



# NIEMAND IST ZU JUNG, VERÄNDERUNG ZU GESTALTEN!

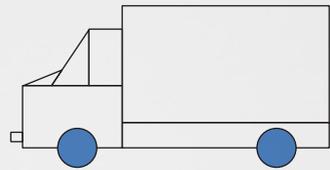
Inspirationen und  
Bauanleitungen für deine  
ersten Projekte

**HORN**BACH   
**MACHT SCHULE**

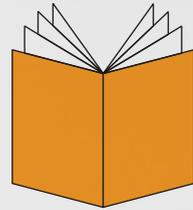
Forever  
Day  
One



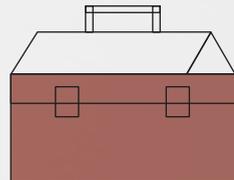
# Niemand ist zu jung, Veränderung zu gestalten!



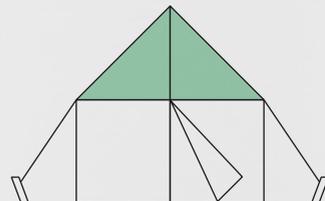
DAY ONE  
ROADTRIP



DAY ONE  
WORKBOOK



DAY ONE  
BAUKISTE



DAY ONE  
CAMPS

## Mein Steckbrief

Was uns gefällt und nicht gefällt, ändert sich ständig, genauso wie unsere Gefühle und Gedanken. Leben heißt Veränderung! Hier kannst du trotzdem zeigen, wer du gerade jetzt bist:

So werde ich am liebsten genannt:

Meine Superkraft:

Das mache ich gerade am liebsten:

Das nervt mich gerade so richtig:

Wenn mein Leben ein Film wäre, würde er so heißen:

Das würde ich gerne mal bauen:

Wenn ich eine Sache auf der Welt einfach wie durch Zauberei verändern könnte, dann wäre es diese:

# Inhalt

Schön, dass du da bist!	3	<b>Draußen in der Natur</b>	
Wie funktioniert dieses Workbook?	4	Seedballs	35
<b>Das bin ich!</b>	5	Insektenhotel	36
Meine Stärken	6	Miniteich	37
Meine Werte	7	<b>Begrünung</b>	
<b>Ich, du und die Welt</b>	9	Flaschengarten	38
Zusammenhänge verstehen	10	Wandgarten	39
Nachhaltigkeit	11	<b>Sport und Spaß</b>	
Du kannst was tun!	12	Balance Board	40
<b>Dein FreiRaum</b>	13	Fußballtor	41
Raumentscheidung	14	Baumhaus	42
Raum wahrnehmen	15	<b>Mein Projekt</b>	43
Raum gestalten	17	Mein Bauprojekt	44
<b>DIY – Do it yourself!</b>	20	Mein Plan	45
Die Werkzeuge	21	Projektplan	46
Die Materialien	22	Herausforderungen	48
Die Sicherheit	25	Der angekettete Elefant	50
Interview mit den Real Life Guys	26	Ich kann NOCH nicht	51
<b>DIY-Anleitungen</b>	30	Wachsen	52
<b>Upcycling-Projekte</b>		Urkunde	54
Lampe aus Altpapier	31	Rückblick	55
Smartphonehalter	32	Mein weiterer Weg	56
<b>Möbel und Einrichtung</b>		<b>Anhang</b>	57
Berliner Hocker	33	Inspirationsquellen	58
Würfelregal	34	Feedback	59
		Hornbach macht Schule	60
		Impressum	60

# Schön, dass du da bist!

Willkommen auf unserer gemeinsamen Reise!

Dieses Workbook gibt dir Werkzeuge an die Hand, mit denen du deine Zukunft endlich so gestalten kannst, wie du sie dir wünschst!

Dafür fangen wir mit Räumen in deiner Umgebung an – in deinem Zuhause! Der Ausgangspunkt, von dem du dann in die Zukunft starten kannst! Denn egal, wie alt du bist und was du in der Welt verändern willst, jede:r Gestalter:in braucht einen Ort zum frei und kreativ sein.

Und so geht's: Du suchst dir einen Ort aus (zum Beispiel dein Zimmer) und verwandelst ihn in deinen FreiRaum! Ein Ort, der genauso ist, wie du ihn brauchst. Ein Ort, an dem du experimentieren, verrückte Ideen entwerfen und deine Stärken immer weiter entwickeln kannst!

Das ist natürlich ein großes Projekt.  
Aber keine Sorge, jede Reise beginnt mit kleinen Schritten.

Und dafür ist dieses Workbook da.  
Das Workbook ist dein Wegbegleiter, der dir immer wieder mit neuen Inspirationen und Tipps zur Seite steht.

Hier findest du Impulse, um herauszufinden, was dir wirklich wichtig ist und was du brauchst, um dich in deiner Umgebung wohlfühlen und zu wachsen.

Inspirationen und Bauanleitungen helfen dir dabei, deine Ideen in die Tat umzusetzen und dir deinen eigenen FreiRaum zu schaffen!

Was für deine Reise noch wichtig ist:

- An dich selbst zu glauben.
- Den Mut zu haben, Fehler zu machen.
- Neugierig zu bleiben und Spaß zu haben.

Also, lass uns loslegen!



Lass uns an deiner Reise teilhaben! Verlinke uns auf Instagram ([dayone.community](https://www.instagram.com/dayone.community)) oder verwende [#DayOneWorkbook](https://www.instagram.com/hashtag/DayOneWorkbook) [#DayOne.Community](https://www.instagram.com/hashtag/DayOneCommunity) [#DeinStartpunkt](https://www.instagram.com/hashtag/DeinStartpunkt), um die Community wissen zu lassen, was du alles mit diesem Workbook gestaltest und entwickelst.

# Wie funktioniert dieses Workbook?

## Dieses Workbook gehört dir!

Es ist nicht irgendein Tagebuch oder Arbeitsheft, sondern deine eigene kreative Reise: zum Einkleben, Rausreißen, Durchstreichen, Nachdenken, Malen, Auseinanderschneiden und Ausprobieren.

Das Workbook will gestaltet werden: Mach es zu dem, was du brauchst und willst. Du kannst die Übungen in deinem ganz eigenen Tempo erledigen.

## Vier Bausteine begleiten und unterstützen dich auf deiner Reise:



### Wissen

Hier erfährst du spannende Dinge, die dir weiterhelfen. Keine Sorge, es geht nicht um langweiligen Schulstoff! Es geht um Nachhaltigkeit, Upcycling, Planen und Bauen, Kreativität und vieles mehr. Im Workbook verteilt findest du kleine Wissensboxen. Hier kannst du abhaken, welche du schon gelesen hast und sehen, wie viel Neues du schon gelernt hast!



### Inspiration

Egal ob ein Zitat oder eine spannende Story: Im Workbook verteilt findest du Dinge und Menschen, die dich inspirieren. Inspirationen können uns zum Nachdenken anregen und neue Ideen in uns anstoßen.



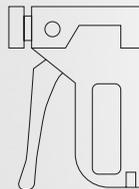
### Challenge

Kleine Aufgaben, die dich herausfordern, Neues zu machen. Manchmal können diese schwierig wirken und Überwindung kosten, aber genau darum geht's! Einfach mal mutig sein und ausprobieren!



### Reflexion

Impulse, um herauszufinden, was dir wirklich wichtig ist und was du brauchst, um dich in deiner Umgebung wohl zu fühlen und zu wachsen.



Die wichtigste Regel: Es gibt kein richtig oder falsch – du entscheidest.



# Meine Stärken

Diese kleine Selbsteinschätzung kann dir dabei helfen, dich und deine Stärken besser kennenzulernen. Schau doch mal, welche du schon hast!

 Lies dir die Aussagen durch und horche in dich hinein, wie sehr sie auf dich zutreffen.

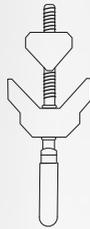
- Ich bin neugierig und immer bereit, Neues auszuprobieren - \_\_\_\_\_ +
- Ich kann eigene Projekte planen und umsetzen - \_\_\_\_\_ +
- Wenn etwas mal nicht funktioniert, verliere ich nicht gleich die Geduld - \_\_\_\_\_ +
- Wenn etwas nicht nach Plan verläuft, finde ich schnell neue Möglichkeiten - \_\_\_\_\_ +
- Ich kann mich gut in die Lage anderer hineinversetzen - \_\_\_\_\_ +
- Ich bin kreativ und denke gerne um die Ecke - \_\_\_\_\_ +
- Ich habe eine große Fantasie - \_\_\_\_\_ +
- Wenn ich mal keine Motivation habe, finde ich selbst Wege, um aus dem „Loch“ herauszukommen - \_\_\_\_\_ +
- Ich probiere Sachen lieber aus, als zu viel nachzudenken - \_\_\_\_\_ +

**Wow cool, du hast gerade eine erste Selbstreflexion gemacht!**



**Wissen: Was ist eine Reflexion?**

Wenn du über dich selbst nachdenkst und deine Gedanken und Gefühle beobachtest /untersuchst, dann reflektierst du dich selbst. Dafür musst du einfach mal innehalten und spüren, was in dir gerade so passiert. Selbstreflexion hilft dir, besser zu verstehen, wer du bist und warum du bestimmte Dinge so tust, wie du sie tust. Das ist eine wichtige Voraussetzung, um zu wachsen,



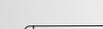
Denke daran: Du bist gut so wie du bist! Es geht nicht darum, in allem perfekt zu sein!

# Meine Werte

Werte sind Eigenschaften und Qualitäten, für die wir stehen und an die wir glauben. Wenn etwas für dich einen Wert hat, ist es dir besonders wichtig – und wenn du deine eigenen Werte kennst, dann kannst du leichter herausfinden, was du tun willst, mit wem du deine Zeit verbringen willst und was dich glücklich macht.

 Gehe die Liste durch und streiche die Werte durch, die **nicht** zu dir passen. Umkreise wiederum die Werte, bei denen du dich angesprochen fühlst. Fallen dir noch andere Werte ein? Wenn ja, schreibe sie gerne dazu!

Akzeptanz	Nachhaltigkeit	Gewaltlosigkeit	Geduld
Achtsamkeit	Gesundheit	Verantwortung	Gerechtigkeit
Begeisterung	Sicherheit	Verlässlichkeit	Großzügigkeit
Dankbarkeit	Leidenschaft	Hilfsbereitschaft	Mut
Ehrlichkeit	Ruhe	Toleranz	Neugierde
Anerkennung	Vertrauen	Hoffnung	Spaß
Respekt	Mitgefühl	Humor	Selbstständigkeit
Einfühlsamkeit	Freundschaft	Beliebtheit	Treue
Ordnung	Offenheit	Erfolg	Wissen
Freude	Liebe	Familie	_____
Kreativität	Gelassenheit	Fröhlichkeit	_____

 Entscheide dich für deine 5 wichtigsten Werte und kreuze sie ein. Anschließend kannst du sie hier so gestalten, wie sie dir gefallen



### Inspiration

Wenn du Lust hast, kannst du einzelne oder mehrere der Werte, die dir gefallen, schön gestalten und zum Beispiel in deinem Zimmer aufhängen. Du kannst etwas schreiben oder malen, eine Collage aus Zeitungsresten und Stoff basteln oder sie auf Holz malen! Werde kreativ und gestalte sie so, dass sie dir gut gefallen und du sie gerne anschaust. So vergisst du sie nicht so schnell, weil du immer wieder an das erinnert wirst, was dir wichtig ist.

### Ziel-Werte

 Gibt es Werte, denen du gerne mehr Platz in deinem Leben einräumen würdest? Wir können sie Zielwerte nennen. Wenn du sie hier aufschreibst, denkst du öfter an sie und kannst sie einfacher in dein Leben einbauen!

---



### Wissen: Was sind Werte?

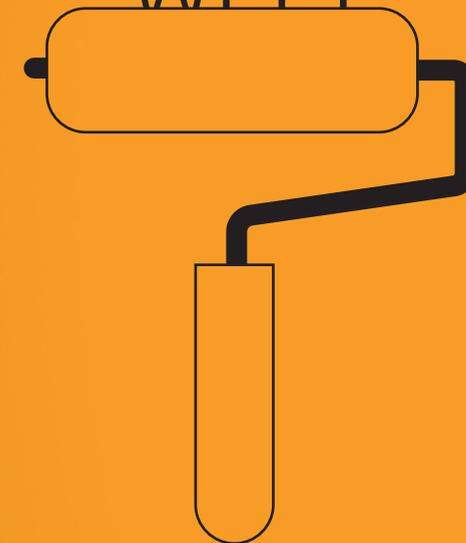
Nicht umsonst nennt man etwas wertvoll, was einem besonders am Herzen liegt. Das können Dinge sein, die für viele Menschen einen hohen Wert haben (zum Beispiel Liebe und Freundschaft). Dass ein Wert für dich wichtig ist, heißt nicht, dass du besonders gut darin sein musst: So kann dir „Geduld“ sehr wichtig sein, aber du bist manchmal schnell ungeduldig. Das kennen wir alle, das ist menschlich. Trotzdem kannst du diesen Wert zu deinem Wert machen!



