100 IDEEN FÜR DEIN ENGAGEMENT

DAS HEFT DES HANDELNS!

DU HAST ES IN DER HAND

#1–#12

GESELLSCHAFT-
LICHER
ZUSAMMENHALT

#13–#30

POLITIK

#31–#66

SOZIALES
ENGAGEMENT

#67–#90

KULTUR &
BILDUNG

#91–#100

UMWELT-
SCHUTZ

DAS HEFT DES HANDELNS

Schlechte Nachrichten über Versuche, unsere demokratischen Werte zu erschüttern, gibt es genug. Das Heft des Handelns ist die gute Nachricht. Es richtet sich an jene, die nicht nur Probleme sehen – sondern mit kleinen Taten oder Ideen anfangen möchten, Teil der Lösung zu sein. Denn Demokratie ist Teamsport – sie entfaltet ihre Wirkung am besten, wenn alle mitmachen.

Deshalb wirbt das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend mit der Kampagne „Wer, wenn nicht wir? – Demokratie leben!“ für ein demokratisches, vielfältiges und tolerantes Miteinander und macht damit Mut für demokratisches Engagement. Denn in jeder kleinen Idee, jeder noch so kleinen Tat steckt die Möglichkeit, ein Zeichen zu setzen – gegen Rassismus, Menschenfeindlichkeit und Angst.

Im Rahmen der Kampagne wurden mehr als 1.200 kleine und große Ideen gesammelt. Sie wurden am Tag des Grundgesetzes von Bürgerinnen und Bürgern sowie Aktiven des Bundesprogramms „Demokratie leben!“ eingereicht. Im Heft des Handelns findest du 100 ausgewählte Ideen. Denn Demokratie muss gelebt werden und du hast es in der Hand: Wer, wenn nicht wir!

GESELL-SCHAFTLICHER ZUSAMMENHALT

Was hat das mit Demokratie zu tun?

Unser Zusammenleben wird in Deutschland durch das Grundgesetz geregelt. Wir sind vor dem Gesetz alle gleich, können uns frei entfalten, unsere Meinung frei äußern und dürfen nicht aufgrund unseres Geschlechts oder unseres Glaubens diskriminiert werden. Diese Rechte garantiert der Staat – für uns alle gleichermaßen. Ein Zusammenleben in gegenseitigem Respekt und eine Gesellschaft, die in allen Lebenslagen zusammenhält, ist dafür unabdingbar.

#1 MEHR LÄCHELN

Eine positive Grundstimmung und ein freundliches Wort bringen uns häufig weiter, als man denkt. So können starke Argumente besser wirken.

#2 PFADE FINDEN

Gemeinsam überlegen und Entscheidungen treffen: Bei den Pfadfinderinnen und Pfadfindern lernt man als Gesellschaft im Kleinen, wie Zusammenleben in Vielfalt funktioniert.

#3

GEGEN ONLINE-HASS EINTRETEN

Es ist eine kalte und verrohte Welt – diesen Eindruck kann man zumindest beim Blick auf manche Kommentare in sozialen Medien bekommen. Das muss nicht so sein. Du hast homosexuellenfeindliche, sexistische und rassistische Bemerkungen im Netz satt? Dann mach etwas dagegen! Reagiere kreativ auf Kommentare und teile deine Meinung mit. Die Initiative #nohatespeech gibt hilfreiche Tipps, wie man mit Online-Hass und -Hetze umgeht. Außerdem kannst du Hass im Netz melden: bei Facebook oder unter hass-im-netz.info. Hasserfüllte Kommentare sollten nicht einfach hingenommen werden!

#4

GEDENKEN PFLEGEN

Der Holocaust ist ein unvorstellbares Verbrechen, das nicht in Vergessenheit geraten darf, sei es durch einen Gang ins Museum, ein Buch oder einen Film.

#5

LEIH-GROSS-ELTERN WERDEN

Engagierte mit Fürsorge, Erfahrung und viel Zeit können eine wichtige Stütze für Kinder sein, auch wenn es nicht die leiblichen Großeltern sind.

GESELLSCHAFTLICHER ZUSAMMENHALT

#6

ZIVILCOURAGE ZEIGEN

Es passiert leider immer wieder: Menschen werden in der Öffentlichkeit beschimpft, bedroht oder sogar verletzt. Schau nicht einfach weg, wenn du so etwas mitbekommst. Verständige die Polizei, bevor Schlimmeres passiert. Vielleicht ist es auch möglich, dass du den Opfern helfen kannst.

#7

VEREINSMITGLIED WERDEN

Vom Förder-, Sport- bis hin zum Selbsthilfeverein, bei den aktuell 600.000 Vereinen in Deutschland ist bestimmt einer dabei, der auch dein Anliegen vertritt.

#8

ÄLTEREN MENSCHEN HELFEN

Generationen sollten zusammenhalten. Kleine Taten wie Einkaufen oder Im-Haushalt-Unterstützen können schon eine große Hilfe sein.

22,5 % FRAUENANTEIL IN FÜHRUNGSPOSITIONEN IN DEUTSCHLAND IM JAHR 2016

#9

FÜR DIE GLEICHSTELLUNG VON MANN UND FRAU EINTRETEN

Laut Grundgesetz sind Männer und Frauen gleichberechtigt. Im Alltag fühlt es sich aber manchmal nicht ganz so an. Noch immer gibt es viel zu tun, damit Gleichberechtigung in allen Bereichen Wirklichkeit wird. Ob Frau oder Mann, jede und jeder kann etwas dazu beitragen und für Gleichberechtigung einstehen – auf der Straße, privat, im Beruf oder in der Politik. Zusammen bewegt man oft mehr als alleine.

#10

SICH ALS UNTERNEHMEN SOZIAL ENGAGIEREN

Auch Unternehmen haben gesellschaftliche Verantwortung und können sich sozial engagieren. Das funktioniert sowohl intern als auch extern.
Intern können Firmen soziale Arbeitsbedingungen stärken, Gleichberechtigung und Weiterbildung fördern oder auf eine nachhaltige Lieferkette achten.
Aber auch außerhalb ihrer Branche können sie finanziell oder durch ihre Dienstleistungen etwas „Gutes“ tun und Hilfsprojekte unterstützen. Während der Flüchtlingskrise leisten viele Firmen Soforthilfe: Architektinnen und Architekten optimieren Schlafplätze, Transportunternehmen liefern kostenlos Hilfsmittel oder DSL-Anbieter stellen WLAN zur Verfügung.
Mach dich als Führungskraft stark für das soziale Engagement deiner Firma. Als Mitarbeiterin oder Mitarbeiter kannst du im Betriebsrat Einfluss nehmen!

