

# Von Bäumen und Menschen



Ausfliegen ins Nahe und Ferne,  
über und von Bäumen lernen und singen

## Konzept

### Grundidee:

Wir befinden uns im Klima – Wandel und in einem tiefgreifenden Wandel unserer Gesellschaft. Überall auf der Welt sind Menschen von den Veränderungen mehr oder weniger stark betroffen, viele Menschen haben Angst und suchen nach Lösungen.

Schwierig wird es dann, wenn die Angst uns nicht in Bewegung zu bringen vermag, sondern wenn angesichts der Größe der Herausforderung ein Gefühl von Ohnmacht entsteht. Im Gefühl der Angst und Überforderung werden wir oft handlungsunfähig und sind dann nicht mehr in der Lage, nach kreativen Lösungen zu forschen, naheliegende Möglichkeiten wahr zu nehmen und nachhaltige Perspektiven zu entwickeln.

Das Angebot soll daher eine mehrstimmige Antwort auf Gefühle der Überforderung, Angst und Ohnmacht geben:

- Durch das Erweitern von Natur – und Baumwissen, kann sich ein Zuwachs an Differenzierungsfähigkeit entwickeln und die Einsicht in die komplexen Wechselbeziehungen, die Natur kennzeichnen, kann erworben oder vertieft werden
- Im direkten Kontakt mit der Natur warten viele Geschenke, die in unserer Kultur unterrepräsentiert sind: Entspannung, Entschleunigung, Präsenz und die Erfahrung des Eingewoben - und Aufgehoben - Seins in Natur, können unsere Verbindung zur Natur wachsen lassen
- Baumwissen über und Kontaktaufnahme mit einzelnen Bäumen und Baumbeständen und Wäldern in der eigenen Stadt oder Region, kann unsere Verortung vertiefen und Beheimatung und Verwurzelung vorort unterstützen
- zu lernen und zu spüren, dass Menschen und Bäume viele Parallelen haben, dass sie beispielsweise im wechselseitigen Atem verbunden sind, dass Menschen und Bäume gemeinsam unter den Klimawandel leiden zu haben, dass wir Bäumen unendlich viel verdanken zu verdanken haben und noch Vieles mehr, kann bei den Teilnehmer\*innen ein Gefühl der Solidarität und Verwandtschaft zwischen Menschen und Bäumen entstehen lassen
- Die Kombination aus gemeinsamer Bewegung, Aufnahme von Baum – Experten – Wissen, Singen von Liedern und Kennenlernen von Gedichten zu den Themen Bäume / Jahreszeiten / Natur, und Übungen zu Achtsamkeit / Körperbewusstsein ermöglicht ein vielseitiges Erleben und Lernen das uns auf vielen Ebenen ansprechen kann

**Zielgruppe:** Menschen zwischen 9 und 99 Jahren

- die mobil sind
- und die sich für Naturzusammenhänge interessieren
- und/oder die sich besonders für Bäume interessieren
- und/oder die gerne singen
- und/oder die ein Ventil für die schwierigen Gefühle suchen, die der Klimawandel auslöst
- und/oder die in Gemeinschaft in der Natur unterwegs sein möchten
- und/oder die eine Möglichkeit der Entspannung suchen
- und/oder die an verschiedenen Zugängen zu Naturwissen interessiert sind
- und/oder die Interesse an einem niederschweligen Zugang zu Spiritualität im Sinne einer Dankbarkeit für unser Eingebunden – Sein in einen größeren Zusammenhang haben

**Dauer: 1 ½ - 3 Stunden**

**Frequenz:** monatlich, thematisch orientiert am Jahreskreis, Beginn ist in 2022 geplant

**Leitung:** Paritätische Leitung von einem/einer „Baumwissen – Expert\*in verschiedenster Hintergründe (z.B. Förster\*in, Baumpfleger\*in, Naturpädagog\*in, Ranger\*in, Friedhofsgärtner\*in, Wandelbaum – Allee – Mitgestalter\*in, Baumbesetzer\*in, Baumgießer\*in, usw.....) und Bärbel Kükenshöner, die sich um die musikalische Seite (Gestaltung von Liedern, Gedichten, Übungen zu Achtsamkeit Körperwahrnehmung usw.) kümmert