### Challenge: Share it!

Irgendwie cool zu wissen, was deine Werte sind, oder? Weißt du auch, welche Werte deine besten Freund:innen haben? Deine Geschwister oder deine Eltern? Vielleicht kannst du deine Werte mit ihnen teilen und sie nach ihren Werten fragen. Wenn man die Werte von anderen Menschen kennt, lernt man sie viel besser kennen und verstehen. Außerdem ist es spannend, Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu erkennen!

ICH,  
DU  
UND  
DIE  
WELT



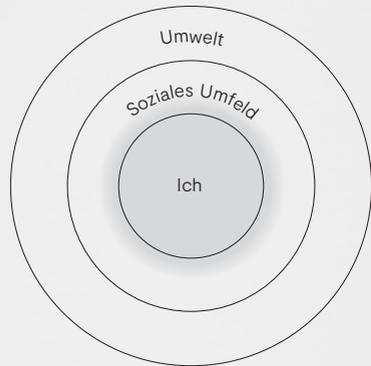
# Zusammenhänge verstehen

Was haben eine Biene, ein Baum und ein Apfel mit dir zu tun?

 Überlege kurz, wie die Dinge miteinander verbunden sind und schreibe deine Ideen über die Pfeile.



Diese kleine Übung zeigt, dass wir Menschen Teil eines größeren Systems sind. Das heißt, dass Dinge, die wir Menschen tun, die Welt um uns herum beeinflussen können.



**Wissen: Was ist ein System?**

Das Wort „System“ bezeichnet etwas, was miteinander verbunden ist. In einem System können viele Elemente miteinander vernetzt sein, das heißt, sie beeinflussen einander und sind voneinander abhängig. Zum Beispiel ist die Familie oder die Schule ein System.

Mögliche Lösung:



**Inspiration**

Du interessierst dich dafür, wie du Teil eines größeren Systems bist? Dann schau dir das Video an, um noch besser zu verstehen, wie du und deine Umwelt verbunden seid.

# Nachhaltigkeit

Wir leben in einer sogenannten Konsumgesellschaft, in der viele von uns dazu neigen, Dinge wegzuworfen und neu zu kaufen, die eigentlich wiederverwendet oder repariert werden könnten. Das Problem dabei: Die Rohstoffe unserer Erde sind begrenzt. Wir können zum Beispiel nicht unendlich viele Bäume für die Holz- und Papierproduktion fällen, denn sonst sind irgendwann keine Bäume mehr da.



**Wissen: Was ist Nachhaltigkeit?**

Das Wort Nachhaltigkeit hört man heute überall, besonders im Zusammenhang mit dem Klimawandel und der Umwelt. Doch was steckt hinter diesem Wort?

**Nachhaltigkeit bedeutet:**

... dass wir bei allem, was wir heute und jetzt tun, an die Zukunft denken. Wer nachhaltig denkt, überlegt sich, welche Auswirkungen die eigenen Handlungen von heute später haben könnten. Das gilt für die verschiedensten Bereiche wie zum Beispiel für den Umgang mit der Umwelt, das Einkaufen oder den Umgang mit Geld.

... dafür zu sorgen, dass lebenswichtige Rohstoffe wie beispielsweise Trinkwasser auch in der Zukunft für Menschen und Tiere ausreichend vorhanden sind. Sie müssen schon heute gerecht auf der Welt verteilt und zugänglich gemacht werden, egal wo man lebt.

... Dinge wie Nahrung, Wasser und Kleidung nicht zu verschwenden, sondern sorgsam mit ihnen umzugehen, damit Ressourcen nicht umsonst verbraucht werden.

... Umwelt und Tiere zu schützen, damit die globalen Ökosysteme weiterhin funktionieren.



Wenn du lieber ein Video schaust:



*Doch was kann man jetzt tun, um nachhaltiger zu sein? Eine ganze Menge! Einfach mal weiter blättern.*

## Du kannst was tun!

Wenn wir nachhaltig leben wollen, können wir uns Fragen stellen wie:

Brauche ich die neue Hose wirklich? Habe ich so viel Hunger, wie ich mir auf den Teller geladen habe? Brauche ich die Plastiktüte? Muss ich mir schon wieder ein neues Handy kaufen, obwohl das alte noch funktioniert? Gehe ich lieber mal auf einen Flohmarkt, statt online zu shoppen?

All die Tipps aus der Pyramide findest du immer wieder in diesem Workbook. Sie sind an verschiedenen Stellen eingebaut und begleiten dich auf deiner Reise.

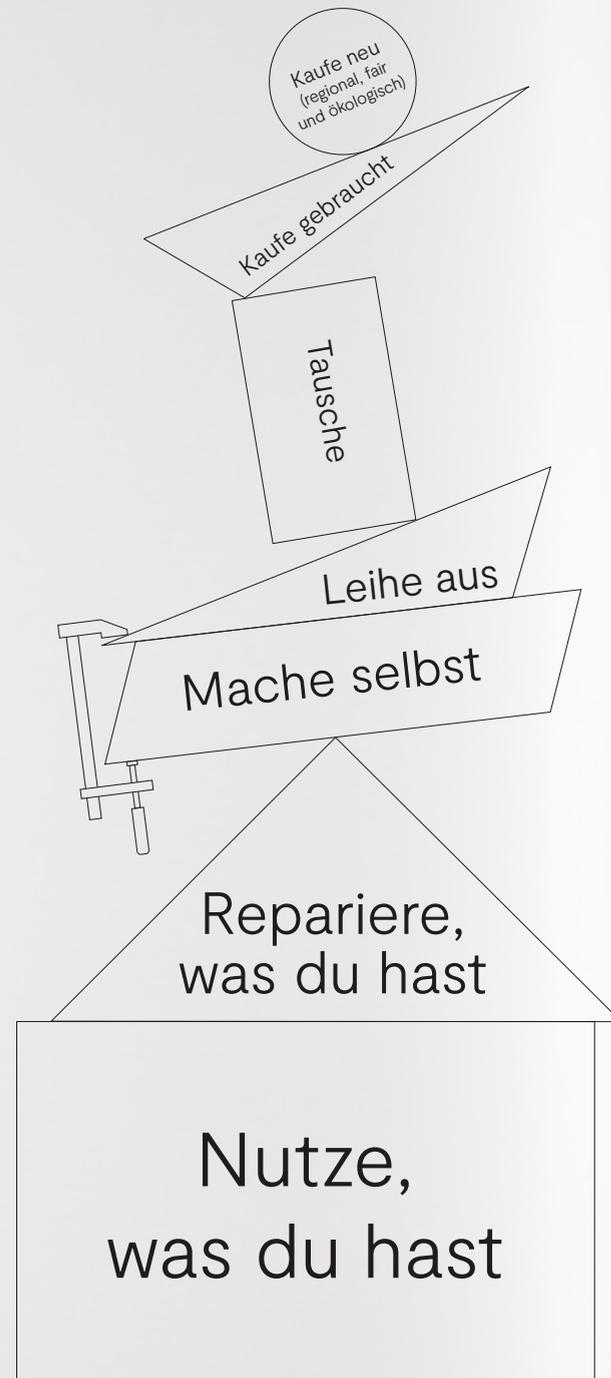


### Inspiration

Melati und Isabel Wilson waren 10 und 12 Jahre alt, als sie eine der größten Bewegungen gegen die Benutzung von Plastik begannen. Ihre Initiative für das Säubern von Stränden und diverse Petitionen\* führten dazu, dass auf der indonesischen Insel Bali offiziell keine einzige Plastiktüte mehr produziert wird. Seit 2021 ist ganz Indonesien plastiktütenfrei. Die Geschichte der Beiden zeigt, dass niemand zu jung ist, Veränderung zu gestalten, aber auch, dass wir mit gezielten Aktionen unser direktes Umfeld nachhaltiger machen können.



\*Eine Petition ist eine schriftliche Bitte oder eine Beschwerde an eine öffentliche Stelle. Jeder Bürger:in hat das Recht, sich mit einer Petition an das Parlament, an den Bundespräsidenten oder an eine Behörde zu wenden.



Lass uns jetzt mit der Gestaltung deines FreiRaums starten!

# Raumentscheidung

Du weißt nun, welche Werte dir wichtig sind, was deine Stärken sind und was Nachhaltigkeit bedeutet. Höchste Zeit, dein neues Wissen anzuwenden. Aber warte mal einen Moment ...

Welchen Raum möchtest du überhaupt zu deinem machen? Es kann dein ganzes Zimmer sein oder nur ein Teil davon. Vielleicht auch eine Ecke irgendwo im Haus, in der Wohnung oder draußen auf dem Balkon, im Garten oder Park. Egal wie groß oder klein der „Raum“ ist, mach ihn zu deinem!

 Nimm dir einen Moment, um dich zu entscheiden und schreib den Raum dann auf.

Ich mache \_\_\_\_\_ zu meinem FreiRaum

weil:

## Achtsamkeitsübung

*Bevor es losgeht, laden wir dich ein, dich auf Entdeckungstour zu deinem FreiRaum zu machen und deiner eigenen Fantasie freien Lauf zu lassen.*

Setze dich gemütlich hin und wenn du willst, schließe die Augen. Spüre wie du auf deinem Stuhl, auf dem Boden oder auf einem Kissen sitzt. Stell dir vor, du kannst fliegen und steigst immer weiter in den Himmel hinauf. Du siehst dich von ganz weit oben: wie du da sitzt. Fliege langsam immer weiter weg von dir, immer weiter nach oben, aus deinem Zimmer heraus, aus dem Haus heraus, über deinen Wohnort und immer weiter hinaus. Wenn du einen guten Überblick hast, fliege wieder so nah heran, dass du dich selbst gut sehen kannst. Stell dir vor, du siehst dich in deinem Zimmer oder in einem Raum, in dem du dich gerne aufhältst. Stell dir deinen Lebensraum so vor, wie er dir gefällt. Beobachte dich selbst, wie du dieses Buch ausfüllst, Dinge tust, die dir Spaß machen, Freund:innen deinen Raum zeigst. Was siehst du? Wie sieht dieser Raum für dich aus?



**Wissen: Was ist Achtsamkeit?**

Wenn wir achtsam sind, dann sind wir ganz und gar hier, in diesem Moment. Wir nehmen wahr, wo wir sind, was wir tun, was wir fühlen. Anstatt über die Vergangenheit oder die Zukunft nachzudenken, holen wir unsere Gedanken gezielt in das Hier und Jetzt. Das hilft uns, Stress zu reduzieren und insgesamt zufriedener und entspannter zu sein.

# Raum wahrnehmen

Als erstes wollen wir diesen Raum in all seiner Vielfalt erleben und aus unterschiedlichen Blickwinkeln wahrnehmen. So kannst du herausfinden, wie du deinen FreiRaum verwandeln willst.

Das ist der Startpunkt für eine gelungene Planung und Umsetzung!

## Schritt 1: Was ist da?

1. Zeichne aus der Vogelperspektive in dem freien Feld auf der folgenden Seite alles ein, was sich an diesem Ort wo befindet. Denke dabei auch an Bilder oder Gegenstände an den Wänden und auf dem Boden.
2. Markiere rot, was dir überhaupt nicht gefällt und was du verändern möchtest.
3. Markiere grün, was dir gefällt und du gerne behalten möchtest.

## Schritt 2: Was brauchst du?

Schau dir jetzt nochmal deine Werte an: Was ist dir wichtig? Was ist dir für deinen Ort wichtig? Was brauchst du?

Ein Raum kann viele Funktionen erfüllen: Ein Rückzugsort, um für sich alleine zu sein, ein Ort der Begegnung, um andere einzuladen, ein Ort, um kreativ zu werden ...

Was brauchst du für deinen Raum?

Was ist das Motto deines Raumes?



Vogelperspektive: Was befindet sich alles schon an deinem Ort?

## Raum gestalten

Du hast nun einen guten Überblick und ein Gefühl für den Raum, den du gestalten wirst – jetzt wird's kreativ! Es geht um die Frage: Wie könnte dein FreiRaum konkret aussehen? Um deine Kreativität anzuregen, gibt es eine kleine Challenge.



### Challenge: 15 Kreise

Verwandle jeden der folgenden Kreise in einen anderen Gegenstand, zum Beispiel in einen Fußball oder in eine Orange.