#11 DURCH STÄDTE FÜHREN

Teile die Begeisterung für deine Stadt, zeige Interessierten kostenlos deine liebsten Ecken und komme so mit Menschen aus aller Welt ins Gespräch.

#12 SYMBOLISCH STRASSEN UMBENENNEN

Gehe mit offenen Augen durch die Straßen, informiere dich über die Namen und setze dich für Umbenennungen ein, wo dies sinnvoll erscheint.

POLITIK

Was hat das mit Demokratie zu tun?

Die Macht geht vom Volke aus – so ist es in Demokratien. Ohne die aktive Teilhabe und die Mitgestaltung der Bürgerinnen und Bürger ist Demokratie bloß eine leere Hülle. Ab einem bestimmten Alter darf jede und jeder Deutsche zur Wahl gehen und seine oder ihre Stimme abgeben oder sich selbst zur Wahl stellen. Aber auch zwischen den Wahlen gibt es viele Möglichkeiten, politisch aktiv zu werden und Einfluss zu nehmen – sei es in Parteien, Initiativen, NGOs oder Vereinen.

#13
IN GEWERKSCHAFTEN ENGAGIEREN

Gemeinsam sind wir stark. Tritt in die Gewerkschaft ein, um mit deinen Kolleginnen und Kollegen eure Interessen voranzubringen.

#14
BLOG STARTEN

Einige Blogs haben heute mehr Reichweiche als Tageszeitungen. Starte einen Blog und lenke Aufmerksamkeit auf die Themen, die dir wichtig sind.

#15
DEMONSTRATIONEN BESUCHEN

Gewählt wird in der Regel nur alle paar Jahre. Wer auf Demonstrationen für oder gegen etwas auf die Straße geht, kann auch zwischendurch Stellung beziehen.

#16
TEIL EINER GESELLSCHAFTLICHEN BEWEGUNG WERDEN

Beteilige dich an einer Initiative oder rufe eine ins Leben. Gute Gelegenheiten und Beispiele gibt es genug.

#17
WAHLPROGRAMME LESEN

Vier Jahre sind eine lange Zeit. Ein Blick in die Wahlprogramme lohnt sich, um zu entscheiden, wer am besten deine Interessen vertritt.

#18
AKTIV IM NETZ

Liken, teilen, kommentieren: Nimm an Diskussionen im Netz teil und unterstütze die Aktionen, die du wichtig findest.

#19
BEI WAHLEN HELFEN

Millionen Menschen werden in Deutschland regelmäßig aufgerufen wählen zu gehen. Jedes Jahr werden hierfür freiwillige Wahlhelferinnen und Wahlhelfer gesucht.

#20
SICH ZUR WAHL AUFSTELLEN

Demokratie lebt von Vielfalt und neuen Ideen. Stelle dich zur Wahl: sei es im Betriebsrat, für eine Partei oder als Vereinsvorstand.

#21

SICH IN EINER PARTEI ENGAGIEREN

Bekenne Farbe:

Schon im Grundgesetz steht fest verankert: „Die Parteien wirken bei der politischen Willensbildung des Volkes mit“. So heißt es dort im Artikel 21. Praktisch bedeutet das: Menschen, die in eine Partei eintreten, nehmen aktiv an der Diskussion darüber teil, wie wir unsere Zukunft gestalten.

#22

ENGAGEMENT FÜR EUROPA

Die Europäische Union hat den Menschen in den Mitgliedsstaaten viele Möglichkeiten und Freiheiten eröffnet. Es lohnt sich also, für die Staatengemeinschaft einzutreten.

#23

ENGAGEMENT BEI POLITISCHEN INITIATIVEN

Ob Verständigung fördern oder Protest zeigen: In Initiativen kannst du dich auf vielfältige Weise einbringen.

#24 WÄHLEN GEHEN

91,1 % SO HOCH WAR DIE WAHLBETEILIGUNG ZUR BUNDESTAGSWAHL 1972 – UND DAMIT DIE HÖCHSTE JE VERZEICHNETE.

Mit einem kleinen Kreuz kannst du ein großes Zeichen für die Demokratie setzen. Denn wer seine Stimme abgibt, entscheidet mit. Es lohnt sich also, an die Wahlurne zu gehen oder per Brief abzustimmen – egal ob auf Bundesebene, für das Europäische Parlament, bei der Kommunalwahl oder im Bundesland. Es dauert nur ein paar Minuten – und wirkt für Jahre.

#25

EINE BÜRGER-INITIATIVE GRÜNDEN

Wenn einen etwas stört, kann man es ändern. Man muss nur Mitstreiterinnen und Mitstreiter finden, zum Beispiel in einer Bürgerinitiative.

#26

FREUNDE ZUM WÄHLEN MIT-NEHMEN

Manche vergessen einen Wahltermin oder wissen nicht, warum sie wählen gehen sollen. Erinnere sie daran und geht zusammen ins Wahllokal.

#27

DAS GRUND-GESETZ LESEN

Es sieht aus wie ein unscheinbares Buch, doch der Inhalt ist die Basis für unseren Zusammenhalt. Wer das Grundgesetz liest, versteht die Demokratie besser.

#28

DAS PARLAMENT BESUCHEN

Parlamente sind zu Transparenz verpflichtet. Deshalb kann man sie besuchen und von der Tribüne aus einen Blick hinter die Kulissen werfen.

#29

AN ONLINE-PETITIONEN TEILNEHMEN

Auch im Internet kann man sich mit anderen zusammenschließen, um für die eigene Meinung zu kämpfen – zum Beispiel mit Online-Petitionen.

#30

EIN POLITIK-PRAKTIKUM ABSOLVIEREN

Viele Abgeordnete bieten Praktika an, bei denen du einen Einblick in ihren Arbeitsalltag gewinnen kannst.