In vorbereitender Absprache wird im Vorfeld eine grobe Struktur miteinander entwickelt, die eine gute Kombination der verschiedenen Zugänge verspricht

**Finanzierung:** Durch zwei Dozenten wird ein doppeltes Honorar nötig, was die Finanzierung schwieriger macht.

Im Idealfall kommt sie aus mehreren Quellen: Einem fest zu setzenden Teilnehmer\*innen – Beitrag, der auch auf Spendenbasis passieren kann, einer Unterstützung des Projekts mit offiziellen Fördergeldern (deren Töpfe noch zu finden sind), einer Übernahme der Material – Kosten (wie z.B. Liedermappen o.Ä.) und Beteiligung an der Werbung durch den rechtsrheinischen Naturpädagogik – Verein Nischenwelt e.V.

Wünschenswert wäre die Anbindung an einen städtischen Träger oder einen Wohlfahrtsverband. Es besteht der Wunsch und das Ziel die Teilnahme an dem Angebot allen Menschen zu ermöglichen, und daher den Teilnehmer\*innen – Beitrag so gering wie möglich zu halten.

**Buntes Liedgut:** Die Lieder decken mit Volksliedern, kölschen Liedern, Kanons, internationalen Circle – Songs und Liedgut aus dem Bereich des Heilsamen Singens ein sehr weites Spektrum ab. Achtsamkeitsübungen, Atemübungen, Gebärden, Bodypercussion und einfache Choreografien ermöglichen Lebendigkeit und Vertiefung. Allen Liedern gemeinsam ist das Ziel, den Kontakt der Teilnehmer\*innen zu sich, zu der sie umgebenden Natur und den Bäumen zu den anderen Teilnehmer\*innen zu erweitern und zu vertiefen. Köln ist eine bunt gemischte Stadt mit einem hohen Anteil an Menschen deren kulturelle Hintergründe sehr vielfältig sind, und die eine teils eigene oder familiär prägende Einwanderungs – Geschichte haben. Bei der das Projekt vorbereitenden Auswahl und Zusammenstellung des Liedgutes wird versucht, auch Baum – und Natur – Lieder anderer Sprachen als Deutsch oder Kölsch zu sammeln. Bäume sind in nahezu allen Kulturen Symbole der Hoffnung. Vielleicht kann für Menschen, in deren Lebens – oder Familien – Geschichte das Thema Einwanderung eine Rolle spielt, ein Lied in der Sprache ihres Herkunftslandes bzw. das der Familie eine Brücke sein. Für Teilnehmer\*innen, die das Thema nicht aus erster Hand kennen, bietet die Einbeziehung Lieder anderer Sprachen den Vorteil der sprachlichen und kulturellen Vielfalt, den Reiz zu lernen, und den Spiegel eines Willkommen – Seins in Unterschiedlichkeit.

**Covid 19:** Als reines Freiluft – Projekt ist das Ansteckungs – Risiko für Covid 19 erfreulicherweise ohnehin im Vergleich zu einem Indoor – Projekt erheblich reduziert. Darüber hinaus orientieren wir uns in Durchführung und Planung jeweils immer an jeweils Richtlinien der jeweils aktuellen Corona – Schutz – Verordnung des Landes NRW und halten uns an die gesetzlichen Bestimmungen.

**Ansprechpartnerin:**

Bärbel Kükenshöner  
freiberufliche Singleiterin, Kreativtherapeutin und Naturpädagogin,  
Plantagenstr. 9  
51107 Köln  
[b.w.k@posteo.de](mailto:b.w.k@posteo.de)  
0176 - 96006952