### Wissen: Was ist Kreativität?

Wenn du kreativ bist, dann schaffst du etwas Neues und Einzigartiges. Das muss nicht gleich eine große Erfindung sein, auch Kochen, Skateboard fahren oder Tanzen sind kreativ. Wir alle haben Kreativität in uns und können diese sogar trainieren wie einen Muskel. Kreativität hat nichts mit Talent zu tun. Sie steckt in jedem von uns. Wichtig ist es, sich auf die Kreativität einzulassen und sich selbst Zeit zu geben.



### Ideenskizze

Mache eine Skizze mit deinen ersten spontanen Ideen für deinen FreiRaum. Wie sollte er aussehen? Was brauchst du? Es geht dabei **nicht** darum, einen perfekten Entwurf zu zeichnen, sondern deine ersten Ideen zu visualisieren. Traue dich, verrückt zu sein!



### Reflexion: Wenn du das Gefühl hast, dass die Kreativität nicht da ist ...

Manchmal kommen wir nicht weiter und es fühlt sich an, als ob uns die Kreativität fehlt. Sie ist aber die ganze Zeit in uns, wir müssen nur einen Weg finden, sie wieder zu aktivieren! Hier eine Idee, um wieder in den Fluss zu kommen:

### Die Kopfstandmethode

Bei der Kopfstandmethode geht es darum, ein Problem aus der entgegengesetzten Richtung zu betrachten: Statt sich zum Beispiel zu fragen: „Was müssten wir tun, damit das Essen in der Cafeteria besser wird?“, würde die Frage lauten: „Was müssten wir tun, damit das Essen in der Cafeteria schlechter wird?“. Häufig fällt es uns leichter, Antworten auf gegenteilige Fragen zu finden, aus denen sich dann wiederum Ideen entwickeln lassen, die das Ursprungsproblem lösen.



Was müsstest du tun, damit der Raum, den du verändern willst, noch schrecklicher wird?

DO IT YOURSELF! DIY

Wer sagt eigentlich, dass wir Profis sein müssen, um etwas zu machen? Müssen wir immer gleich die Expert:innen anrufen, damit sie etwas für uns bauen? Sicher, die haben es gelernt und können sehr professionell einen Stuhl bauen, der bestimmt nicht wackelt, aber wo bleibt da der Spaß?

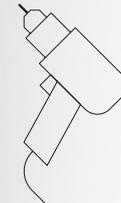
Einfach mal selbst probieren! Und wenn es nicht gleich funktioniert, auch gut, dann können wir lernen und mit der Herausforderung wachsen! (Und die Profis dürfen uns ruhig mal helfen, wenn es gar nicht weitergeht.)



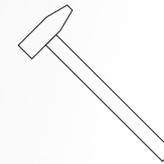
Und los gehts: Einfach mal ausprobieren und einen Startpunkt setzen!

## Die Werkzeuge

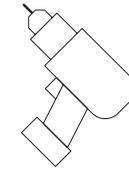
Um wirklich etwas zu bauen, braucht es natürlich das richtige Werkzeug. Hier findest du eine Übersicht der wichtigsten Werkzeuge. Welche davon kennst du schon? Welche hast du schon mal benutzt und wofür?



Bohrmaschine



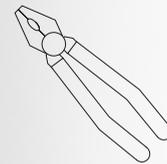
Hammer



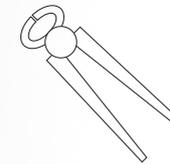
Akkuschrauber



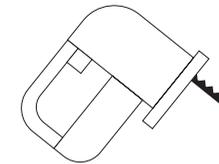
Schraubendreher



Kombizange



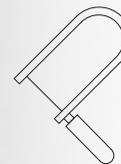
Kneifzange



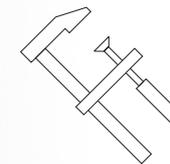
Stichsäge



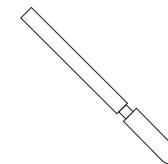
Japansäge



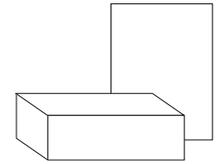
Laubsäge



Schraubzwinde



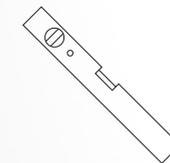
Feile



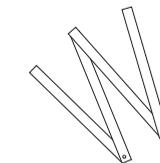
Schleifpapier



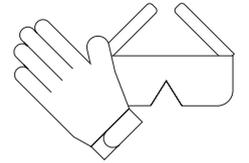
Winkel



Wasserwaage



Zollstock



Handschuhe + Brille

# Die Materialien

Welche Materialien gibt es eigentlich? Und welche möchtest du nutzen, um deinen FreiRaum zu gestalten?

Wenn du dich umschaust, wirst du unzählige verschiedene Materialien entdecken.

 Erkunde deinen Raum und suche nach Gegenständen. Schau sie dir genau an und erforsche, aus welchen Material sie sind. Welche Eigenschaften hat das Material und woher kommt es?

Gegenstand	Material	Eigenschaften	Woher kommt es?
z.B. Stuhl	Holz	hart, stabil, natürlich	Baum



**Tipps, wie man an Werkzeug und Material kommt, findest du auf der nächsten Seite.**

Hast du vielleicht das eine oder andere Werkzeug schon zuhause und auch die passenden Materialien? Wenn nicht, gibt es viele Möglichkeiten, wie du an sie herankommen kannst.

## Ausleihen

Oft haben Freund:innen oder Nachbar:innen Werkzeuge und Materialien, die sie gar nicht immer brauchen. Frag doch einfach mal in deinem Umfeld nach. Vielleicht findest du dabei auch gleich noch jemanden, der sich dir anschließt und ihr könnt gemeinsam gestalten.

## Gebraucht kaufen

Es muss nicht immer alles gleich neu sein! Es gibt unzählige Läden, teilweise auch online, bei denen man günstig gebrauchte Werkzeuge kaufen kann. Schau doch mal in deiner Gegend, ob du an Werkzeuge und Materialien kommst.

## Alternativen suchen

Überlege, welche Funktion dein Material oder Werkzeug erfüllen muss. Ein großer Löffel kann zum Beispiel als Schaufel dienen oder ein Stein auch mal als Hammer. Werde kreativ!



**Achtsamkeitsübung**  
Male die Werkzeuge aus!



### Challenge:

Klinge bei Nachbar:innen, auch wenn du sie nicht kennst und frage nach den Sachen, die du brauchst. Dazu braucht es etwas Mut, aber wer weiß, vielleicht finden sich so auch neue Freundschaften! Als kleines Dankeschön kannst du auch etwas zurückgeben, zum Beispiel selbstgebackene Kekse oder auch ein kleines DIY-Geschenk.

Du kannst auch folgende Vorlage nutzen und sie bei dir im Haus oder in der Nachbarschaft aushängen.



Ich suche

Ich biete

Liebe Nachbar:innen!

Ich, \_\_\_\_\_, werde gerade richtig kreativ und möchte mir einen FreiRaum schaffen, einen Ort, an dem ich \_\_\_\_\_

Mein Plan ist es, aus alten, nicht mehr benötigten Dingen etwas Neues und Sinnvolles zu schaffen.

Dafür bräuchte ich folgende Werkzeuge. Hat jemand zufällig etwas davon und könnte es mir ausleihen?

.  
.

Außerdem würde ich mich auch über folgende Materialien und Gegenstände freuen:

.  
.

Als Dankeschön gibt's von mir: \_\_\_\_\_

Ich freue mich über eine Rückmeldung!

Liebe Grüße,



## Die Sicherheit

Damit du dich nicht verletzt und die Werkzeuge und Materialien auch sinnvoll eingesetzt werden können, ist es wichtig zu wissen, wie man sicher mit ihnen umgeht. Bei vielen Werkzeugen ist es außerdem notwendig, eine erwachsene Person als Unterstützung zu haben. Bitte also zum Beispiel jemanden aus deiner Familie um Hilfe!

Deswegen sind hier die wichtigsten Sicherheitshinweise für dich zusammengefasst:

- Schaffe ausreichend Platz und Ordnung zum Werken.
- Sei achtsam und fokussiert. Die meisten Unfälle passieren, wenn man unkonzentriert ist.
- Trage die passenden Arbeitshandschuhe und eine Arbeitsbrille, zum Beispiel beim Sägen. Bei Arbeiten mit rotierenden Werkzeugen, zum Beispiel mit der Bohrmaschine, solltest du keine Handschuhe tragen.
- Lege Ringe, Armbanduhren, Ketten, Schals und Halstücher ab und achte auf eng anliegende Kleidung an den Armen.
- Wenn du längere Haare hast, solltest du diese beim Arbeiten mit Werkzeugen zusammenbinden.
- Überprüfe das Werkzeug vor der Benutzung. Funktioniert alles und kennst du dich mit den Funktionen aus?
- Kanten mit vielen Splintern sollten geschliffen werden, damit sich niemand daran verletzt, wenn das Produkt fertig ist.

Die wichtigsten Tipps zum Thema Sicherheit beim Werken findest du auch in diesem Video:





Interview mit den Real Life Guys

# Tag und Nacht im Baumarkt

Vor über vier Jahren begannen die Real Life Guys, verrückte Sachen zu bauen und das Ganze zu filmen. Inzwischen sind sie echte YouTube-Stars und haben über eine Million Abonnenten. Im Interview sprechen sie über Do-it-yourself-Projekte, ihre Motivation und den ersten Schritt.

**Hornbach macht Schule:** Hallo Johannes, Julius und Daniel. Bekannt geworden seid ihr auf YouTube mit eurem Kanal „Real Life Guys“, auf dem ihr seit 2016 kreative Do-it-yourself-Projekte umsetzt. Was fasziniert euch so am Heimwerken?

**Johannes:** Ich glaube, wir wollten schon immer selbst etwas auf die Beine stellen – und in unserer Schulzeit hatten wir ehrlich gesagt selten das Gefühl, dass wir wirklich viel bewegen konnten. Deswegen wollten wir danach mal Sachen machen, die man schon als Kind machen wollte. Ein U-Boot bauen, ein Flugzeug bauen, sowas Verrücktes eben. Mich persönlich fasziniert der Gedanke, etwas mit den eigenen Händen zu erschaffen.

**Julius:** Bei mir ist es so, dass ich vor allem eine Leidenschaft dafür habe, Projekte zu filmen und zu schneiden und damit andere Leute zu inspirieren. Bei unserem Kanal geht es ja auch darum, Sachen so aufzubereiten, dass die Zuschauer sagen „Wow, sowas würde ich auch mal gerne machen“. Mich begeistert es, jungen Menschen zu zeigen, was alles möglich ist, und dass sie vielleicht mehr schaffen können, als sie denken.

**Hornbach macht Schule:** Ihr hattet in Sachen Handwerk also nie Berührungängste?

**Johannes:** Ich denke, die Hemmschwelle sinkt einfach sehr schnell, wenn einem jemand zeigt, wie es richtig geht. In der Werkstatt von meinem Vater habe ich gelernt, dass vieles nicht so schwierig ist, wie es auf den ersten Blick scheint. Viele Leute trauen es sich meiner Meinung nach nur deshalb nicht zu, eine Schraube in die Wand zu schrauben oder etwas zusammenschweißen, weil sie es noch nie gemacht haben. Also nicht, weil sie es nicht können, sondern weil es etwas Neues für sie ist.

**Hornbach macht Schule:** Was würdet ihr als eure Superpower bezeichnen?

**Johannes:** Wenn ich eine Superkraft habe, dann die, an unmögliche Sachen zu glauben und immer am Ball zu bleiben.

**Daniel:** Ich glaube, meine Superkraft ist es, kaputten Schrott in funktionierenden Schrott zu verwandeln. (lacht)

**Hornbach macht Schule:** Was ist aus eurer Sicht bisher euer coolstes Bauprojekt gewesen?

**Julius:** Ich erinnere mich gerne an das Projekt, bei dem wir einen Van umgebaut haben, mit dem wir später durch Island gereist sind – und auch an die fliegende Badewanne, die wir mithilfe von ferngesteuerten Drohnen gebaut haben. Ein Highlight, das besonders heraussticht, war für mich aber tatsächlich die selbstgemachte Achterbahn, die wir in einem HORNBACH-Markt gebaut haben. Da waren viele Freunde von uns dabei und wir hatten eine Menge Unterstützung – und am Ende hat die Achterbahn tatsächlich funktioniert.

**Daniel:** Stimmt, die Achterbahn war eines der coolsten Projekte.

**Hornbach macht Schule:** Die Achterbahn habt ihr an nur einem einzigen Wochenende gebaut. Steht man da nicht unter einem

Julius, Johannes und Daniel (v. l. n. r.)



enormen Stress? Oder beflügelt euch der Zeitdruck sogar eher?