270.000
PLAKATFLÄCHEN

39
STÄDTE

JEDER KANN ETWAS BEWEGEN

Unter dem Motto „Wer, wenn nicht wir!“ wirbt die Kampagne seit dem Frühjahr 2017 in leuchtenden Farben für ein demokratisches, vielfältiges und tolerantes Miteinander in Deutschland. Es geht um die Unterstützung von bürgerschaftlichem Engagement im Sinne demokratischer Teilhabe. Denn: Jede und jeder kann etwas bewegen.

43,6 %

aller Deutschen
engagieren sich freiwillig.

620.000

eingetragene Vereine
gibt es in Deutschland.

WER, WENN NICHT WIR
DEMOKRATIE-LEBEN.DE

SOZIALES ENGAGEMENT

Was hat das mit Demokratie zu tun?

Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich, jede Stimme zählt gleich viel. So steht es in unserem Grundgesetz. Wer sich sozial engagiert, bietet Menschen seine Unterstützung an, zeigt Respekt anderen gegenüber und leistet einen Beitrag für eine demokratische Gesellschaft. Denn Demokratie ist ein Teamsport, der vom Mitmachen lebt.

#31

DEN TAFELN ESSEN SPENDEN

Die Tafeln sammeln Lebensmittel und geben sie an Bedürftige weiter – mit der Unterstützung von zahlreichen freiwilligen Helferinnen und Helfern.

#32

IM BETRIEBSRAT ENGAGIEREN

Rede als Mitarbeiterin und Mitarbeiter mit, wenn es um die Entwicklung in deiner Firma geht – im Interesse der Belegschaft.

#33

MENTORIN ODER MENTOR VON ANDEREN MENSCHEN WERDEN

Ob Ausbildung, Praktikum, Weiterbildung oder Studium: Viele Menschen können auf dem Weg zu ihrem Ziel Hilfe gebrauchen. Manchen fällt es vielleicht schwer, eine Bewerbung zu schreiben. Wenn du ihnen unter die Arme greifen möchtest, dann werde Mentorin oder Mentor. Vielleicht kann dir im Gegenzug ja jemand an anderer Stelle helfen!

WERTSCHÄTZUNG, ANERKENNUNG UND KOMPETENZEN: DARUM GEHT ES DEN FREIWILLIGEN MENTORINNEN UND MENTOREN

#34

ENGAGEMENT IN DER SUCHT-HILFE

Der Weg aus der Sucht ist oftmals steinig und schwer. Es hilft, wenn man sich beim Start in ein neues Leben auf Unterstützung verlassen kann.

#35

AUSTAUSCH MIT SENIORINNEN UND SENIOREN

Im Austausch mit Älteren lernt man viel. Der Anlass kann ganz unterschiedlich sein: bei einer Partie Schach oder auch nur bei einer Tasse Tee.

#36

SCHÜLERLOTSE WERDEN

Verkehrshelferinnen und -helfer tragen im Umfeld von Schulen dazu bei, die Sicherheit zu verbessern. Sie tragen Warnkleidung und helfen Kindern dabei, sicher die Straße zu überqueren.

#37

TRAINERIN UND TRAINER IM SPORTVEREIN

Im Sportverein wird vieles trainiert und dafür braucht man Vorbilder. Genau diese Rolle übernehmen Trainerinnen und Trainer.

#38

SPENDEN SAMMELN

Wer sich für gute Anliegen einsetzen möchte, kann Spenden sammeln – und damit kleine oder große Projekte realisieren, die anderen Menschen helfen.

#39

ALT UND JUNG UNTER EINEM DACH

Als Begegnungsorte bieten Mehrgenerationenhäuser Raum für gemeinsame Aktivitäten sowie Betreuungs-, Lern- und Kreativangebote.

#40
SENIOREN-PATENSCHAFTEN ÜBERNEHMEN

In Seniorenheimen kannst du Patenschaften eingehen und damit Älteren eine bessere Zeit bereiten. Davon profitieren beide Seiten.

#41
GEGENSTÄNDE TEILEN

Wir besitzen viele Gegenstände, die wir nur ein paar Mal im Jahr benutzen. Über die Sharing Economy kannst du dazu beitragen, mit Ressourcen sparsam umzugehen.

#42
ERSTE HILFE KURSE BESUCHEN

Ein Erste-Hilfe-Kurs kann Leben retten. Denn Menschen in Not wird es immer geben – ob im Haushalt oder auf der Straße.

#43
FÜR KRANKE MENSCHEN SPRECHEN

Patientenfürsprecherinnen und -sprecher sind unabhängige Instanzen, die Menschen in Krankenhäusern zur Unterstützung zur Seite stehen.

#44
OBDACHLOSE UNTERSTÜTZEN

Zahlreiche karitative Organisationen setzen sich für Menschen auf der Straße ein. Mach doch einfach mit: Spende Kleider, Essen oder hilf direkt.

#45
GEFLÜCHTETEN HELFEN

Zahlreiche Organisationen helfen Geflüchteten – mit Sachspenden, praktischen Ratschlägen oder einfach nur mit Zeit. Möglich machen das hauptsächlich Freiwillige.

#46
FREIWILLIGE ARBEIT IM THW

Drei Buchstaben, eine Mission: Das Technische Hilfswerk (THW) steht für den täglichen Einsatz zum Schutz der Bevölkerung.

#47
SOZIALE MARATHONS LAUFEN

Engagierte Menschen schnüren die Laufschuhe und belohnen jeden Kilometer mit einer Spende für den guten Zweck. Such dir eine Idee aus und lauf, lauf, lauf!

#48
FEUER LÖSCHEN

Bei der Freiwilligen Feuerwehr wird der gemeinschaftliche Zusammenhalt gestärkt – ein wichtiger gesellschaftlicher Beitrag.

#49
BEWUSST KONSUMIEREN

Wenn du sozial und ökologisch verträgliche Produkte kaufst, unterstützt du Millionen Arbeitnehmerinnen und -nehmer in aller Welt und schützt die Umwelt.

#50
FREIWILLIGES SOZIALES JAHR

Ob Kindergarten oder Seniorenheim: Im Rahmen eines FSJ können Jugendliche und junge Erwachsene neue Erfahrungen im sozial-karitativen oder gemeinnützigen Bereich sammeln.

