



**HERZAKTIONEN IN UNSERER STADT!
CAMPS FÜR JUNGES ENGAGEMENT**

WWW.PULSCAMP.DE
PULS Deutschland e.V.



1. HAND AUF'S HERZ
2. DER PULS GEHT DURCH DIE STADT
3. DAS CAMPFORMAT
4. DIE HERZAKTIONEN
5. WARUM PULS WIRKT
6. ÜBER UNS
7. MITMACHEN

1.

HAND AUF'S HERZ



Man braucht nicht weit zu gehen: In jedem Ort gibt es eine Vielzahl sozialer Probleme. Viele junge Leute sind sehr aufmerksam, begegnen hilfsbedürftigen Menschen auf dem täglichen Weg oder in der eigenen Nachbarschaft.

Der innere Impuls zu helfen läuft jedoch oft ins Leere. Wo anfangen? Mangelnde Bekanntheit guter Initiativen vor Ort, Zweifel, als Einzelner überhaupt etwas verändern zu können, fehlender Mut, auf eine lokale Organisation zuzugehen... Es gibt viele Gründe, die soziales Engagement beenden, bevor es überhaupt angefangen hat. Wie also gelangt der Impuls vom Herz in die Hand?

**URLAUB VOM EGO
UND VOLLER EINSATZ
FÜR ANDERE.**

Die PULS Camps sind ein Event für junges Engagement auf lokaler Ebene. Unter dem Motto „Urlaub vom Ego und voller Einsatz für andere“ engagieren sich junge Freiwillige in kleinen Teams über mehrere Tage kulturell, sozial und ökologisch in ihrer Stadt. Mit vielfältigen Einsätzen bei lokalen Aktionspartnern und eigenen Herzaktionen zeigt PULS, wo Engagement möglich ist.

2.

DER PULS GEHT DURCH DIE STADT

In der Medizin beschreibt der Puls die mechanischen Auswirkungen von Herzaktionen auf die direkte Umgebung. Versteht man Herzaktionen als „Herz-Aktionen“, also Taten, die von Herzen kommen, dann bringt die obige, medizinische Definition die Idee von PULS Deutschland auf den Punkt. PULS steht für:

**AUSWIRKUNGEN VON
HERZAKTIONEN
AUF DIE DIREKTE
UMGEBUNG.**





3.

DAS CAMPFORMAT

PULS bietet jungen Leuten, die bisher kaum Erfahrung mit persönlichem Engagement gemacht haben, ein attraktives Format, ehrenamtlich aktiv zu werden.

Pro PULS Camp engagieren sich etwa 30 Jugendliche im Alter von 14-25 Jahren in kleinen Teams über mehrere Tage in ihrer Stadt. Jeden Tag können die Teilnehmer aus verschiedenen Angeboten ein bis zwei Aktionen auswählen und so mit Freunden erleben, dass Engagement Spaß macht:

Von Renovierungsarbeiten im Jugendzentrum über eine Ausflugsbegleitung mit Senioren bis zur Küchenhilfe im Obdachlosencafé – PULS zeigt den Teilnehmern, wo Engagement möglich ist.

Darüber hinaus können die Jugendlichen eigene Herzaktionen initiieren und umsetzen, z. B. ein Kinderfest in einer Anlaufstelle für Flüchtlinge, eine kostenlose Fahrradwerkstatt vor dem Freibad oder eine Spendensammlung für die Kleiderkammer vor Ort.



CAMP

Puls

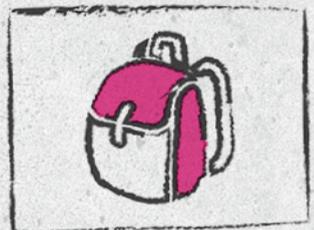
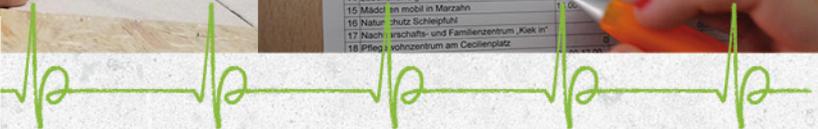
Neben Verpflegung und Übernachtungsmöglichkeiten bieten die Camps den Teilnehmern ein individuelles Rahmenprogramm: eine Auftakt- und Abschlussveranstaltung, Workshops, Ausflüge, Kinoabende oder Vorträge mit externen Referenten, die den Freiwilligen einen Einblick in unterschiedliche Nonprofit-Organisationen geben. Am letzten Tag erhält jeder Camp-Teilnehmer eine Zusammenstellung weiterführender Engagementmöglichkeiten bei den Aktionspartnern.

„DER ZUSAMMENHALT IN DER GRUPPE IST STÄRKER, ALS ICH ES ERWARTET HATTE, MAN LERNT SICH SEHR SCHNELL KENNEN, MAN TAUSCHT SICH ABENDS AUS – DIE STIMMUNG IST WIRKLICH TOLL!“ Teilnehmerin PULS Camp Berlin



4.