**Johannes:** Ich glaube tatsächlich, dass bei uns ohne Zeitdruck gar nichts laufen würde. Deshalb setzen wir uns häufig auch selber Deadlines, zum Beispiel dadurch, dass wir versuchen, alle zwei bis drei Wochen ein Video hochzuladen. Sowa wie die Achterbahn im HORNBACH-Markt ist dann aber natürlich schon krass. An dem gesamten Wochenende habe ich vielleicht drei Stunden geschlafen, aber das hat das Projekt auch ausgemacht. Es war halt eine spannende Challenge.

**Julius:** Ja, und am Ende war es echt ein Wettlauf gegen die Zeit. In der letzten Nacht haben wir unglaublich viele Tests gemacht und die Achterbahn ist immer wieder irgendwo stecken geblieben oder die Räder sind abgeflogen. Die mussten dann jedes Mal wieder dran geschweißt werden. Es war aber auch faszinierend zu sehen, wie alle unter Zeitdruck so komplett fokussiert auf dieses eine Ziel hingearbeitet und an einem Strang gezogen haben.

**Hornbach macht Schule:** Ist das auch eine Sache, die euch am Bauen und Reparieren so inspiriert? Dass man Dinge zusammen macht und Herausforderungen überwindet und keine Idee zu verrückt ist?

**Julius:** Auf jeden Fall! Wir haben tatsächlich recht früh erkannt, dass ohne Teamwork gar nichts funktioniert. Wir sind ja zum Beispiel bei „Real Life Guys“ auch ständig auf Helfer angewiesen. Bei den Projekten,

an denen richtig hart getüftelt wird, da sind Daniel und Johannes alleine in der Werkstatt, aber sonst tut es uns auch total gut, etwas mit Freunden zu machen und alle dabei zu haben. So entstehen immer lustige Momente und jede Person trägt auf ihre Art und Weise etwas bei. Gerade bauen wir in unserer Werkstatthalle zum Beispiel einige Räume um, um dort ukrainische Familien und Jugendliche unterzubringen. Da machen auch wieder alle mit. Mich erstaunt es immer wieder, wie viele Leute Bock darauf haben, etwas anzupacken. Immerhin laden wir sie ja zum Arbeiten ein (lacht). Andererseits ist es natürlich auch eine schöne Abwechslung, in der Freizeit nicht nur vorm Fernseher zu hocken oder vor Instagram zu chillen. Beim Bauen und Arbeiten merken Leute, dass sie gebraucht werden und einen Unterschied machen können.

**Hornbach macht Schule:** Seid ihr trotz der ganzen Unterstützung und euren handwerklichen Skills schon mal an einem Projekt gescheitert?

**Johannes:** Klar, wir haben zum Beispiel mal einen Heißluftballon aus Betttüchern gebaut und der ist tatsächlich noch nie geflogen. Der Fehler war wohl, dass wir etwas zu billige



Betttücher gekauft haben. Durch die konnte man einfach so durchpusten. Mit anderen Betttüchern hätten wir es wahrscheinlich hingekriegt, aber nach so viel Nähen und Basteln hatten wir am Ende keine Lust mehr, alles nochmal zu machen.

**Julius:** Tatsächlich ist das Scheitern ja auch was, was dazugehört, was man in unseren Videos aber am Ende nur selten sieht. Eigentlich gibt es nämlich kein Projekt, wo alles auf Anhieb funktioniert. Es ist eher so, dass wir etwas ausprobieren, dann scheitert es und dann bauen wir das ganze so lange um, bis es klappt. Das ist aber kein Problem, das muss man einfach einkalkulieren.

**Hornbach macht Schule:** Eine Achterbahn, eine fliegende Badewanne, ein U-Boot – eure Bauprojekte wurden zuletzt immer größer. Kann es nicht manchmal überwältigend wirken, sich so hohe Ziele zu stecken? Wie macht ihr da den ersten Schritt?

**Johannes:** Ein super Ansatz, um die Motivation nicht zu verlieren, ist es, immer einen Schritt nach dem anderen zu gehen. Wir haben zum Beispiel mal eine Seilbahn über einer Kiesgrube gebaut. Anstatt uns zu fragen, wie wir ein Seil über diese riesige Grube spannen können, haben wir dabei aber erstmal mit den Basics angefangen und uns informiert, wo man ein Stahlseil bekommt. Erst als wir das dann gekauft hatten, haben wir über den nächsten Schritt nachgedacht. So wirken auch große Projekte machbar.

**Hornbach macht Schule:** Für eure Projekte nutzt ihr eine Menge Materialien. Was passiert mit euren Bauwerken, wenn sie einmal fertig sind und ihr eure Videos auf YouTube veröffentlicht habt?

**Johannes:** Das ist ganz unterschiedlich. Aus den Schienen und Metallstangen, die vom Bau der Achterbahn übrig geblieben sind, haben wir zum Beispiel schon eine Menge

anderer Sachen gebaut. Und viele Sachen bauen wir auch wieder um oder auseinander, wenn wir fertig sind.

**Daniel:** Ansonsten recyceln wir auch viele der Bauteile oder heben sie als Erinnerungsstücke auf. Bald wollen wir mit den Teilen sogar ein kleines Museum eröffnen.

**Hornbach macht Schule:** Habt ihr eine Botschaft für junge Menschen, die euch nacheifern und ihre eigenen Projekte umsetzen wollen?

**Julius:** Ich finde, man sollte immer wissen, dass Projekte gemeinsam am meisten Spaß machen und dass die coolsten Sachen immer dann entstehen, wenn sich Menschen ergänzen und gegenseitig motivieren. Außerdem ist es total wichtig, schon früh kreativ zu werden und nicht nur Zeit mit Social Media oder Virtual Reality zu verbringen. Es muss auch immer darum gehen, seine Träume im echten Leben zu verwirklichen.

**Johannes:** Stimmt! Vor allem, weil die Welt Menschen braucht, die an das Unmögliche glauben. Und gerade Kinder und Jugendliche haben ja diese Gabe, immer wieder kreative und neue Lösungswege zu finden und anders zu denken, als es Erwachsene vielleicht tun würden.

**Daniel:** Das glaube ich auch! Meine Botschaft ist deshalb: „Aufgeben ist keine Option!“

**Johannes:** (lacht) Uff, dann müssen wir den Heißluftballon wohl doch noch zu Ende bauen!

Hier könnt ihr euch das Achterbahn-Projekt im HORNBACH-Markt anschauen



# DIY-ANLEITUNGEN

Upcycling-Projekte

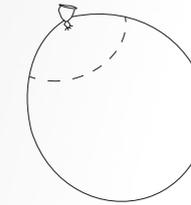
## Lampe aus Altpapier

Bei diesem Upcycling-Projekt entsteht aus Zeitungspapier eine schöne Lampe.



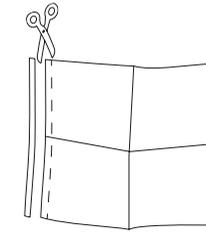
### Was ist Upcycling?

Wenn es so aussieht, als wäre ein Gegenstand nicht mehr zu gebrauchen, landet dieser schnell im Müll. Doch es gibt unendlich viele Möglichkeiten, ihm eine neue Funktion zu geben. Dieses Umwandeln von nicht mehr genutzten Gegenständen nennt sich Upcycling.



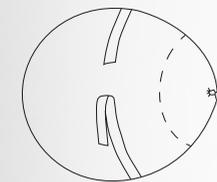
### Schritt 1

Zeichne eine Öffnung auf einen aufgeblasenen Luftballon.



### Schritt 2

Suche dir altes Zeitungspapier und schneide gleich lange Streifen aus. Rühre Tapetenkleister an.



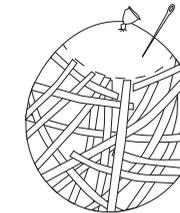
### Schritt 3

Klebe die Streifen netzartig auf den Ballon. Lasse die Papierstreifen trocknen und bringe danach eine weitere Schicht Papier auf.



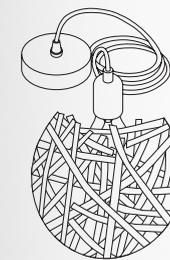
### Schritt 4

Verstärke die obere Öffnung der Lampe mit weiteren Streifen. Lasse den beklebten Ballon vollständig trocknen.



### Schritt 5

Pieks dann mit einer Stecknadel den Ballon an und bringe ihn zum Platzen.



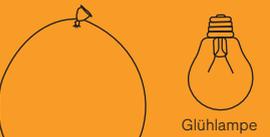
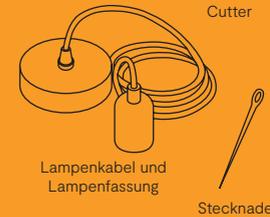
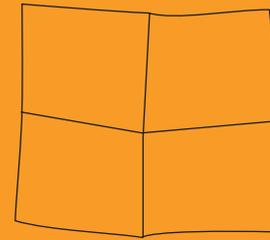
### Schritt 6

Befestige ein Stück Draht am Lampenkabel. Damit kannst du den Lampenschirm auf die gewünschte Höhe bringen.

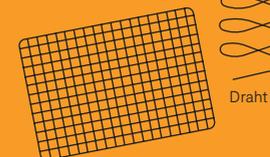
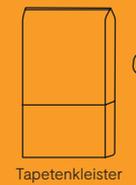


Zeitaufwand: 1 Std.  
Herausforderung: 1/5

Material:



Luftballon ø 65 cm



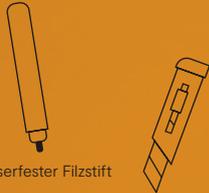
Zeitaufwand: 10 Min.  
Herausforderung: 1/5  
Material:



Pfandfreie Plastikflasche

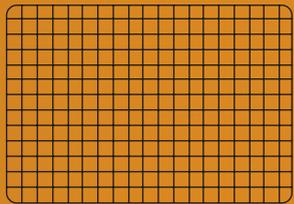


Schere



wasserfester Filzstift

Cutter

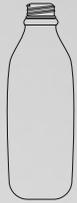


Schneidmatte

Upcycling-Projekte

## Smartphonehalter

Aus einer Plastikflasche entsteht ein praktischer Halter für dein Smartphone.



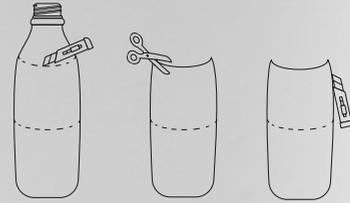
### Schritt 1

Entferne zuerst den Deckel und die Aufkleber der sauberen Flasche.



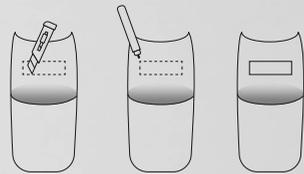
### Schritt 2

Schneide dann den oberen Teil der Flasche vorsichtig ab.



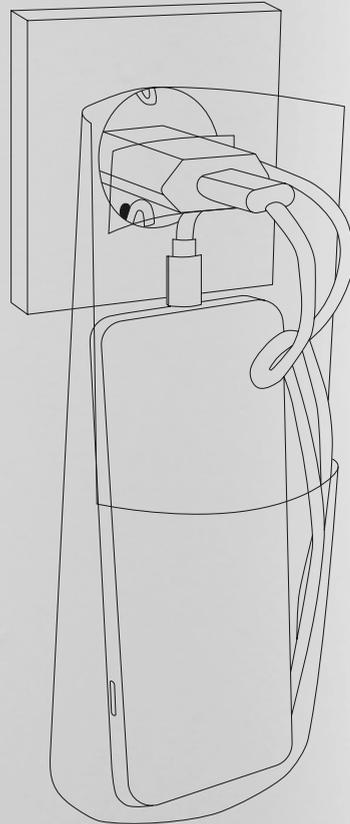
### Schritt 3

Nun wird die Vorderseite zu ungefähr zwei Dritteln mit einem Cutter herausgeschnitten.



### Schritt 4

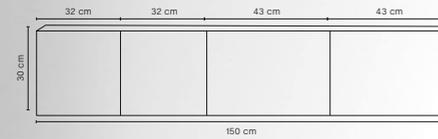
Jetzt fehlt noch das Loch zum Aufhängen. Zeichne auf der Rückseite ein Viereck ein und schneide es aus.



Möbel und Einrichtung

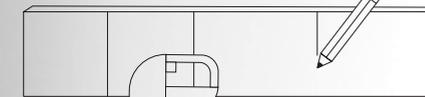
## Berliner Hocker

Dieser Hocker ist einfach zu bauen und vielseitig einsetzbar. Er ist Stuhl, Regal, Beistelltisch und Ablage in einem.



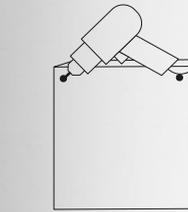
### Schritt 1

Zeichne mit einem Bleistift die Länge der Bretter ein.