#51
BLUT SPENDEN

Wenn du auf ganz besondere Weise Verantwortung übernehmen und helfen möchtest, spende Blut. Denn damit kannst du Leben retten.

#52

ENGAGEMENT IM BUNDESFREI-WILLIGENDIENST

Alle Altersgruppen sind eingeladen: Der Bundesfreiwilligendienst eröffnet Männern und Frauen jeden Alters die Chance, sich für das Gemeinwohl zu engagieren – egal ob es dabei um Sport, Integration, Katastrophenschutz oder den sozialen beziehungsweise kulturellen Bereich geht. Freiwillige sammeln Erfahrungen und helfen.

#53

NACHBAR-SCHAFTSFESTE ORGANISIEREN

Lerne deine Nachbarschaft kennen, denn sie ist wichtig. Nachbarinnen und Nachbarn helfen und unterstützen, geben Rat oder schließen Freundschaft.

#54

ORGANSPENDE-AUSWEIS TRAGEN

Ein Organspendeausweis kann Leben retten. Nicht nur anderen, auch dir selbst.

#55
LEBEN RETTEN

Wer an der Küste lebt und sich engagieren will, kann dies bei der DLRG (Deutschen Lebensrettungsgesellschaft) machen. Die DLRG-Freiwilligen helfen Ertrinkenden und retten so Leben.

#56
BÜCHER SPENDEN

Spende Bücher, um anderen Menschen den Zugang zu Wissen, Märchen, Geschichten oder Zeitgeschichte zu ermöglichen.

#57
PATENSCHAFTEN FÜR KINDER ÜBERNEHMEN

Manche Kinder benötigen aktiv Hilfe – sei es bei den Hausaufgaben, bei Ausflügen oder einfach nur beim Spielen.

#58
ENGAGEMENT IN SPORTVEREINEN

Nicht nur Ausdauer, Konzentration und das Selbstbewusstsein werden beim Sport gestärkt, sondern in vielen Fällen auch der Gemeinschaftssinn.

#59
BEI DER INTEGRATION LOTSEN

In Deutschland können Freiwillige bei der Integration von Zugewanderten helfen – zum Beispiel bei Behördengängen. Damit leisten sie einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag.

#60
ENGAGEMENT IN DER AIDS-HILFE

An Aids sterben immer noch zu viele Menschen. Hilf mit in der AIDS-Hilfe und sensibilisiere für die gefährliche Krankheit.

#61
FÜR TIERSCHUTZ ENGAGIEREN

Du findest den Umgang mit Tieren in unserer Gesellschaft nicht richtig? Dann lenke Aufmerksamkeit auf das Thema und engagiere dich im Tierschutz.

#62
DAS EIGENE VIERTEL KENNEN

Wer sein Wohnumfeld gut kennt, die lokalen Geschäfte unterstützt oder sich mit seinen Nachbarinnen und Nachbarn gut versteht, leistet einen Beitrag zu mehr Offenheit und Toleranz.

#63
GEGENSTÄNDE VERSCHENKEN

Viele doppelte Geschenke sind nur einmal toll. Aber Geschenktes wieder zu verkaufen ist für manche schwierig – verschenken hingegen macht beiden Seiten Freude.

#64
ENGAGEMENT IM HOSPIZ

Zeit nehmen, zuhören und da sein – für schwerstkranke und sterbende Menschen in Hospizen ist das häufig bereits ein großes Geschenk.

#65
KLEIDUNG SPENDEN

„Das gefällt mir nicht mehr!“ „Die sind mir zu klein!“ „Das ist doch out!“ Bevor du Kleidungsstücke in den Müll wirfst, spende sie. Es gibt viele, die sich darüber freuen.

#66
TEIL DER TELEFONSEELSORGE WERDEN

Menschen, die nicht mehr weiterwissen, finden bei der Telefonseelsorge Hilfe, Rat und Halt. Engagiere dich und höre zu.

5,5 MIO.

MENSCHEN HABEN AM 23.05. DEN LIVESTREAM GESEHEN

1.282

IDEEN WURDEN ALLEIN AM 23.05. EINGEREICHT

DEMOKRATIE LEBT VOM MITMACHEN

Am Tag des Grundgesetzes waren die Bürgerinnen und Bürger gefordert. In Berlin wurden sie auf einer LED-Wand am Kurfürstendamm und im Internet auf einem Online-Banner gebeten, ihre Ideen für mehr demokratisches Engagement einzureichen. In Echtzeit wurden die Beiträge auf der Leinwand in Berlin mitgezählt – nach 24 Stunden stand der Zähler bei über 1.200. Egal ob Engagement in der eigenen Region oder bei bundesweiten Aktionen: Jede Idee zählt!

WANN, WENN NICHT JETZT
DEMOKRATIE-LEBEN.DE

KULTUR & BILDUNG

Was hat das mit Demokratie zu tun?

In der Demokratie hat jede und jeder das Privileg, mitzuentscheiden und mitzureden. Bildung bildet die Basis, um gesellschaftliche und politische Fragen beantworten zu können, historische und kulturelle Zusammenhänge zu verstehen und eine kritische, selbstbewusste Meinung zu entwickeln – ohne sich manipulieren zu lassen.

#67

FREIWILLIGES KULTURELLES JAHR

Das FKJ ermöglicht jungen Menschen Einblick in den kulturellen Arbeitsalltag. Kultur inspiriert, öffnet Horizonte und schafft Zusammenhalt.

#68

UNTERHALTSAM INFORMIEREN

Satirische Nachrichtensendungen bringen uns zum Lachen. Nachdenklich wird man dabei trotzdem. Und sicherlich stärkt es auch den Wunsch, den Dingen ernsthaft auf den Grund zu gehen.

#69
BILDUNGS-PARLAMENTE

Auszubildendenvertretungen und Hochschulparlamente vertreten die Meinungen ihrer Kolleginnen und Kollegen. Auch hier ist demokratisches Engagement gefragt.

#70
COMPUTER-NACHHILFE GEBEN

Digital Natives sind in der digitalisierten Welt zu Hause. Ihren Wissensvorsprung sollten sie teilen und so einen gesellschaftlichen Beitrag leisten.

#71
LESERKOMMENTARE SCHREIBEN

Um sich am öffentlichen Dialog zu beteiligen, eignet sich zum Beispiel ein Leserbrief oder ein Kommentar auf einen Medienbeitrag.

