

#METHODENKOFFER DES JRK HAMBURG

STAND 25. JANUAR 2018

1. #MINIMETHODENKOFFER (IDEENSAMMLUNG) 2

2. #ZEITSPENDE 3

3. #HUMANITYCARD 4

4. #BOHNENZÄHLEN 5

5. #NIMMWASGUTFÜRDICHIST 6

6. #SCHREIBENSTATTTIPPEN 7

7. #SECRETFRIEND 8

8. #SPORTLICHERTAPETENWECHSEL 9

9. #WARMERREGEN 10

10. #ZEIGMIRDEINGUTFÜRMICH 11

1. #MINIMETHODENKOFFER (IDEENSAMMLUNG)

- **RELAX TAG (MASSAGE...) Z.B. KJL TUN IHREN MITGLIEDERN ETWAS GUTES (AUCH EIN FEST O.Ä. WÄRE MÖGLICH: WICHTIG: GÄSTE MÜSSEN NICHTS TUN/HELFE)**
- **AUSFLUG INS SCHOKOLADENMUSEUM (SCHOKOLADE MACHT GLÜCKLICH!)**
- **SPORT (SPORTFEST. TURNIER. OLYMPIADE. YOGA)**
- **ETWAS GEMEINSAM BAUEN → ERFOLGSERLEBNIS**
- **GEMEINSAM KOCHEN**
- **JEDES GRUPPENMITGLIED DARF SICH IN EINER GRUPPENSTUNDE ETWAS WÜNSCHEN. WAS IN DER NÄCHSTEN STUNDE DANN GEMACHT WIRD (Z.B. EIN SPIEL. LIED, ESSEN ETC.)**
- **KLEINE MENSCHLICHKEITSZEITSCHRIFT ERSTELLEN Z.B. ZUM THEMA „WAS IST GUT FÜR DICH“ (FAMILIE INTERVIEWEN O.Ä.)**
- **FOTOSTORY ZUM THEMA MENSCHLICHKEIT**
- **COLLAGE ZUM THEMA MENSCHLICHKEIT**
- **KINDER BASTELN ETWAS IN DER GRUPPENSTUNDE ALS GESCHENK ODER DANKESCHÖN FÜR ELTERN ODER FREUNDE**
- **„MENSCHLICHE“ EINRICHTUNGEN BESUCHEN UND Z.B. NACH EINER MINI FÜHRUNG ZUM THEMA MENSCHLICHKEIT FRAGEN (VIELLEICHT ARBEITET EIN ELTERSTEIL Z.B. IM KRANKENHAUS O.Ä.)**

2. #ZEITSPENDE

JRKLER*INNEN BEGLEITEN SENIOR*INNEN ZU EINEM GEMEINSAMEN AUSFLUG Z.B. IN DEN BOTANISCHEN GARTEN ODER UNTERNEHMEN EINEN KLEINEN SPAZIERGANG.

TO DO:

- IDEEN SAMMELN. WAS WOLLEN DIE JRKLER*INNEN UNTERNEHMEN & IST DIES REALISTISCH UMZUSETZEN**
- EIN ALTERSHEIM O.Ä. IN DER NÄHE SUGHEN UND KONTAKT AUFNEHMEN (WAS IST DORT GEWÜNSCHT?)**
- TERMIN AUSMAGHEN UND LOSLEGEN 😊**

3. #HUMANITYCARD



GIBT ES UNTER www.wasgehtmitmenschlichkeit.de ZUM DOWNLOAD

5 FACTS ZUR HUMANITY CARD

#1: DIE IDEE DER „HUMANITY CARD“ STAMMT VOM ROTEN KREUZ AUF SIZILIEN. DORT WIRD DIE „CARTA UMANITÀ“ VERWENDET IN EINEM PROJEKT NAMENS „ANCHE-IO-POSSO“ (ZU DEUTSCH: „ICH KANN DAS AUCH.“) – ZUM ERSTEN MAL AM 8. MAI, DEM WELTROT-KREUZTAG.

#2: DAS SUPERCAMP HAT DIE „HUMANITY CARD“ IM JRK BEKANNT GEMACHT: WÄHREND DER JUGENDKONFERENZ DORT HABEN DANILO SANTORO (22) UND ANNA CHIARA CROCI (24), ROTKREUZLER AUS PARMA, DAS KONZEPT VORGESTELLT. „WIR HATTEN MEHRERE IDEEN, ABER DIE ‚CARTA UMANITÀ‘ WAR DIE BESTE“. SCHREIBT DANILO BEI FACEBOOK.

#3: DAS PRINZIP: ES GEHT NICHT DARUM, DIE KARTE WIE EINEN PREIS FÜR EINE GUTE TAT ZU BEKOMMEN, SONDERN DARUM, EINE BESONDERS MENSCHLICHE TAT ANZUERKENNEN.