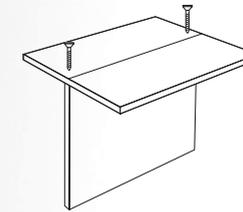
### Schritt 2

Schneide die Bretter entlang der eingezeichneten Linie mit einer Stichsäge zu.



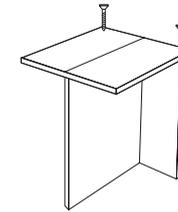
### Schritt 3

Markiere dann die Stellen für die Schraublöcher und bohre diese vor. Das Schraubloch sollte etwas dünner als die Schraube sein.



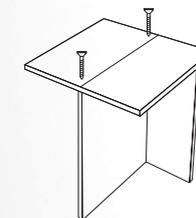
### Schritt 4

Schraube die Rückenwand an der Sitzfläche fest. Die beiden Teile zusammen sehen aus wie ein „T“.



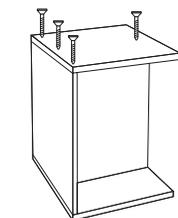
### Schritt 5

Als nächstes werden beide Seitenteile mit Schrauben befestigt. Lege dafür ein Seitenteil bündig auf das „T“.



### Schritt 6

Zwei Schrauben werden mit der Rückenwand verbunden. Und zwei Schrauben werden mit der Sitzfläche verbunden.

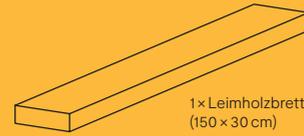


### Schritt 7

Wiederhole nun das Gleiche auf der anderen Seite.



10 × Schrauben  
(5.00 × 5 cm lang)



1 × Leimholzbrett  
(150 × 30 cm)



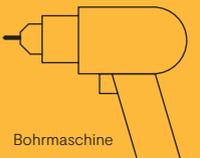
Zollstock



Stichsäge



Schleifpapier



Bohrmaschine



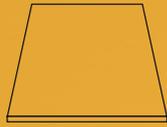
Lineal



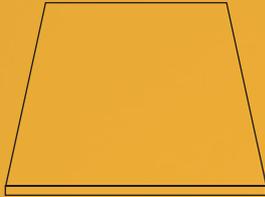
Schraubzwinde

Zeitaufwand: 1 Std.  
Herausforderung: 3 / 5

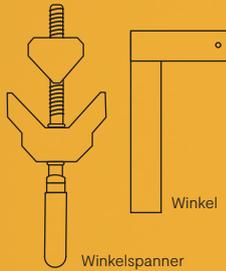
Material:



**Kleines Modul (Schritte 1–4):**  
Leimholzzuschnitte  
· (A) 2 St. 400 × 400 × 12 mm  
· (B) 2 St. 364 × 400 × 12 mm  
· (C) 1 St. 364 × 364 × 12 mm



**Großes Modul (Schritt 5–6):**  
Leimholzzuschnitte  
· (D) 2 St. 800 × 400 × 12 mm  
· (E) 2 St. 364 × 400 × 12 mm  
· (F) 1 St. 764 × 364 × 12 mm



Winkelspanner

Winkel

24 × Schrauben

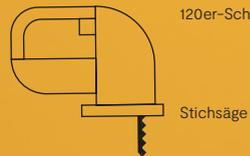


Akkuschrauber mit Schraub- und Holzbohrsaufsatz

Zollstock



120er-Schleifpapier

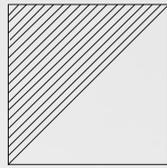


Stichsäge

Möbel und Einrichtung

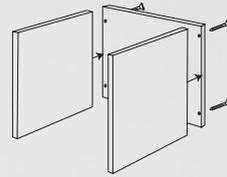
## Würfelregal

Eine Regalwand: Genau so zusammengestellt, wie du sie brauchst.



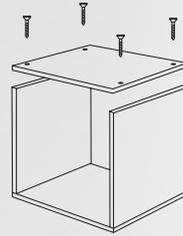
### Schritt 1

Teile die Rückseite des ersten Brettes (C) diagonal, sodass aus zwei Dreiecke erhältst. Schleife die Kanten glatt. Du brauchst nur eins der Dreiecke.



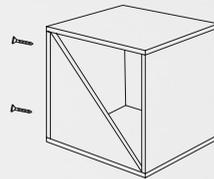
### Schritt 2

Stelle die quadratische Platte (A) aufrecht hin und stelle die kurzen Seiten (B) im rechten Winkel links und rechts an die Platte. Die Kanten sollten bündig aneinander liegen. Schraube sie zusammen, sodass ein U entsteht.



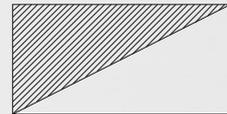
### Schritt 3

Lege nun die letzte quadratischen Platte (A) oben auf das U, sodass ein Quadrat entsteht und schraube sie fest.



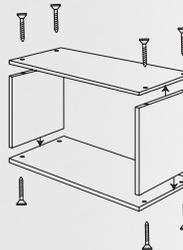
### Schritt 4

Lege nun das Dreieck (C) von Schritt 1 Kante auf Kante auf die offene Rückwand des Quadrates und schraube es fest. Dein erster Würfel ist fertig!



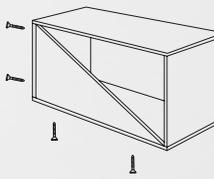
### Schritt 5

Für das große Modul: Teile die Rückseite (F) diagonal. Die kurze Seite des Dreiecks sollte 36,4 cm lang sein, die lange Seite 76,4 cm.



### Schritt 6

Wiederhole Schritt 2 bis 5. Die zwei kleinen Bretter (E) werden für die Seiten verwendet und zwischen den beiden großen Brettern (D) verschraubt.



### Schritt 7

Du kannst beliebig viele Würfel in unterschiedlichen Größen bauen, bis deine Regalwand so aussieht, wie du sie haben möchtest.

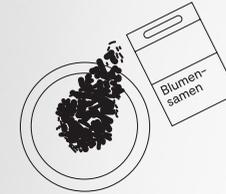


DAY ONE

Draußen in der Natur

## Seedballs

Mit diesen Seedballs kannst du bunte Blumen in deine Umgebung zaubern. Außerdem hilfst du der Natur, sich ein Stück Land zurückzuerobern.



### Schritt 1

Wähle verschiedene heimische Blumensamen aus und vermische sie in einer kleinen Schüssel miteinander.



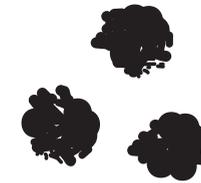
### Schritt 2

Nun vermenge aufgelockerte Blumenerde, Tonerde/Lehmputz und Samen in einer Schüssel miteinander.



### Schritt 3

Füge noch ein wenig Wasser für die richtige Konsistenz hinzu. Nicht zu viel, da sich die Saatkugeln sonst nicht formen lassen.



### Schritt 4

Forme nun walnussgroße Kugeln. Lege die Seedballs auf Zeitungspapier und lasse sie 1–2 Tage an einem schattigen Ort trocknen.

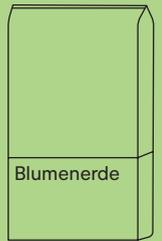


Zeitaufwand: 20 Min.  
Herausforderung: 1 / 5

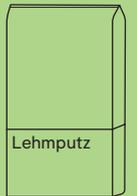
Material:



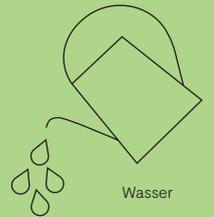
1 Teil Saatgut verschiedener heimischer Blumensamen



5 Teile Blumenerde



3 Teile Lehmputz



Wasser



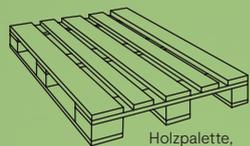
Eine kleine und eine große Schüssel



WORKBOOK

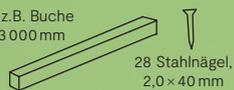
Zeitaufwand: 1 Std.  
Herausforderung: 4 / 5

Material:



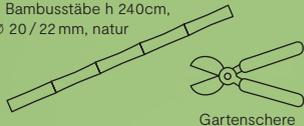
Holzpalette,  
120 x 80 x 14,4 cm

Kanholz z.B. Buche  
90 x 90 x 3000 mm

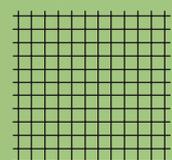


28 Stahlnägel,  
2,0 x 40 mm

4 Bambusstäbe h 240cm,  
Ø 20 / 22 mm, natur



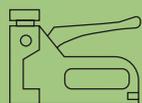
Gartenschere



1 Vollereflecht 0,5 x 5 m



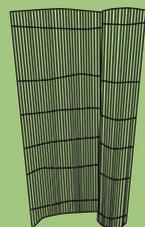
Siebdruckperrholz, 550 x 300 x 12 cm



Tacker



Zimmermanns-  
hammer



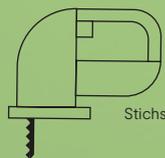
Schilfmatte



Schraubzwin-  
ge



Kneifzange

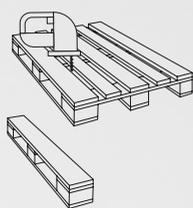


Stichsäge

Draußen in der Natur

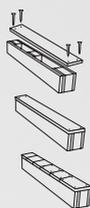
## Insektenhotel

Ein Wohnort für Insekten wie z.B. Käfer, Schmetterlinge, Wildbienen oder Wespen.



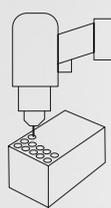
### Schritt 1

Wir benötigen die 3 Fußteile der Palette.



### Schritt 2

Trenne die oberen Latten vorsichtig mit dem Zimmermannshammer ab. So erhältst du 2 lange Latten, und 6 kleine Holzstücke aus den zersägten Querlatten. Verkleide damit je eine offene Seite der Palettenfüße und nagele sie fest.



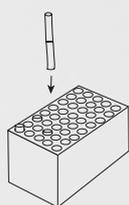
### Schritt 3

Säge das Kanholz zu Klötzen, in die du dann tiefe Löcher in verschiedenen Größen (3–9mm) mit mind. 1cm Abstand bohrst. Pass dabei aber auf, dass du nicht auf der Rückseite durchstößt. *Wichtig:* Schleife die Locheingänge ab, damit sich die Insekten nicht verletzen.



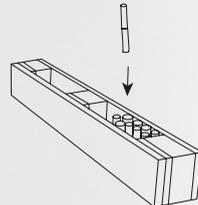
### Schritt 4

Säge mit einer Metallsäge die Bambusstäbe in 14cm lange Stücke. Höhle die Stäbe mit Hilfe eines Akkuschraubers aus und glätte die Schnittkanten mit Schleifpapier.



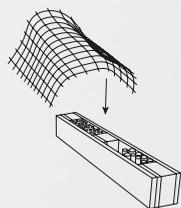
### Schritt 5

Schneide von der Schilfmatte weitere Röhrchen in 14cm Länge ab. Damit kannst du später die Lücken um die anderen Bambusröhrchen schließen. Schleife auch hier wieder die Schnittkanten ab.



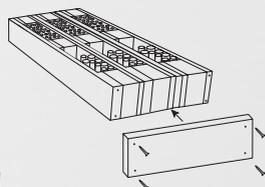
### Schritt 6

Lege die Nistelemente aus den vorherigen Schritten abwechselnd in die Rahmen ein. Du kannst die drei Elemente einzeln verwenden oder zusammenschrauben.



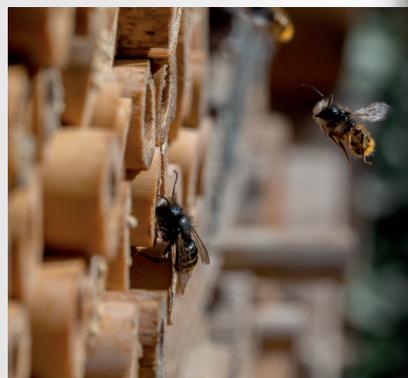
### Schritt 7

Sichere die Vorderseiten mit Drahtgeflecht und einem Tacker.



### Schritt 8

Nagele nun noch ein Dach aus einer Siebdruckplatte fest. Diese sollte an der Rückseite bündig abschließen und vorne und an den Seiten einige Zentimeter Überstand haben. Fertig ist dein Hotel!



Draußen in der Natur

## Miniteich

Wenn du keinen Platz für einen großen Gartenteich hast, dann ist ein Miniteich genau das Richtige.



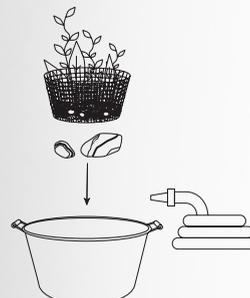
### Schritt 1

Für den Miniteich brauchst du ein wasserdichtes Teichgefäß, zum Beispiel eine Zinkwanne. Zunächst befüllst du den Teichkorb mit einer Schicht gewaschenem Kies und setzt die Pflanztöpfe ein.