#72
AKTIV IM LESERBEIRAT

Wer schaut den Medien über die Schulter? Zum Beispiel ein Leserbeirat. Leserinnen und Leser engagieren sich, um aufzuzeigen, wenn Themen fehlen oder ein falscher Ton benutzt wird.

#73
MIT KUNST ZEICHEN SETZEN

Jede Kunstform kann Aufmerksamkeit erregen, motivieren und berühren: Malerei, Fotografie, Theater, Film, Tanz, Musik oder Literatur. Nutze dein persönliches Talent, um dich und deine Haltung auszudrücken!

#74
SPRACHEN PER TANDEM LERNEN

Beim Sprachtandem lernt man Sprachen und neue Kulturen im gegenseitigen Austausch. Das fördert Respekt und Offenheit für Neues.

#75

MITDISKUTIEREN!

Demokratie lebt von Partizipation und Austausch. Je mehr öffentlich diskutiert wird, desto geringer ist die Gefahr, dass der Diskurs von einigen wenigen dominiert wird. Viele kostenlose Veranstaltungen zu verschiedenen gesellschaftlich relevanten Themen laden zum Mitdiskutieren ein. Denn jede Meinung zählt.

#76
LESEPATE WERDEN

Die schönsten Seiten des Lebens sind zwischen zwei Buchdeckeln zu finden. Lesepatinnen und -paten zeigen Kindern die fantastische und lehrreiche Welt der Bücher.

#77
ZUSAMMENHALT KLINGT GUT

Im Gesangverein oder im Orchester treffen sich Menschen mit verschiedenem Hintergrund und unterschiedlicher Motivation, um gemeinsam etwas zu schaffen.

#78
KENNE DEINE GESCHICHTE

Das Wissen über unsere Vergangenheit ermöglicht es uns, die Zukunft besser zu gestalten und Fakten von falschen Behauptungen zu unterscheiden.

#79
BILDUNGSURLAUB NEHMEN

Pro Jahr steht vielen Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern Bildungsurlaub zu. Er öffnet Horizonte, schafft einen Wissenszuwachs und einen Nutzen für beide Seiten.

#80
DISKUSSIONSFORUM FAMILIE

Demokratie beginnt am Küchentisch. Hier können sich alle Familienmitglieder an Diskussionen beteiligen, Meinungen bilden und Argumente austauschen.

#81
LESUNGEN BESUCHEN

Die Literatur hat großen Einfluss auf unsere Gesellschaft. Indem du Lesungen besuchst, förderst du den gesellschaftlichen Dialog und die Bildung.

#82
EINE SCHÜLERZEITUNG GRÜNDEN

Wenn du denkst, dass deine Meinung nicht gehört wird, dann gründe eine Schülerzeitung und verschaff dir Gehör!

#83
KINDERN DIE DEMOKRATIE ERKLÄREN

Die Demokratie ist unser wichtigstes Gut. Hilf unseren Kindern dabei, sie besser zu verstehen und sie auch zu bewahren.

#84
MUSEEN BESUCHEN

Museen sind wunderbare Orte der Wissensvermittlung für die Gesellschaft, in denen du am Austausch zwischen Jung und Alt teilnehmen kannst.

#85
ZEITUNGEN ABONNIEREN

Indem du Zeitungen abonnierst und regelmäßig liest, erweiterst du deinen Horizont und förderst deine allgemeine und politische Bildung.

#86
JUGENDREISEN ORGANISIEREN

Unterstütze Kinder in ihrer Persönlichkeitsentwicklung, indem du dabei hilfst, Jugendreisen zu organisieren, und ggf. diese auch begleitest.

#87
BUCHCLUBS ORGANISIEREN

Stoße den literarischen Dialog an und diskutiere mit gleichgesinnten „Leseratten“ über eure Lieblingsbücher.

#88
HINTER DIE KULISSEN SCHAUEN

Viele Institutionen und öffentliche Einrichtungen gewähren an einem Tag der offenen Tür Einblick in nicht zugängliche Bereiche. Hier kannst du ihre Arbeit besser kennenlernen.

#89
ALS ELTERN SPRECHEN

Als Elternsprecherin oder -sprecher kannst du an der Zusammenarbeit von Schule und Eltern zum Wohle unserer Kinder mitwirken.

#90

FÜRS LEBEN LERNEN!

IN DER SCHÜLER-VERTRETUNG AKTIV WERDEN

Lerne und lebe Demokratie von klein auf!

Wir lernen in der Schule nicht nur lesen, schreiben und rechnen, sondern auch demokratische Mitbestimmung – zumindest in einem gewissen Rahmen. Gewählte Schülervertreterinnen und -vertreter können ihre Interessen vortragen. Was bewegt junge Menschen? Was muss sich ändern? Schülervertreterinnen und -vertreter können es offen ansprechen und Verbesserungen anstoßen.

50.000

KAMPAGNENPLAKATE WURDEN DEN PROGRAMMPARTNERN UND DER ÖFFENTLICHKEIT ZUR VERFÜGUNG GESTELLT

GEMEINSAM MEHR ERREICHEN

Um die Kampagne in die Breite zu tragen, wurden bisher 400 Partner des Bundesprogramms „Demokratie leben!“ angesprochen und mit Kampagnenmaterialien ausgestattet. So wurden sie bei ihren Veranstaltungen und bei ihren lokalen Aktivitäten unterstützt. Ihre Arbeit und ihr ehrenamtliches Engagement sind ein wesentlicher Bestandteil des Bundesprogramms und ein großer gesellschaftlicher Beitrag.

433

Projekte wurden bisher mit Kampagnenmaterialien ausgestattet.

WO, WENN NICHT HIER
DEMOKRATIE-LEBEN.DE

UMWELT-SCHUTZ

Was hat das mit Demokratie zu tun?

In der Demokratie trägt jeder und jede Verantwortung für das Gelingen unseres Zusammenlebens. Das gilt genauso für unsere Erde und deren Schutz. Umso wichtiger ist es, sich für die Umwelt einzusetzen – und unsere demokratische Gesellschaft bietet viele Möglichkeiten dafür. Sei es durch Engagement in einer Umweltorganisation oder durch bewussten Konsum. Wir alle können etwas zum Erhalt unseres Planeten beitragen.

