft. Man teilt es mit anderen. Du erzählst vielleicht deinen Lieben davon, zeigst allen, was du geschafft hast, oder lädst Videos von deinen neugelernten Skills ins Internet.

Und zack!
Da haben wir's schon.
Da geht Liebe raus.

100 Ideen
100 Ideen
100 Ideen

 sind immer
eine gute Idee.

Morgens aufstehen?

Gute Idee.



Einen frischen Apfel snacken?

Gute Idee.



Seinen Liebsten sagen, wie gern man sie hat?

Gute Idee.



Eis essen?

Gute Idee.



Fast immer, zumindest.

Zu wenig Wasser trinken?

Schlechte Idee.



Die Straße überqueren, ohne zu gucken?

Schlechte Idee.



Mentos in die Cola?

Schlechte Idee.



Meistens, zumindest.

Ergibt bauchgefühlsmäßig Sinn, oder?
Aber wie ist das mit Projektideen?
Woher weiß ich, ob meine Idee was taugt?





Träum weiter!

Nein, ernsthaft.

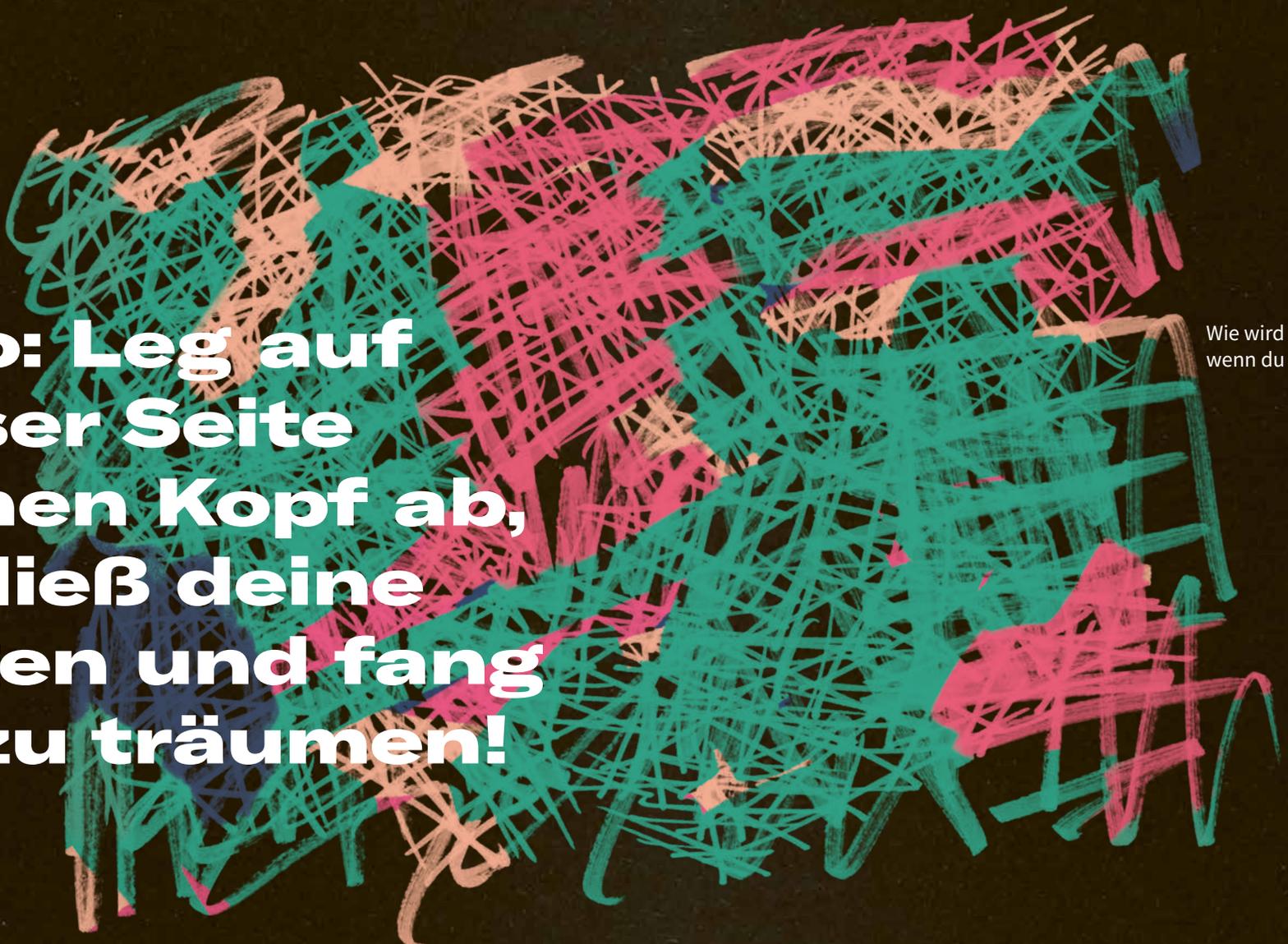
Lass uns kurz über Träume sprechen.