### Schritt 2

Fülle den Teichkorb nun mit Teicherde auf. Lasse oben noch einen Rand, auf den du zum Schluss eine weitere Schicht Kies auflegst. Achte darauf, keinen staubigen Kies zu verwenden und wasche ihn vorher aus. Möchtest du auf Nummer sicher gehen, dann verwende Aquarienkies.



### Schritt 3

Lege nun größere Steine in den Teichkorb. Stelle die Teichkörbe drauf und fülle die Zwischenräume mit Kies auf. Fülle das Teichgefäß mit Wasser auf. Wenn du Regenwasser in einer Tonne gesammelt hat, verwende dieses. Ansonsten kannst du auch Wasser aus der Leitung nutzen.



Zeitaufwand: 45 Min.  
Herausforderung: 2 / 5

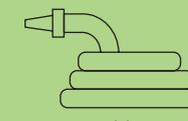
Material:



Zinkwanne



Teichkorb (kleiner als Wanne)



Wasser



Teicherde



Kies



Schaufel



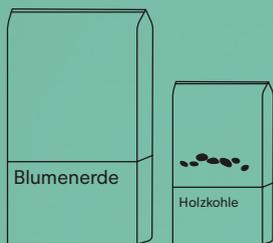
Wasserpflanzen



Zeitaufwand: 45 Min.  
Herausforderung: 2 / 5  
Material:



geräumiges Glasgefäß  
mit Deckel/Korken



Blumenerde

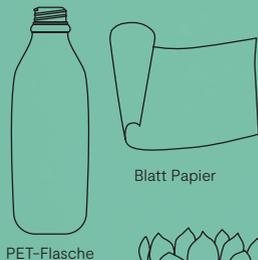
Holzkohle



Befestige an einem Bambus-  
stock einen Korken.  
Damit kannst du die Mulde  
buddeln.



Kieselsteine oder  
Blähton



PET-Flasche

Blatt Papier

Kleine Pflanzen (geeignet  
sind Mini-Orchideen,  
Bromelien, Ufopflanzen,  
kleine Farne, Moos, kleiner  
Efeu oder fleischfressende  
Pflanzen)

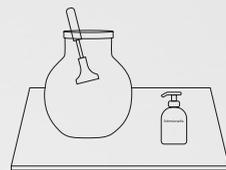


Optional: Moos, Muscheln  
oder andere Dekoelemente

Begrünung

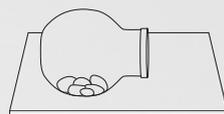
## Flaschengarten

Ein kleines Ökosystem fürs Zimmer – auch geeignet für Menschen ohne grünen Daumen.



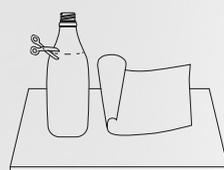
### Schritt 1:

Reinige das Glasgefäß  
gründlich mit heißem Wasser  
und Seife. Lasse das Gefäß  
abtropfen und trocknen.



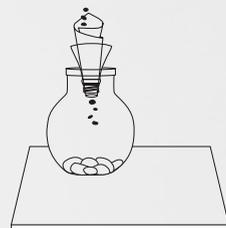
### Schritt 2:

Lege das Gefäß schräg und  
befülle es mit einer Schicht  
Kieselsteine, um später Stau-  
nässe zu vermeiden.  
Danach kannst du das Glas  
wieder aufrecht hinstellen.



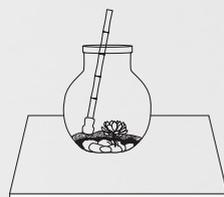
### Schritt 3:

Schneide den oberen Teil  
einer PET-Flasche ab, dessen  
Öffnung in dein Glasgefäß  
passt. Rolle ein Blatt Papier ein  
und schiebe es durch  
den Hals der PET-Flasche tief  
in dein Glasgefäß. Jetzt  
hast du einen 1A Trichter zum  
Befüllen.



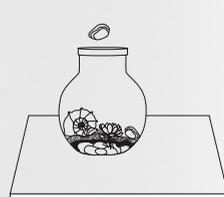
### Schritt 4:

Fülle nun erst eine Schicht  
Holzkohle mit 0,5-1cm großen  
Stücken in das Glas. Oben  
drauf kommt eine ca. 8 cm  
dicke Schicht Blumenerde.



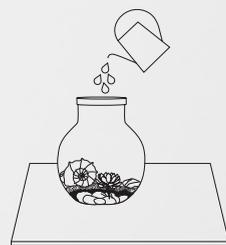
### Schritt 5:

Buddle eine kleine Mulde  
in die Erde. Nimm die Pflanze  
aus dem Topf, schüttele  
behaltsam so viel Erde wie  
möglich ab und pflanze  
sie in die Mulde ein.



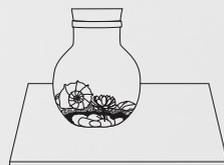
### Schritt 6

(optional): Lege Moos,  
Muscheln oder andere  
Dekoelemente auf  
die Erdoberfläche deines  
Flaschengartens.



### Schritt 7:

Den Flaschengarten langsam  
gießen, am besten mit  
möglichst kalkarmen Wasser  
oder Regenwasser. Vorsicht!  
Die Erde sollte feucht sein,  
aber es darf sich unten kein  
Wasser sammeln.



### Schritt 8:

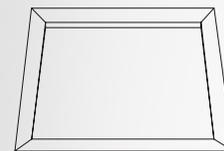
Deckel drauf! Verschließe  
deinen Flaschengarten  
luftdicht und fertig ist dein  
kleines Ökosystem. Du musst  
es nicht gießen, denn die  
Feuchtigkeit bleibt im Glas,  
sodass die Pflanze immer  
genug Wasser hat.



Begrünung

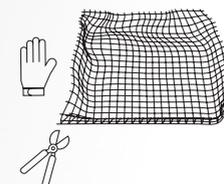
## Wandgarten

Mit einem bepflanzen Bilderrahmen schaffst du dir ein grünes Wandgemälde.



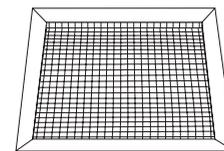
### Schritt 1

Lege den Bilderrahmen mit der  
Rückseite nach oben auf  
eine saubere, weiche Unterlage.



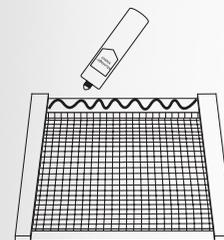
### Schritt 2

Schneide den Volierendraht so  
zu, dass er an den Kanten  
2-3 cm übersteht. Schneide  
den Draht an den vier Ecken  
schräg ein. *Tipp:* Trage bei  
den Arbeiten mit Draht Hand-  
schuhe.



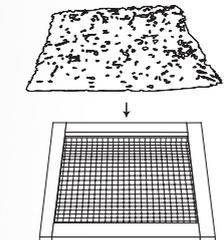
### Schritt 3

Biege den Volierendraht an  
den Rändern soweit um,  
dass er in die Innenfläche des  
Rahmens passt. Tackere  
die Ränder an die Innenkanten  
des Rahmens.



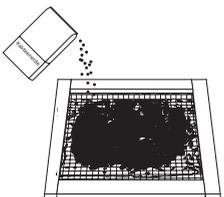
### Schritt 4

Klebe die passend zugeschnit-  
tenen Holzleisten auf die  
Rahmenrückseite, damit genug  
Raum für Moos und Erde  
entsteht.



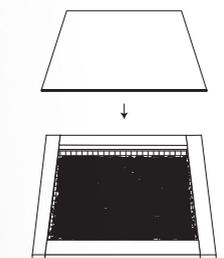
### Schritt 5

Lege die Moosplatten mit  
der Oberseite auf den  
Volierendraht. Kleinere Moos-  
abschnitte werden  
passend zusammengesetzt.



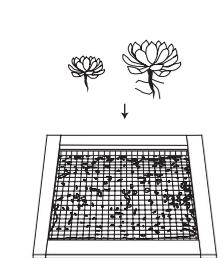
### Schritt 6

Fülle den Rahmen nun bis  
zur Oberkante der Holzleisten  
mit Kakteenerde auf.



### Schritt 7

Anschließend wird der  
Bilderrahmen mit einer  
passenden Sperrholzplatte  
verschlossen. Befestige  
die Platte mit Nägeln auf  
den Holzleisten.

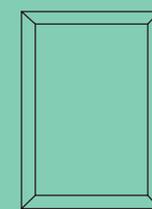


### Schritt 8

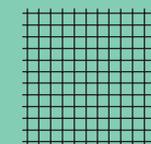
Jetzt wird das Bild mit  
Sukkulente bepflanzt: Stecke  
die Pflanzen mit den Wurzeln  
durch den Volierendraht in  
das Moos. Überprüfe, ob alle  
Sukkulente halten.



Zeitaufwand: 45 Min.  
Herausforderung: 2 / 5  
Material:



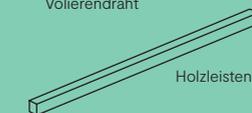
Bilderrahmen



Volierendraht



Handschuhe



Holzleisten



Sperrholzplatte



Moos



Kakteenerde



Holzleim



Gartenschere



Sukkulente

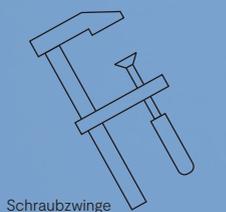
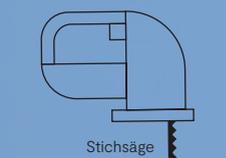
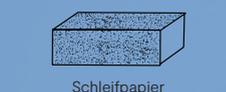
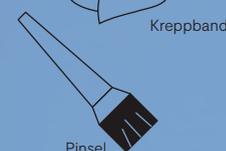
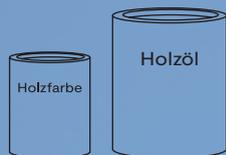


Zeitaufwand: 45 Min.  
Herausforderung: 2 / 5

Material:



Multiple x platte Birke  
1250 x 2500 x 10 mm

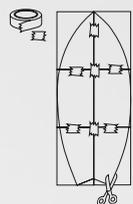


Schablone

Sport und Spaß

## Balance Board

Hole dir das Surferlebnis nach Hause: Lerne auf diesem Board zu balancieren und übe coole Tricks.



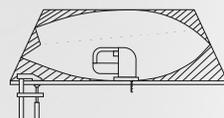
### Schritt 1

Drucke die Schablone zum Balance Board aus. Die Vorlage findest du wenn du den QR-Code scannst.



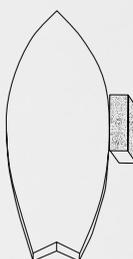
### Schritt 2

Übertrage die Schablone auf die Multiplexplatte.



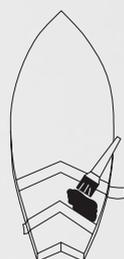
### Schritt 2

Säge nun die Form des Balance Boards mit der Stichsäge aus.



### Schritt 3

Schleife die Kanten des Balance Boards von beiden Seiten mit Schleifpapier ab.



### Schritt 4

Falls das Balance Board angestrichen werden soll, ist jetzt der richtige Zeitpunkt. Wenn du Muster auf dein Balance Board malen willst, kannst du die Formen ausmessen und mit Kreppband abkleben, um saubere Kanten zu erhalten.



### Schritt 5

Lass die Farbe gut trocknen und behandle danach das gesamte Balance Board mit Holzöl. Trage das Holzöl mit einem Pinsel auf und lasse es einwirken.

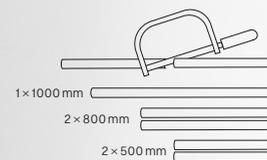
Die Rolle für Dein Balance Board kannst du dir entweder kaufen (Korkrolle) oder selber machen. Hier findest du eine Anleitung:



Sport und Spaß

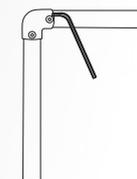
## Fußballtor

Für den besonderen Kick – dieses Bauprojekt lässt Fußballerherzen höher schlagen.



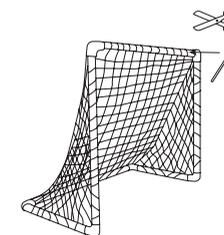
### Schritt 1

Schneide zwei Rohre (1000 mm) mit der Metallsäge auf 800 mm zu und teile das fünfte Rohr in zweimal 500 mm.