#91 UMDENKEN

Sei offen für Neues, besonders in Bezug auf unsere Umwelt: Bist du schon mal mit einem Elektroauto gefahren? Wie viel weißt du über erneuerbare Energien?

#92 DIE UMWELT SCHÜTZEN

Wer gute Luft, saubere Gewässer und fruchtbare Böden wichtig findet, der ist in einem Umweltverband oder bei einem Naturschutzverein genau richtig.

#93
NACHHALTIG LEBEN

Es müssen nicht immer frische Erdbeeren im Winter sein. Kaufe saisonale Produkte und hilf Ressourcen zu sparen, um die Umwelt nicht unnötig zu belasten.

#94
GRÜNFLÄCHEN PFLEGEN

Grünflächen sind ein wichtiger Aufenthalts- und Kommunikationsraum. Pflege sie und du kannst deine Nachbarschaft für dich und viele andere Menschen verschönern.

#95
EHRENAMT IM WALDSCHUTZ

Wälder nehmen die Funktion als Lunge der Erde ein. Wenn du dich für ein Ehrenamt im Waldschutz entscheidest, tust du dir und deinen Mitmenschen etwas Gutes.

#96
RESSOURCEN SPAREN

Muss es bei jedem Einkauf eine neue Einkaufstüte sein? Hilf mit kleinen Dingen Ressourcen zu sparen und der Umwelt etwas Gutes zu tun.

#97
FAHRGEMEINSCHAFTEN BILDEN

Lange Strecken im Auto sind dir zu teuer? Bilde eine Fahrgemeinschaft, lerne neue Leute kennen und schütze unsere Umwelt.

#98
EINE PUTZAKTION IM KIEZ ORGANISIEREN

Eine Aufräumaktion im eigenen Viertel kann das Gemeinschaftsgefühl und das Wohlfühllevel steigern.

#99

URBAN GARDENING BETREIBEN

Mach die Stadt zu deinem Garten!

Es ist nachhaltig und sorgt für ein besseres Klima in der City. Urban Gardening sorgt in vielen Stadtzentren für zusätzliches Grün und verschönert sie zudem. Es bringt die praktizierenden Bürgerinnen und Bürger in Verbindung mit der Natur, und wer Obst und Gemüse anbaut, beginnt auch, sich selbst zu versorgen. Wie wäre es also, im nächsten Sommer die Früchte der eigenen Arbeit zu ernten?

#100

EIN FREIWILLIGES ÖKOLOGISCHES JAHR ABSOLVIEREN

Engagement für und in der Natur.

Der Mensch braucht die Natur wie die Luft zum Atmen. Unsere Lebensweise belastet zusehends Wälder, Gewässer und Böden. Im Rahmen eines Freiwilligen Ökologischen Jahres erhalten junge Menschen zwischen 16 und 27 Jahren die Möglichkeit, mehr über die Umwelt zu erfahren und sich für diese einzusetzen. Dabei werden sie für das Zusammenspiel von Lebewesen und Umwelt sensibilisiert, in ihrer Persönlichkeitsentwicklung gefördert und in ihrer gesellschaftlichen Verantwortung unterstützt. Somit gibt die Erfahrung in der praktischen Arbeit den freiwilligen Helferinnen und Helfern im Gegenzug Orientierung für den weiteren Lebensweg und die berufliche Orientierung.

Das Bundesprogramm „Demokratie leben! Aktiv gegen Rechtsextremismus, Gewalt und Menschenfeindlichkeit“

Demokratie beginnt im Kleinen, mit dem Engagement von jedem und jeder Einzelnen. Durch Demokratieförderung kann dieses Engagement gestärkt und zu etwas Großem werden. Im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben! Aktiv gegen Rechtsextremismus, Gewalt und Menschenfeindlichkeit“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend setzen sich deshalb täglich Menschen bundesweit für die Demokratie und unsere Gesellschaft ein. Das Ziel der Vereine, Initiativen und Projekte: ein demokratisches und tolerantes Miteinander.

Das Bundesprogramm möchte:

- präventiv-pädagogisches Handeln und zivilgesellschaftliches Engagement stärken,
- demokratisches Verhalten in einer vielfältigen Gesellschaft fördern sowie
- die Entwicklung zielgerichteter Präventionsstrategien gegen Radikalisierungen voranbringen.

Demokratie leben!

Damit das gelingen kann, ist „Demokratie leben!“ in zehn Programmbereiche aufgegliedert. Auf den nächsten Seiten werden sie vorgestellt – mit einigen praktischen Beispielen aus dem Arbeitsalltag der zivilgesellschaftlichen Träger.
Mehr Informationen über das Bundesprogramm unter **WWW.DEMOKRATIE-LEBEN.DE**

PARTNERSCHAFTEN FÜR DEMOKRATIE

Bundesweit erarbeiten 265 Partnerschaften für Demokratie Strategien zur Lösung von kommunalen Herausforderungen der Demokratieförderung und Radikalisierungsprävention. Sie sind Zusammenschlüsse von Akteuren aus Politik, Verwaltung und Zivilgesellschaft, die sich für ein demokratisches Miteinander vor Ort einsetzen. Ihre Aufgabe: Sie realisieren vielfältige Projekte und Maßnahmen, bspw. Aktionstage, Workshops, Jugendprojekte oder die Erstellung von Informationsmaterialien.

Beispiel

PARTNERSCHAFT FÜR DEMOKRATIE STADT COBURG

Die Partnerschaft für Demokratie Stadt Coburg besteht aus einem Bündnis von 150 zivilgesellschaftlichen Akteuren. Sie setzt in ihrer Arbeit folgende Schwerpunkte:

- Aufzeigen von historischen Entwicklungen in aktuellen Zusammenhängen, zum Beispiel mit der Ausstellung „Coburger Alltag im Ersten Weltkrieg, Einsichten und Konsequenzen“
- Demokratieförderung durch Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungen, zum Beispiel im Rahmen der Coburger Demokratiekonferenzen und der Vollversammlung des Netzwerks für Menschenrechte und Demokratie: „Wir sind bunt – Coburg Stadt und Land“
- Förderung der ortsübergreifenden Zusammenarbeit und des zivilgesellschaftlichen Engagements, zum Beispiel mit dem „Festival contre le racisme“

WWW.COBURG-IST-BUNT.DE

BUNDESWEITE KOOPERATION

LANDES-DEMOKRATIEZENTREN

Die 16 Landes-Demokratiezentren des Bundesprogramms „Demokratie leben!“ setzen sich für die Stärkung der demokratischen Kultur, die Förderung der Opfer- und Ausstiegsberatung sowie für mobile Beratungsteams ein. Sie sind landesweite Experten mit Wissen über Beratungsstellen, Netzwerke und Initiativen in ihrer Region. So können sie Beratungsleistungen vermitteln und sind erste Anlaufstelle für engagierte Akteure in dem jeweiligen Bundesland.