Das Schöne an Träumen ist ja: Wenn du träumst, gibt es keine Grenzen, keine Regeln und kein „das geht doch gar nicht“. Im Traum ist alles möglich.

Im „echten Leben“ ist das manchmal schwieriger. Da gibt es Zweifel, Hürden und, sagen wir es ganz offen: einfach Ungerechtigkeiten. Das wollen wir gar nicht leugnen oder schönreden.

Egal welche Schwierigkeiten das Leben mit sich bringt: Die Kraft der Träume ist eine, die dir immer zu Verfügung steht.

Wenn ein Traum oder eine Idee dir ein Kribbeln im Bauch verursacht, dann bitte: Träum weiter! Egal, ob andere sagen, dass es unrealistisch sei, was du dir wünschst. Je traumhafter deine Idee klingt, desto stärker wird sie dich motivieren, sie in die Tat umzusetzen.



**Also: Leg auf
dieser Seite
deinen Kopf ab,
schlieÙ deine
Augen und fang
an zu träumen!**

Wie wird es sich anfühlen,
wenn du deine Idee umgesetzt hast?

4

**Denk mal
um die**



m

o

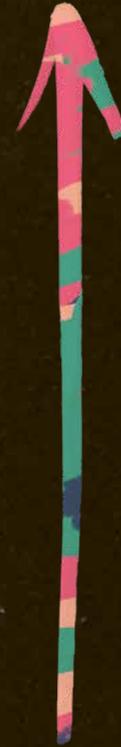
k

e



**Und
noch mal.**

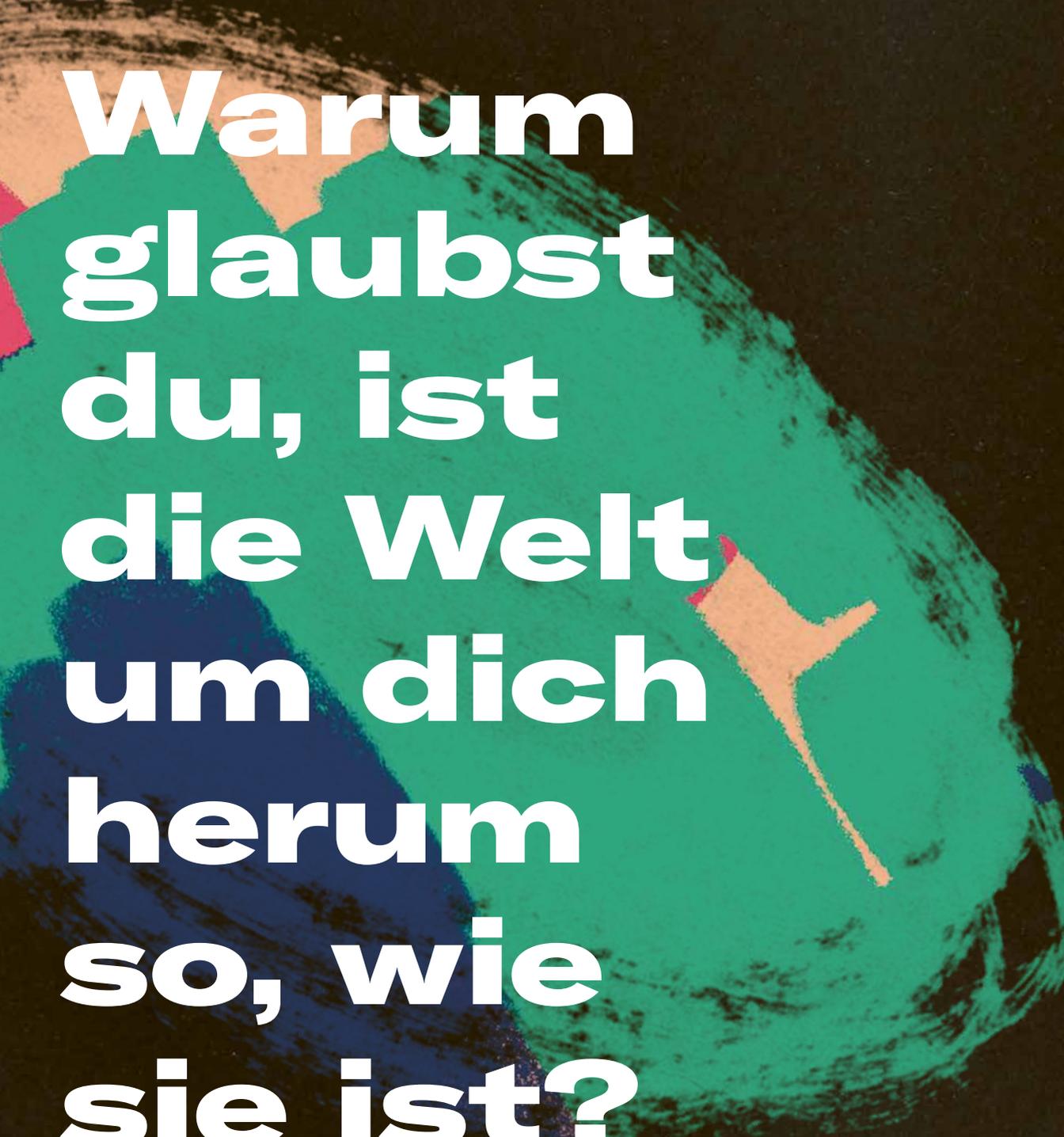
**Und
noch mal.**



Die meisten Menschen denken den ganzen Tag lang nur geradeaus. Sie nennen das „logisch“. Ist es vielleicht auch. Aber kreativ ist das nicht. Denn: Wenn alle nur geradeaus denken, kommt, na klar, immer wieder dieselbe Idee dabei raus. Oder noch schlimmer: gar keine. Die besten Ideen hingegen entstehen, wenn du um die Ecke denkst. Heißt: Ein bisschen absurd. Gerne auch ein wenig bescheuert. Oder so dermaßen überkompliziert oder supersimpel, dass es dir fast unsinnig vorkommt.

Idole, Ikonen, Ideen- vorbilder

5



Warum glaubst du, ist die Welt um dich herum so, wie sie ist?



Was heißt Beteiligung?

Wer bestimmt, was wie genau gemacht wird? Die Wahrheit ist doch: Jede:r trägt einen kleinen Teil dazu bei. Gutes entsteht, wenn Menschen Ideen in die Tat umsetzen, bis diese Ideen von anderen Menschen verbessert werden. Das nennt man Beteiligung. Und so machen wir gemeinsam das Beste aus unserer Welt.





**Wie gut ist
eigentlich**

Engagement?

**Mehr
Ehrenmann,
Ehrenfrau,
Ehrenmensch
kann man gar
nicht sein.**