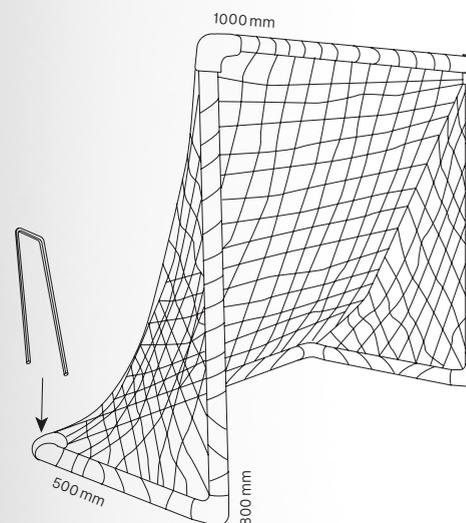
### Schritt 2

Mit den Winkelstücken kannst du das Torgestell zusammenstecken und mit einem Sechskantschlüssel fixieren.



### Schritt 3

Lege nun das Netz über das Torgestell und richte es aus. Fixiere es dann alle 10 bis 20 cm mit einem Kabelbinder an den Rohren. Das überstehende Netz kannst du mit der Schere abschneiden.



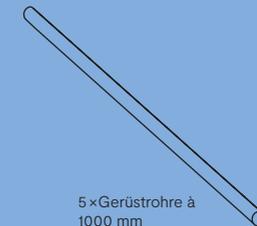
### Schritt 4

Stülpe die 10 Metallheringe in gleichen Abständen über die Rohre am Boden und drücke oder schlage sie in den Untergrund, bis das Tor stabil steht. Und jetzt ran an den Ball.



Zeitaufwand: 1 Std.  
Herausforderung: 2 / 5

Material:



5 x Gerüstrohre à 1000 mm



Winkelstück Rohrverbinder 90° für Gerüstrohr aus Stahl Ø 33 mm



Anhängernetz 1,50 x 2,20 m



Sechskantschlüssel



Kabelbinder

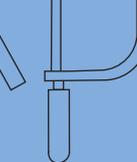
Schere



10 x Metallheringe



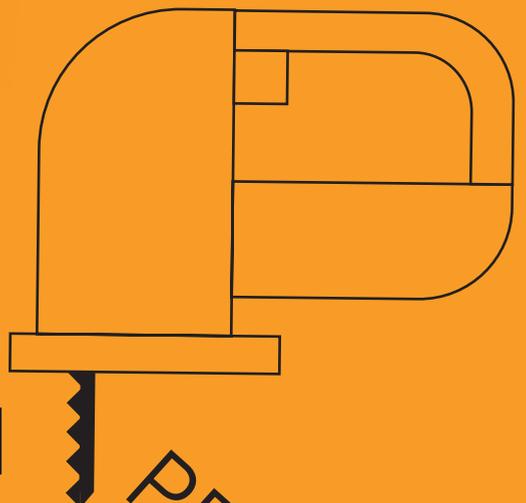
Halbrundfeile

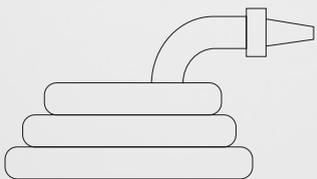


Metallsäge





MEIN  PROJEKT



Zugegeben ein etwas größeres Projekt und nicht ohne tatkräftige Unterstützung zu stemmen, aber was wären wir ohne ambitionierte Ziele?  
**Bau dir dein eigenes Baumhaus!**

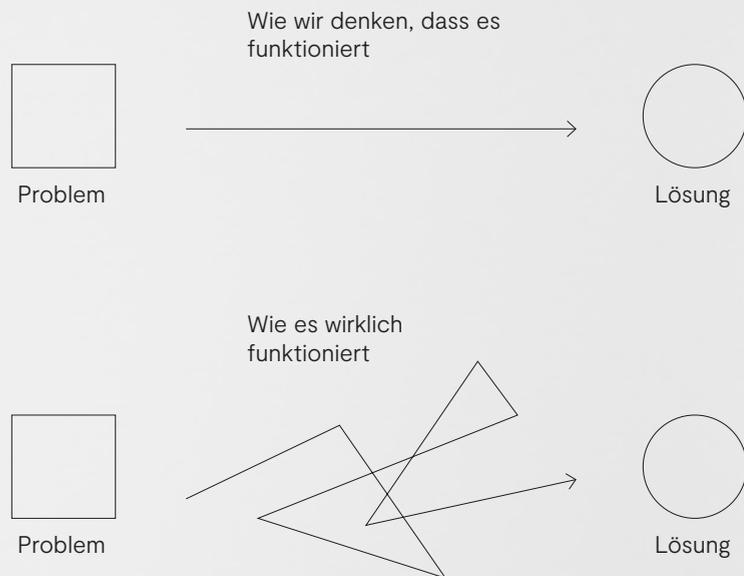


# Mein Bauprojekt

Wie soll dein FreiRaum aussehen? Was willst du bauen? Vielleicht ein Baumhaus? Oder eine gemütliche Sofaecke?

Egal wie dein Ziel aussieht: um es zu erreichen, brauchst du einen Plan. Überlege dir vorher, welche Schritte du auf dem Weg ans Ziel benötigst und was du wie erreichen willst.

Der Weg wird dabei nicht geradlinig sein. Es können viele unvorhergesehene Dinge passieren. Manche davon können dich zum Lachen bringen, andere machen dich vielleicht traurig und werfen dich zurück, aber bei allem wirst du etwas lernen. Wichtig ist, dass du weitermachst, an dich glaubst und immer wieder neuen Mut fasst.



# Mein Plan

Ist dir schon aufgefallen, dass wir dir dauernd Fragen stellen? Das ist ein Trick, um dich zum bewussten Denken anzuregen. Die richtigen Fragen können dir zum Beispiel beim Aufstellen eines Plans helfen und dich leiten!

Nimm dir Zeit, über die Fragen im Projektplan nachzudenken und halte deine ersten spontanen Gedanken fest: Den Projektplan findest du auf der nächsten Seite.

## Was?

Was willst du bauen? Welche Objekte brauchst du, um dir deinen FreiRaum zu schaffen? Suche dir eine Anleitung aus oder recherchiere nach weiteren Ideen! Geh auf Inspirationssuche!

## Warum?

Warum genau das? Welchen Nutzen hat das Projekt? Welches Bedürfnis wird damit erfüllt? Wenn wir uns über das Warum klar sind, dann fällt es uns leichter, das Projekt auch umzusetzen und Schwierigkeiten mit Motivation zu begegnen.

## Wo?

Wo soll das Projekt gebaut werden? Hast du genügend Platz dafür? Wo kann es später stehen bleiben? Schau dir den Ort vorher genau an, um besser planen zu können.

## Wer?

Wer könnte dir helfen? Wobei brauchst du Unterstützung? Gemeinsam ist es leichter und macht viel mehr Spaß.

## Wie?

Wie genau kommst du zu deinem Ziel? Welche Schritte sind dafür nötig? Wenn du dein Projekt in kleine Aufgaben unterteilst, kannst du immer wieder kleine Erfolge feiern und es ist auf einmal gar nicht mehr so schwierig ans Ziel zu kommen!

## Wann?

Wann willst du dein Projekt starten? Bis wann soll es fertig sein? Wie viel Zeit brauchst du ungefähr?

Um ans Ziel zu kommen, ist es wichtig, sich eine Deadline zu setzen und ungefähr zu planen, was du wann machen willst. Das kann sich natürlich verändern, aber es ist gut, eine Zeit festzulegen, um es auch wirklich zu machen!

# Projektplan



Mit der folgenden Vorlage kannst du deinen eigenen Projektplan erstellen! Du kannst dir aber auch eine eigene Vorlage gestalten. Vielleicht magst du es ganz groß und einfarbig machen oder klein und bunt. Nutze deine Kreativität!

Mein Projekt (Was?)	Der Sinn / Mehrwert (Warum?)
Unterstützung / Motivation Wer? <span style="margin-left: 100px;">Wobei?</span>	Orte (Wo?)
	Zeitraumen (Wann?)
	Schritte (Wie?) 



## Reflexion: Projektplan

Und, was denkst du? Was hat dir der Plan gebracht?

Was lief wie geplant?

Was lief ganz anders?

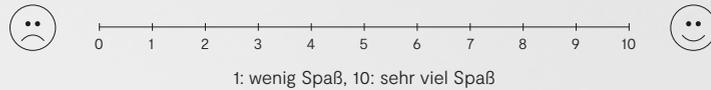
Warum?

Was hast du dabei gelernt?

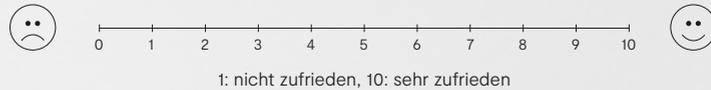
# Herausforderungen

Im letzten Kapitel konntest du richtig kreativ werden und selber anpacken – vielleicht hast du dabei auch schon eine oder mehrere der DIY-Anleitungen nachgebaut. Oder sogar deine eigene Kreation erschaffen. Egal ob nach Anleitungen oder ganz frei: So ein Bauprojekt ist nicht einfach und in jedem Fall mit Herausforderungen verbunden.

Wenn du auf dein Projekt schaust, wie viel Spaß hattest du?



Wie zufrieden bist du mit deinem Ergebnis?



## Reflexion:

 Was hat dich überrascht?

Was war schwerer als gedacht?

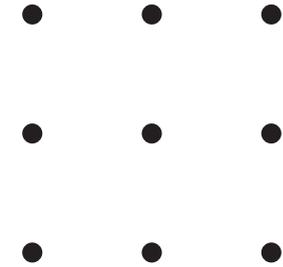
Was konntest du besonders gut, obwohl du möglicherweise anfangs dachtest, du kannst das nicht?



## Challenge: 9 Punkte Problemlösung

Verbinde alle neun Punkte durch vier gerade Linien, ohne den Stift abzusetzen. Es ist wichtig, dass die Linien am Ende jeden Punkt berührt haben.

Denke einmal kurz darüber nach, bevor du drauf los malst – und schaue erst später in die Lösung auf der folgenden Seite



## Reflexion:

 Wie war die Übung für dich?

Die Übung zeigt: Viele Schranken existieren nur in unserem Kopf. Neue Wege ermöglichen kreative Lösungen! Deshalb lohnt es sich, über den eigenen Tellerrand hinauszudenken.



## Share

Wenn du Lust hast, male die neun Punkte nochmal auf und fordere deine Familie oder Freund:innen heraus.

# Der angekettete Elefant

Aus dem Buch *Komm, ich erzähl Dir eine Geschichte* von Jorge Bucay.

(...) Als ich ein kleiner Junge war, war ich vollkommen vom Zirkus fasziniert, und am meisten gefielen mir die Tiere. Vor allem der Elefant hatte es mir angetan. Wie ich später erfuhr, ist er das Lieblingstier vieler Kinder. Während der Zirkusvorstellung stellte das riesige Tier sein ungeheures Gewicht, seine eindrucksvolle Größe und seine Kraft zur Schau. Nach der Vorstellung aber und auch in der Zeit bis kurz vor seinem Auftritt blieb der Elefant immer am Fuß an einen kleinen Pflock angekettet. Der Pflock war allerdings nichts weiter als ein winziges Stück Holz, das kaum ein paar Zentimeter tief in der Erde steckte. Und obwohl die Kette mächtig und schwer war, stand für mich ganz außer Zweifel, dass ein Tier, das die Kraft hatte, einen Baum mitsamt der Wurzel auszureißen, sich mit Leichtigkeit von einem solchen Pflock befreien und fliehen konnte.

Dieses Rätsel beschäftigt mich bis heute. Was hält ihn zurück? Warum macht er sich nicht auf und davon? Als Sechs- oder Siebenjähriger vertraute ich noch auf die Weisheit der Erwachsenen. Also fragte ich einen Lehrer, einen Vater oder Onkel nach dem Rätsel des Elefanten. Einer von ihnen erklärte mir, der Elefant mache sich nicht aus dem Staub, weil er dressiert sei. Meine nächste Frage lag auf der Hand: „Und wenn er dressiert ist, warum muss er dann noch angekettet werden?“

Ich erinnere mich nicht, je eine schlüssige Antwort darauf bekommen zu haben. Mit der Zeit vergaß ich das Rätsel um den angeketteten Elefanten und erinnerte mich nur dann wieder daran, wenn ich auf andere Menschen traf, die sich dieselbe Frage irgendwann auch schon einmal gestellt hatten. Vor einigen Jahren fand ich heraus, dass zu meinem Glück doch schon jemand weise genug gewesen war, die Antwort auf die Frage zu finden: Der Zirkuselefant flieht nicht, weil er schon seit frühester Kindheit an einen solchen Pflock gekettet ist. Ich schloss die Augen und stellte mir den wehrlosen neugeborenen Elefanten am Pflock vor. Ich war mir sicher, dass er in diesem Moment schubst, zieht und schwitzt und sich zu befreien versucht. Und trotz aller Anstrengung gelingt es ihm nicht, weil dieser Pflock zu fest in der Erde steckt.