STRUKTURENTWICKLUNG ZUM BUNDESZENTRALEN TRÄGER

Im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben!“ werden 36 nichtstaatliche Organisationen und Initiativen zu bundeszentralen Trägern aufgebaut. Sie bilden die fachliche Infrastruktur des Programms und bieten inhaltliche und methodische Expertise sowie erfolgserprobte Arbeitsansätze.

Diese Träger zeichnen sich durch langfristige Beratungs- und Präventionsarbeit aus – im Sinne von Angeboten zur Förderung von Vielfalt und Demokratieverständnis.

Projektbeispiel

„PERSPEKTIVWECHSEL PLUS“ DER ZENTRALWOHLFAHRTS-STELLE DER JUDEN (ZWST)

„Perspektivwechsel Plus“ der ZWST steht buchstäblich für einen Perspektivwechsel in der Betrachtung gesellschaftlicher Realitäten – im Hinblick auf Dominanzverhältnisse sowie Mehrheits- und Minderheitsperspektiven. Durch breitgefächerte Fortbildungsformate trägt es langfristig dazu bei, eine Fachpraxis zu etablieren, die einen vorteilsbewussten und reflexiven pädagogischen Umgang mit Antisemitismus und Rassismus in die Regelstrukturen überführt. Unterstützt und begleitet werden dabei Fachkräfte aus Schule, Jugend-/Sozialarbeit, Verwaltung und Polizei. Erst wenn die eigenen Perspektiven – Bilder, Verstrickungen, Emotionen – durchdrungen und erweitert werden, kann sich auch der Umgang damit nachhaltig verändern.

WWW.ZWST-PERSPEKTIVWECHSEL.DE

Projektbeispiel

„PROJEKTTAGE“ DES NETZWERKS FÜR DEMOKRATIE UND COURAGE (NDC)

Vorurteile abbauen, Diskriminierung vermeiden, Demokratie fördern: Um diese und andere Themen geht es bei der Bildungsarbeit des Netzwerkes für Demokratie und Courage. Das bundesweite Netzwerk junger Multiplikatorinnen und Multiplikatoren bietet Schulen und Ausbildungseinrichtungen ehrenamtlich die Durchführung von Projekttagen und Workshops an, bei denen die Förderung des sozialen Miteinanders im Mittelpunkt steht. Bildungseinrichtungen können sich direkt vor Ort an das NDC wenden, um Termine und Themenfragen zu besprechen.

WWW.NETZWERK-COURAGE.DE/PROJEKTTAGE

Projektbeispiel

DIALOG MACHT SCHULE

DIALOG DER KULTUREN

Das Demokratiebildungsprogramm setzt sich für eine Demokratie ein, an der alle teilhaben können. Die Dialogmoderatorinnen und -moderatoren stärken die persönlichen, sozialen und demokratischen Kompetenzen von Schülerinnen und Schülern in sozial schwieriger Lage über einen Zeitraum von zwei Jahren. So entstehen Dialoge zu Themen wie Zugehörigkeit, Identität, Gerechtigkeit, die die Jugendliche in eigenen Projekten vertiefen.

WWW.DIALOGMACHTSCHULE.DE

Projektbeispiel

ONLINE-BERATUNG GEGEN RECHTSEXTREMISMUS VON „GEGEN VERGESSEN“

„Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V.“ steht Menschen, die in ihrem privaten oder beruflichen Umfeld mit Rechtsextremismus und rechter Gewalt konfrontiert sind oder waren, mit Informationen und Rat zur Seite. Besonders denjenigen, die Hilfe in Anspruch nehmen, aber anonym bleiben möchten, bietet die Online-Beratung schnelle und kompetente Unterstützung.

WWW.ONLINE-BERATUNG-GEGEN-RECHTSEXTREMISMUS.DE

AUSGEWÄHLTE PHÄNOMENE GRUPPENBEZOGENER MENSCHENFEINDLICHKEIT UND DEMOKRATIESTÄRKUNG IM LÄNDLICHEN RAUM

Neue Methoden und innovative Ansätze im Bereich der Demokratieförderung und Präventionsarbeit erarbeiten – das ist das Ziel der 95 Modellprojekte des Bundesprogramms zu ausgewählten Phänomenen gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit und zur Demokratiestärkung im ländlichen Raum. Die Ergebnisse der Projekte fließen in die Arbeit bereits bestehender Projekte, insbesondere in der Kinder- und Jugendhilfe, ein. Ziel ist die Weiterentwicklung pädagogischer Praxis.

„Demokratie leben!“ unterstützt unter anderem Modellprojekte in den folgenden Bereichen:

- Rassismus und rassistische Diskriminierung
- aktuelle Formen des Antisemitismus
- Antiziganismus
- aktuelle Formen von Islam- und Muslimfeindlichkeit
- Homosexuellen- und Transfeindlichkeit
- Antidiskriminierung und Frühprävention im Vorschulalter

RADIKALISIERUNGSPRÄVENTION

Der Bereich Radikalisierungsprävention setzt primär bei den Themen Rechtsextremismus, Islamismus und linke Militanz an. Die Modellprojekte in diesem Bereich richten sich insbesondere an junge Menschen mit dem Ziel, zur Deeskalation, Konfliktlösung und Konfliktvermeidung beizutragen. Hier bieten die Projekte Aufklärungs- und Unterstützungsangebote.

