

Von den Herzensspaziergängen zur Herzensdenkwerkstatt

Viele Menschen wollen weitermachen, zusammen weitergehen, weil es so gut tut, von Herzen im Gespräch zu sein und auf dem letzten Spaziergang auch Ideen für eigenes Engagement in Herzenssachen zu entwickeln.

Aus diesem Wunsch ist die **Herzensdenkwerkstatt** entstanden. Die Gruppe bleibt zusammen und trägt zusammen, was es an Ideen und Vorstellungen gibt, um Herzenswünsche zu verwirklichen. Alle, die sich vorstellen können, eine kleine oder große Herzensangelegenheit selbst anzugehen und dafür Gleichgesinnte suchen, sind willkommen. Eingeladen sind auch die, die sich gern im ihrem **Quartier engagieren** wollen und nur noch nicht genau wissen, wie das aussehen kann. Die Möglichkeiten sind bunt und vielfältig wie die Teilnehmer*Innen der Herzensspaziergänge selbst.

Beispiele dafür, was bislang angeschoben wurde:

- * Eigene Spaziergangsgruppe
- * Schreibgruppe
- * Literaturgruppe
- * Spielegruppe
- * Selbsthilfegruppe für Menschen, die durch die Pandemie kaufsüchtiges Verhalten entwickelt haben
- * Organisation von Besuchsdiensten für Menschen im Quartier, die Hilfe brauchen
- * Entwicklung eines Erinnerungsbüchleins und Leitfadens für Hochaltrige

Bei den Beispielen handelt es sich ausschließlich um **Neugründungen** von Herzensangelegenheiten.

Daneben gibt es regen **Informationsaustausch** über schon Bestehendes und Ideen, gemeinsam mitzumachen. So wurde eine Herzensspaziergängerin, die gerne Fahrrad fährt und sich sozial engagieren wollte, von einem anderen Teilnehmer motiviert bei der sogenannten ‚weißen Speiche‘ mitzumachen. Einer Organisation, die Tandemfahren mit blinden Menschen anbietet.

Neben der Unterstützung durch die Projektleitung in Bezug auf die Organisation und Moderation der Denkwerksatt zeigt die Erfahrung mittlerweile, dass **entscheidende Impulse und Denkanstöße erst untereinander im Dialog entstehen**. Durch die Kontinuität der Treffen wachsen tragfähige neue Kontakte und Freundschaften.

Aktuell treffen sich die Werkstattmenschen auf Einladung der Projektleitung **einmal im Quartal für ca. 2 - 3 Stunden**. Es sind derzeit 16 Teilnehmende, alle aus vorangegangenen Herzensspaziergängen. Neben der Freude des Wiedersehens und Zeit für Kaffee und Klönschnack wird intensiv gearbeitet.

Eine **Erzählrunde**, in der jede und jeder erzählt, wo sie mit ihrem Herzensprojekt steht, wo es gut läuft und wo Unterstützung fehlt, bildet den Kern des Werkstatttreffs. Immer gibt es einen **Impulstext** sowie Zeiten für **stille Selbstreflektion und Austausch**. Eigene Ideen und Texte werden mitgebracht und vorgetragen.

Susanne Seefeld