Ich stellte mir vor, dass er erschöpft einschläft und es am nächsten Tag gleich wieder probiert, und am nächsten Tag wieder, und am nächsten ... Bis eines Tages, eines für seine Zukunft verhängnisvollen Tages, das Tier seine Ohnmacht akzeptiert und sich in sein Schicksal fügt. Dieser riesige, mächtige Elefant, den wir aus dem Zirkus kennen, flieht nicht, weil der Ärmste glaubt, dass er es nicht kann. Allzu tief hat sich die Erinnerung daran, wie ohnmächtig er sich kurz nach seiner Geburt gefühlt hat, in sein Gedächtnis eingebrannt. Und das Schlimme dabei ist, dass er diese Erinnerung nie wieder ernsthaft hinterfragt hat. Nie wieder hat er versucht, seine Kraft auf die Probe zu stellen. (...)

Lösung von S. 49



# Ich kann NOCH nicht

Glaubst du manchmal auch, dass du etwas nicht kannst? Vielleicht musst du es einfach ausprobieren. Du wirst überrascht sein, was du alles kannst. Denn häufig kommt es auf die Sichtweise, Einstellung und Haltung an.

## ➡ Hier noch eine kleine Übung:

Schreib in jede Spalte drei Dinge, die du gut kannst und drei Dinge, die du nicht so gut kannst und beantworte anschließend die dazugehörigen Fragen.

Ich kann gut (z.B.: Ich kann gut zuhören)	Seit wann machst du diese Dinge schon?	Seit wann kannst du sie gut?	Wieviel hast du dafür geübt/trainiert?
1. _____	_____	_____	_____
2. _____	_____	_____	_____
3. _____	_____	_____	_____

Ich kann nicht ... (z.B.: Ich kann nicht zeichnen)	Wie sehr hast du dich bereits angestrengt, diese Dinge zu lernen?
1. _____	_____
2. _____	_____
3. _____	_____

## Ich kann NOCH nicht ... (z.B.: Ich kann NOCH nicht zeichnen)

Ergänze vor allen Dingen, die du nicht so gut kannst, ein großes „NOCH“.

1. _____
2. _____
3. _____



## Reflektiere: Wie fühlt es sich jetzt an?

Überlege mal, ob dir Dinge einfallen, die du mal nicht gut konntest, aber jetzt gut kannst. Erinnerung dich daran, wie viel du (in deinem Leben!) schon gelernt hast, seit du ein Baby oder Kleinkind warst.

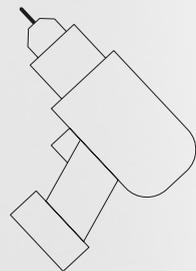




Urkunde

HERZLICHEN  
GLÜCKWUNSCH

DU BIST HIERMIT  
ZUKUNFTS-  
GESTALTER:IN!



## Rückblick

Blättere einmal durch die Seiten des Workbooks: Welche Dinge hast du über dich und dein Umfeld gelernt? Welche Challenges hast du gemeistert, welches Bauprojekt umgesetzt? Schau dir auch deine Komplimente an.

Hat sich dein Blick auf dich selbst und deine Stärken verändert? Lies dir die gleichen Aussagen, die du am Anfang beantwortet hast, nochmal durch und fülle die Skala aus. Vergleiche es anschließend mit Seite 6.

Ich bin neugierig und immer bereit, Neues auszuprobieren - \_\_\_\_\_ +

Ich kann eigene Projekte planen und umsetzen - \_\_\_\_\_ +

Wenn etwas mal nicht funktioniert, verliere ich nicht gleich die Geduld - \_\_\_\_\_ +

Wenn etwas nicht nach Plan verläuft, finde ich schnell neue Möglichkeiten - \_\_\_\_\_ +

Ich kann mich gut in die Lage anderer hineinversetzen - \_\_\_\_\_ +

Ich bin kreativ und denke gerne um die Ecke - \_\_\_\_\_ +

Ich habe eine große Fantasie - \_\_\_\_\_ +

Wenn ich mal keine Motivation habe, finde ich selbst Wege, um aus dem „Loch“ herauszukommen - \_\_\_\_\_ +

Ich probiere Sachen lieber aus, als zu viel nachzudenken - \_\_\_\_\_ +

# Mein weiterer Weg

Wow, jetzt sind wir schon am Ende des Workbook's angelangt! Aber das ist erst der Anfang, der Startpunkt für all deine Projekte, die noch kommen werden!

Was ist dein nächstes Projekt?

Was ist heute, am Ende des Projektes, anders als vorher?

Das nehme ich mir für die Zukunft vor:

Welche Fähigkeiten braucht ein:e Zukunftsgestalter:in?

Wie kannst du andere dazu motivieren, auch Zukunftsgestalter:in zu werden?



# Inspirationsquellen

Oft können wir nicht auf Knopfdruck inspiriert sein, die Inspiration kommt manchmal einfach so, ohne dass wir etwas tun müssen. Dann sprechen wir von einem sogenannten Geistesblitz. Wir können aber auch ganz bewusst auf Inspirationssuche gehen. Wir können uns andere Projekte und Menschen und deren persönliche Geschichte angucken und uns dann fragen, was uns daran begeistert und wie wir das auf unser Leben übertragen können. Das hat überhaupt nichts mit Abgucken oder Nachmachen zu tun!

Wenn du das nächste Mal nicht weiterkommst und etwas Inspiration brauchst, dann probier' einfach mal einen der folgenden Tipps aus und schaue, was es dir bringt!

## Tagträumen und „Nichts machen“

Wir sind oft sehr beschäftigt und können leicht das Gefühl bekommen, immer etwas machen zu müssen. Social Media wie Instagram und TikTok können uns zwar auch mal inspirieren, aber lenken uns leider oft einfach nur ab. Manchmal braucht der Kopf eine Pause und ein bisschen Leerlauf, dann kommen Ideen von ganz alleine! Nimm dir deshalb einmal bewusst Zeit, „nichts zu machen“ und deine Gedanken schweifen zu lassen. Vielleicht magst du dich auf eine Wiese legen oder auf den Boden in deinem Zimmer. Vielleicht hilft es dir auch, im Zug oder Auto aus dem Fenster zu schauen und das Handy einfach mal wegzulegen.

## In die Natur gehen

Schon immer haben große Künstler:innen den Aufenthalt an einem schönen Ort in der Natur als sehr inspirierend beschrieben. Die frische Luft, die Ruhe und das pure Leben um uns herum helfen uns dabei, den Kopf mal abzuschalten und sorgen dafür, dass wir uns wohlfühlen und kreativ werden können.

Es muss nicht immer gleich ein großer Wald oder der Strand sein, auch ein kleiner Park oder eine Bank unter einem Baum können zu deiner grünen Oase werden.

## Einfach mal machen, nicht nur denken

Manchmal versuchen wir krampfhaft, auf eine Idee zu kommen und denken und denken und denken und denken und denken ...

Wie wäre es mal mit dem Gegenteil? Einfach mal machen!

Wenn du zum Beispiel dein Zimmer komplett umgestalten willst, aber nicht weißt wie, dann fang' einfach mal an, eine Sache zu verändern, rauszuschmeißen oder umzustellen. Bestimmt fallen dir dabei ganz schnell neue Ideen ein!



## Challenge: Aus dem Gewohnten ausbrechen und neue Perspektiven einnehmen

Oft bekommen wir Inspirationen, wenn wir Dinge einmal anders machen als gewohnt. Also einfach mal den Alltag auf den Kopf stellen! Das können ganz kleine Dinge sein, wie etwa andersherum im Bett schlafen oder abends frühstücken – es darf auch verrückt und albern werden! Hier ein paar Ideen:

➔ Ergänze die Liste mit deinen Ideen.

- rückwärts laufen
- einen ganz anderen Weg zur Schule gehen
- den Nachtschisch zuerst essen
- die Möbel in deinem Zimmer umstellen
- 
- 
- 
- 

# Gib uns Feedback

Auch wir lernen jeden Tag dazu und möchten das Workbook auf eure Wünsche und Bedürfnisse anpassen.

Daher freuen wir uns über deine Ideen und Anregungen.



# Hornbach macht Schule

*Hornbach macht Schule* ist eine Kooperation zwischen Hornbach und Forever Day One.

## Warum macht HORNBACH mit?

Hornbach ermöglicht, Ideen mit handwerklicher Expertise, Material und Werkzeug in die Tat umzusetzen. Sie setzen sich für Bildung und soziale Nachhaltigkeit ein. Hornbach möchte junge Menschen für eine Kultur des „Selbermachen“ und des „Reparieren statt neu Kaufen“ begeistern.

## Warum macht Forever Day One mit?

Forever Day One konzipiert, organisiert und setzt die Workshops an den Schulen um. Dabei lernt auch Forever Day One jeden Tag dazu und vor allem lernen sie von und mit jungen Menschen zusammen. Denn sie glauben fest daran, dass junge Menschen das größte Potential haben, die Welt zum Positiven zu verändern.

Gemeinsam wollen wir, Hornbach und Forever Day One, mit euch ein Zeichen für neue Möglichkeiten setzen. Unser Ziel ist es, euch die benötigten Fähigkeiten mit auf den Weg zu geben, damit ihr eure Zukunft selbst gestalten könnt und Teil der Lösung werdet.

Dafür haben wir das Day One Programm entwickelt. Es besteht aus vier verschiedenen Formaten, in denen ihr eure eigenen handwerklichen, methodischen und sozialen Fähigkeiten entdeckt.

Day One ist das Projekt, das endlich umgesetzt werden will. Ein Überraschungsei, größer als man selbst. Endlich Stützräder abnehmen. Das Ziel sehen, stolz sein, mutig werden. Sich zum ersten Mal trauen zu bauen. Das eigene Projekt starten. Die Zukunft wortwörtlich: in die Hand nehmen. Und zwar aus eigener Kraft. So, als wäre es der erste Tag. Day One:

Aufregend. Vielversprechend. Und ja, total ungewohnt.

### Impressum

**HORNBACH** Baumarkt AG  
Hornbachstraße 11  
76879 Bornheim  
Deutschland

Sitz Bornheim/Pfalz,  
Registergericht Landau, HRB 2311

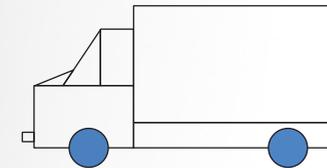
Vorsitzender des Aufsichtsrates:  
Albrecht Hornbach

Vorstand:  
Erich Harsch (Vorsitzender), Karin Dohm,  
Susanne Jäger, Karsten Kühn, Ingo Leiner,  
Dr. Andreas Schobert  
USt-IdNr. DE 151 116 749

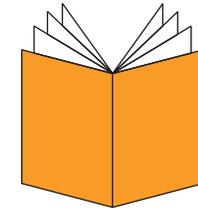
**Forever Day One**  
4ED1 GmbH  
Möckernstraße 68  
10965 Berlin  
Deutschland  
foreverday.one

Registergericht: Amtsgericht  
Charlottenburg, HRB 183867  
USt-IdNr. DE310805112

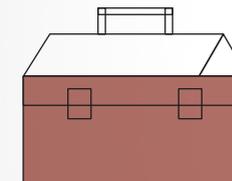
# Niemand ist zu jung, Veränderung zu gestalten!



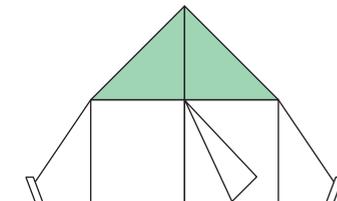
DAY ONE  
ROADTRIP



DAY ONE  
WORKBOOK



DAY ONE  
BAUKISTE

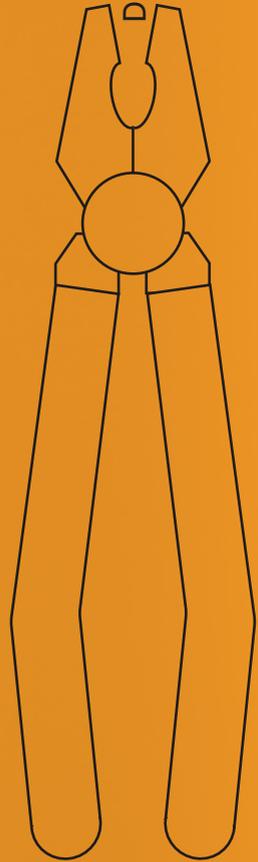


DAY ONE  
CAMPS

**HORNBACH**   
**MACHT SCHULE**

Forever  
Day  
One

# DAY ONE WORKBOOK



Der Startpunkt für dein Projekt