AUS GESCHICHTE LERNEN

Projektbeispiel

STIFTUNG GEDENKSTÄTTE BERLIN-HOHENSCHÖNHAUSEN

Die Gedenkstätte im ehemaligen Gefängnis der DDR-Staatssicherheit möchte dazu anregen, sich nicht nur mit der SED-Diktatur, sondern auch mit aktuellen Formen des gewaltbereiten Linksextremismus auseinanderzusetzen. Dazu bietet die Gedenkstätte ein Bildungsangebot für Jugendliche, Schülerinnen und Schüler oder Freiwilligendienstleistende ab 16 Jahren. Die Seminare können in der Gedenkstätte selbst oder auch bundesweit durchgeführt werden.

WWW.STIFTUNG-HSH.DE/PAEDAGOGIK/LINKSEXTREMISMUS-HEUTE

ENGAGEMENT UND VIELFALT IN DER ARBEITS- UND UNTERNEHMENSWELT

Auch in der Arbeitswelt stehen Vielfalt und Demokratie im Fokus – mit allen damit verbundenen alltäglichen Herausforderungen. Dafür werden in diesem Bereich Projekte entwickelt, die vor allem bei Auszubildenden ansetzen, um von Beginn ihrer Unternehmenszugehörigkeit an ein Bewusstsein für demokratisches Engagement, Teilhabe sowie Toleranz und Miteinander zu entwickeln. Dies gelingt unter anderem durch:

- verstärkte Auseinandersetzung mit Vielfalt und Aufzeigen von Vorurteilen und Radikalisierungstendenzen,
- die Stärkung des demokratischen Bewusstseins,
- die Förderung des sozialen Engagements sowie
- die Stärkung und Unterstützung einer anerkennenden Kultur, des wertschätzenden Umgangs miteinander, des Respekts und der Menschenwürde.

DEMOKRATIEFÖRDERUNG IM BILDUNGSBEREICH

Demokratische Teilhabe von Anfang an – dafür sorgen die Projekte im Bildungsbereich bei den Jüngsten unserer Gesellschaft. Angebote zur Radikalisierungsprävention und Demokratieförderung in Kindertagesstätten und anderen Bildungseinrichtungen bilden die Basis für die Entwicklung von engagierten, toleranten und offenen Mitgliedern unserer Gesellschaft.
Kooperationspartner sind die Bundesarbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege (BAGFW) sowie die Arbeitsgemeinschaft für Kinder- und Jugendhilfe e.V. (AGJ) und die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung (DKJS).

VEREINT IN VIELFALT

ZUSAMMENLEBEN IN DER EINWANDERUNGSGESELLSCHAFT

Immer wieder sind Diskriminierung und Gewalt gegen Geflüchtete oder Menschen mit Migrationshintergrund ein aktuelles Thema. Dabei verläuft die Förderung des Zusammenlebens in einer von Vielfalt geprägten Einwanderungsgesellschaft auf vielen Ebenen – sie setzt bei Menschen mit Migrationshintergrund an, bei unterschiedlichen Migrantengruppen und auch bei Menschen ohne Migrationshintergrund.

Die Projekte in diesem Bereich fördern die Konfliktlösungsfähigkeit und Toleranz von jungen Menschen und treten Rassismus entgegen, um ein demokratisches Zusammenleben in unserer Gesellschaft zu ermöglichen – ungeachtet der Herkunft der Menschen.

STÄRKUNG DES ENGAGEMENTS IM NETZ

Ein bewusster Medienkonsum und die Stärkung digitaler Kompetenzen ist die Voraussetzung, um menschenfeindliche und rassistische Online-Inhalte zu erkennen, richtig einzuschätzen und ihnen selbstbewusst entgegenzutreten. Und auch Betroffene von rassistischen Übergriffen im Internet benötigen oft Unterstützung, um Hassrede und Beleidigungen zu begegnen. In diesem Bereich fördert das Bundesprogramm „Demokratie leben!“ Projekte, die Medienkompetenz verbessern und einen bewussten Umgang mit Inhalten im Netz fördern.

Über ein Meldeformular können extremistische Inhalte im Netz gemeldet werden:

HASS-IM-NETZ.INFO

Projektbeispiel

JUGENDSCHUTZ.NET

jugendschutz.net beobachtet als gemeinsames Kompetenzzentrum von Bund und Ländern jugendschutzrelevante Entwicklungen im Internet und analysiert diese, um schnell Gegenstrategien entwickeln zu können. Dies geschieht auch auf internationaler Ebene und in Zusammenarbeit mit anderen Fachstellen.

WWW.JUGENDSCHUTZ.NET

PRÄVENTION UND DERADIKALISIERUNG IN STRAFVOLLZUG UND BEWÄHRUNGSHILFE

„Demokratie leben!“ fördert in enger Zusammenarbeit mit den Landesjustizministerien und dem Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz Modellprojekte, die sich direkt an jugendliche Strafgefangene richten. Konkret setzen die Projekte an bei:

- Inhaftierten, die im Strafvollzug erstmals mit demokratiefeindlichen Ideologien in Berührung kommen,
- Inhaftierten, die gefährdet sind, sich im Strafvollzug zu radikalisieren, und bereits erste Radikalisierungstendenzen aufweisen, sowie
- radikalisierten Insassen, die aufgrund politisch motivierter oder anderer Straftaten inhaftiert sind.

Dabei unterstützt das Bundesprogramm sowohl präventive Maßnahmen als auch Projekte, die Ausstiegs- und Distanzierungsarbeit leisten. Eine weitere Zielgruppe ist das Personal der Gefängnisse, das im Umgang mit den radikalisierten oder radikalisierungsgefährdeten Strafgefangenen geschult wird.

IMPRESSUM

Herausgeber:
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Referat Öffentlichkeitsarbeit
11018 Berlin

Gestaltung:
Scholz & Friends Berlin GmbH
Litfaß-Platz 1
10178 Berlin
www.s-f.com

Copyright/Bildnachweise:
Andreas Levers, Bildschön – Das schnelle Bild-Netzwerk GmbH, Daniel Völker, Forum der Kulturen e.V., Martin Matte, Sascha Kemper

Druck: B&K Offsetdruck GmbH

Wenn Sie das Heft des Handelns als Broschüre bestellen möchten,
wenden Sie sich bitte an den Broschürendienst der Bundesregierung.
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de
Telefonnummer: 030 182722721
Artikelnummer: 5BR280

Stand: August 2017

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Demokratie
leben!

WER, WENN
NICHT WIR
DEMOKRATIE-LEBEN.DE