#4: EINE GUTE TAT ZU TUN IST TOTAL EINFACH. DANILO HAT ERFAHRUNG: „ICH HABE EINEN TRAMPER SECHS KILOMETER GEFAHREN, WEIL ER DEN LETZTEN BUS DES TAGES VERPASST HATTE. ER HAT DIE KARTE ANGENOMMEN, SIE GELESEN UND WAR SO GLÜCKLICH. ER HAT MIR GESCHWOREN, DASS ER DIE KARTE WEITERGIBT – NATÜRLICH MIT EINER GUTEN TAT.“

#5: DIE HUMANITY CARD TRIFFT DEN NAGEL DER KAMPAGNE AUF DEN KOPF. DANILO: „DAS WEITERGEBEN SOLL DARAN ERINNERN, DASS ES IMMER GUTE MENSCHEN GIBT, DIE IN DER NOT HILFREICH SIND.“

4.

#BOHNENZÄHLEN

„ES WAR EINMAL EIN BAUER. DER STECKTE JEDEN MORGEN EINE HANDVOLL BOHNEN IN SEINE HOSENTASCHE. IMMER. WENN ER DES TAGES ETWAS SCHÖNES WENN IHM ETWAS FREUDE BEREITET GLÜCKSMOMENT EMPFUNDEN HATTE. BOHNE AUS DER LINKEN HOSENTASCHE RECHTE.

LINKE WÄHREND ERLEBT HATTE. ODER ER EINEN NAHM ER EINE UND GAB SIE IN DIE

AM ANFANG KAM DAS NICHT SO OFT VOR. ABER VON TAG ZU TAG WURDEN ES MEHR BOHNEN. DIE VON DER LINKEN IN DIE RECHTE HOSENTASCHE WANDERTEN. DER DUFT DER FRISCHEN MORGENLUFT. DER GESANG DER AMSEL AUF DEM DACHFIRST. DAS LACHEN SEINER KINDER. DAS NETTE GESPRÄCH MIT EINEM NACHBARN – IMMER WANDERTE EINE BOHNE VON DER LINKEN IN DIE RECHTE TASCHE.

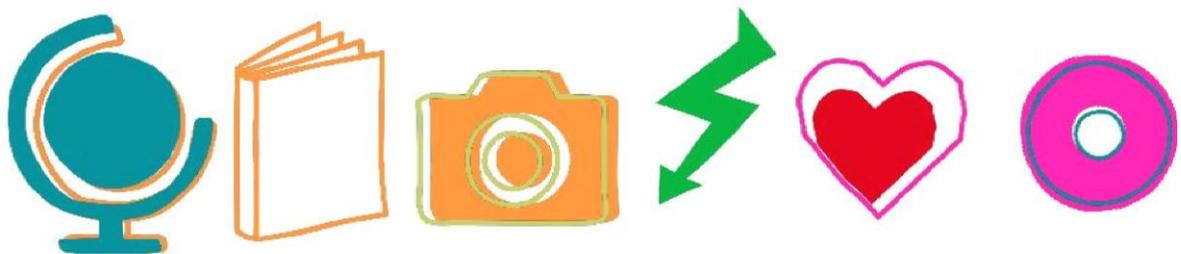
BEVOR ER AM ABEND ZU BETT GING. ZÄHLTE ER DIE BOHNEN IN SEINER RECHTEN HOSENTASCHE. UND BEI JEDER BOHNE KONNTE ER SICH AN DAS POSITIVE ERLEBNIS ERINNERN. ZUFRIEDEN UND GLÜCKLICH SCHLIEF ER EIN – AUCH WENN ER NUR EINE BOHNE IN SEINER RECHTEN HOSENTASCHE HATTE.“

PROBIER' ES AUS! 😊

5. #NIMMWASGUTFÜRDICHIST

DRUCKE DIESE VORLAGE AUS ODER BASTEL DIR EINE EIGENE. SCHNEIDE DAS BLATT ZWISCHEN DEN SYMBOLEN UNTEN EIN. DAMIT EINZELNE ABREIßBARE SCHNIPSEL ENTSTEHEN. NUN KANNST DU DAS BLATT ÜBERALL AUFHÄNGEN UND JEDEM DAS SCHENKEN. WAS GUT FÜR IHN IST.

**NIMM DIR WAS
GERADE
#GUTFÜRDICH IST**



6. #SCHREIBENSTATTTIPPEN

WANN HAST DU DAS LETZTE MAL EINE POSTKARTE GESCHRIEBEN?