Ein Amt, das du ausübst, um zu helfen. Um zu unterstützen. Um da rauszugehen und Dinge zu ändern. Nicht wegen Kohle, Likes oder Karriere. Einfach der Sache wegen. Weil du verstehst, dass es dir selbst besser gehen wird, wenn es der Gesellschaft besser geht. Also: Ehrenmensen an den Start. Ihr seid toll!

Ein Engagement kann ganz unterschiedlich aussehen. Egal ob Obdachlosenhilfe oder Nachhilfe, ob Schachpartien mit Rentnern oder Vögeln zählen, während man sich die Sonne auf den Wanst scheinen lässt. Die Möglichkeiten sind schier unendlich.

Daher ist es gut, dir Gedanken zu machen: Was stellst du dir vor?
Was willst du tun?
Was liegt dir am Herzen?



toi,
toi,
toi,



Ja, dieses Workbook hat hier sein Ende. Aber wenn wir ehrlich sind, ist das gelogen. Denn wann immer du eine neue Projektidee hast, kannst du zurück zu Schritt 1 gehen und den Prozess noch einmal von vorne durchlaufen. Jede Idee ist anders und doch sind bei der Umsetzung oft die gleichen Maßnahmen nützlich.

Wir hoffen, dass du auf diesem Weg viele neue Dinge lernst und dich jetzt besser darauf vorbereitet fühlst, deine Ideen in die Welt hinauszutragen. Denk daran, dass es fast immer hilfreich ist, deine Gedanken mit anderen zu teilen, um sie weiterzuentwickeln. Was soll schon passieren? Wenn etwas nicht klappt, änderst du einfach die Richtung – und weiter geht's.

Liebe geht raus, wenn du deiner Kreativität freien Lauf lässt. Wenn du dich ausprobierst, mutig genug bist, auch mal Fehler zu machen und immer dran bleibst, deine Idee zu verbessern. Und genau dafür haben wir dir noch ein Notizbuch mit kreativen Hilfestellungen für deine Projektplanung beigelegt.

Wir wünschen dir viel Spaß damit! Hör nie auf, um die Ecke zu denken. Wir freuen uns, von dir zu hören und deiner Idee in der freien Wildbahn zu begegnen!

Programmpartner

Das Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit ist ein Förderprogramm vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ). Beteiligt sind die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung (DKJS), die Gesellschaft für soziale Unternehmensberatung (gsub) und die Stiftung SPI.

Deutsche Kinder- und Jugendstiftung

Tempelhofer Ufer 11 | 10963 Berlin
dkjs.de

Weitere Programminformationen finden Sie auf:
das-zukunftspaket.de