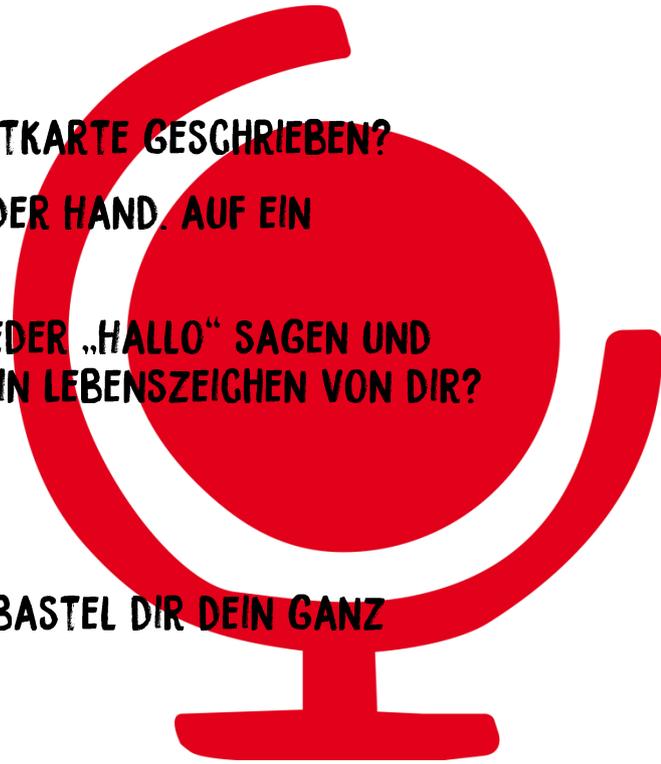
ANALOG UND MIT EINEM REALEN STIFT IN DER HAND. AUF EIN RICHTIGES STÜCK PAPIER?

WEM WOLLTEST DU SCHON LANGE MAL WIEDER „HALLO“ SAGEN UND WER WARTET SCHON VIEL ZU LANGE AUF EIN LEBENSZEICHEN VON DIR?

JETZT IST DEINE CHANGE!

NIMM DIR EINE FERTIGE POSTKARTE ODER BASTEL DIR DEIN GANZ EIGENES MODELL.

UND DANN SCHMEIßE SIE (FRANKIERT!!) IN DIESE GELBEN KÄSTEN. DIE NOCH MANCHMAL AN DER STRASSE STEHEN ODER NIMM SIE EINFACH MIT NACH HAUSE UND GIB SIE VIELLEICHT SOGAR PERSÖNLICH AB.



7. #SECRETFRIEND WANN?

**ENTWEDER WÄHREND EINER VERANSTALTUNG (WE. ABEND O.Ä.) ODER
ÜBER EINEN GANZEN MONAT / WOCHE ETC.**

WAS?

**JEDES GRUPPEN/VERANSTALTUNGSMITGLIED ZIEHT EINEN NAMEN (WIE
BEIM WICHTELN). DER NAME SOLLTE MÖGLICHST GEHEIM GEHALTEN
WERDEN. DIE PERSON IST NUN DER SECRET FRIEND & DIE AUFGABE IST
NUN. DIESER PERSON BESONDERS FREUNDLICH/ZUVORKOMMEND/
WERTSCHÄTZEND GEGENÜBER ZU SEIN.**

OPTIONAL:

**AM ENDE DER VERANSTALTUNG KANN JEDE*R RATEN. WER DER SECRET
FRIEND WAR**

8. #SPORTLICHERTAPETENWECHSEL

GUT FÜR DICH!

VORAUSSETZUNG:

- **GUTES WETTER ODER PASSENDE BEKLEIDUNG**
- **SPORT ODER SPIELFLÄCHE**

MATERIALIEN:

- **SEILE**
- **BÄLLE**
- **BOX FÜR GUTE MUSIK**
- **GETRÄNKE**
- **OBST**
- **GEMÜSE**

9. #WARMERREGEN

**DAS LEBEN BESTEHT NICHT NUR
AUS KRITIK UND SCHLECHTER
LAUNE.**

**SCHREIB AUF. WAS DIR AN DEM
ANDEREN GEFÄLLT. WELCHE
POSITIVEN SEITEN DU GESEHEN
HAST UND WAS DU SCHON
IMMER MAL NETTES
LOSWERDEN
WOLLTEST**



10. #ZEIGMIRDEINGUTFÜR MICH

1.) IN EINER GRUPPENSTUNDE WIRD DAS THEMA „GUT FÜR MICH“ ERARBEITET (Z.B. PER COLLAGE ODER ÄHNLICHEN KREATIVEN MÖGLICHKEITEN). DANACH WERDEN DIE ERGEBNISSE VORGESTELLT UND JEDE* R EINZELNE SETZT EINEN EIGENEN FAVORITEN FEST.

2.) NUN KANN IN JEDER FOLGENDEN (ODER Z.B. JEDER 2. GRUPPENSTUNDE IM MONAT) EINER DER FAVORITEN VON ALLEN GETESTET WERDEN:

EINIGE BEISPIELE:

A. ISST LIEBEND GERN POPCORN → EINE POPCORNMASCHINE WIRD AUFGEBAUT UND POPCORN IN ALLEN GESCHMACKSRICHTUNGEN PRODUZIERT

C. REITET GERNE → EIN AUSFLUG ZUM PFERDESTALL WIRD ORGANISIERT

T. KOCHT GERNE → EIN GEMEINSAMES KOCHEN WIRD INITIIERT