DIE HERZAKTIONEN



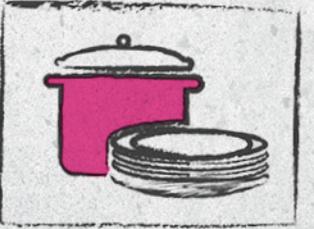
Ausflüge und Betreuung



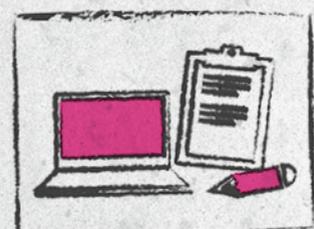
Renovierung, Gartenarbeit, Handwerkliches



Veranstaltungshelfer (Sport, Spiel, Kultur)



Hilfe für Menschen in Not



Organisation und Planung von Projekten



Eigene Herzaktionen

Partner-Einrichtungen	Puls-Woche				
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1 Bunttes Haus		09:30-17:00	12:00-17:00	09:30-17:00	
2 FreiwilligenAgentur Marzahn-Hellersdorf					
3 Freizeithaus "Bäckerplatz"					
4 Haus der Begegnung M3					
5 Jugendzentrum Betona					
6 Kids & Co. - Haus Sonneneck (HelleOase)	09:00-13:00	09:00-13:00	09:00-13:00	09:00-13:00	09:00-13:00
7 Karshaus am Glanbecker Ring	09:00-16:00	09:00-16:00	09:00-16:00		
8 KJB - Kinder- und Jugendbüro M-H					
9 Kulturhochhaus Marzahn	11:00-18:00	11:00-18:00	12:00-18:00	12:00-18:00	
10 Kraftwerk „Laib und Seele“					
11 Kursana Domizi Landberger Tor					
12 Kursana Domizi Berlin-Marzahn	08:00-15:00	08:00-15:00	08:00-15:00		
13 Lebensnahe gGmbH „Freizeitstätte „Toleranz“					
14 Lebensnahe gGmbH „WZ“					
15 Mädi in mobil in Marzahn					
16 Natur „tuzsch“ Schwefelhof					
17 Nachbarschafts- und Familienzentrum „Kiek in“					
18 Pflegevolkshaus am Cecilienplatz					

Ein PULS Camp funktioniert natürlich nicht ohne die Herzaktionen unserer Aktionspartner: Aktive und erfahrene Vereine, Initiativen und Einrichtungen aus dem Stadtgebiet. Durch die Kooperation mit möglichst vielen von ihnen entsteht eine interessante Bandbreite an Einsatzmöglichkeiten. Was uns dabei am Herzen liegt? Begegnung zwischen Menschen und Herzaktionen, die einen echten – wenn möglich auch langfristigen – Bedarf aufzeigen. Denn so macht Engagement erst richtig Spaß. Die lokalen Aktionspartner tragen zu einem großen Teil zum Gelingen des PULS Camps bei.

	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
		Herzaktionen	Herzaktionen	Herzaktionen	Herzaktionen	Herzaktion
Camp-Auftakt		Herzaktionen	Herzaktionen	Herzaktionen	Herzaktionen	Abschlussfeier mit Würdigung
Abendessen		Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	
Kennenlernen, Kick-Off		Musik, Gruppenspiele	Präsentation einer NPO	Kino, Sportaktionen	Workshops, Erste Hilfe Seminar	





5.

WARUM PULS WIRKT



PULS nutzt ein neues Beteiligungsmodell, um bestehende Strukturen vor Ort zu stärken und Jugendliche für ehrenamtliches Engagement zu begeistern: das Camp-Format. Ein attraktives Format, bei dem Spaß, Wertschätzung und das praktische Erleben des Engagements klar im Vordergrund stehen.

PULS verändert Wo Menschen über einen längeren Zeitraum verbindlich und mit einem gemeinsamen Ziel beisammen sind, kann sich viel entwickeln: Die herausfordernden Projekte, die vielen neuen Eindrücke, der Austausch über die persönlichen Erfahrungen sowie das intensive Gemeinschaftsgefühl prägen und bewegen die jungen Teilnehmer. Sie erleben, was sie mit ihrem persönlichen Engagement und durch den Zusammenhalt mit anderen bewirken können. Das mehrtägige Camp fördert wie kein anderes Eventformat die Gemeinschaft und wirkt sich positiv auf die Einstellung zum Engagement aus.

PULS baut Brücken Die PULS Herzaktionen sind keine vom Alltag losgerissenen Volunteering-Einsätze. PULS macht in seinen Camps auf einen realen Bedarf aufmerksam und arbeitet dabei mit lokalen, gemeinnützigen Einrichtungen zusammen. Jeder Teilnehmer lernt während des PULS Camps mehrere Möglichkeiten kennen, wo und wie er sich in seiner Stadt engagieren kann.

PULS kommt an Mit einer kreativen und jungen Ansprache gelingt es PULS, Jugendliche – auch diejenigen, die bisher noch nicht ehrenamtlich aktiv waren – an ein Engagement heranzuführen.

6.

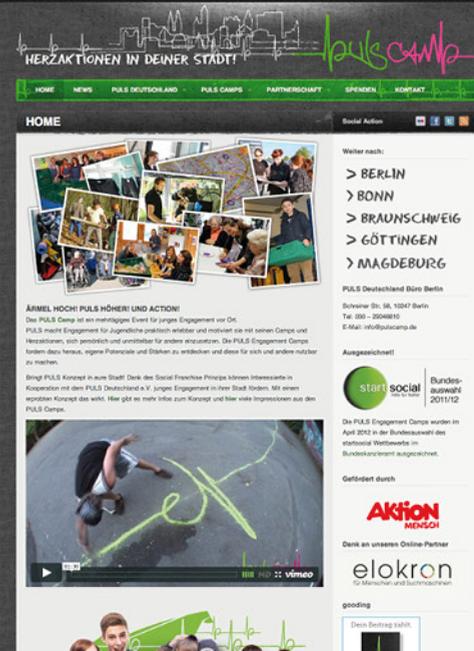
ÜBER UNS

UNSERE ZIELE AUF EINEN BLICK

- Jugendliche für Engagement begeistern
- Jugendliche den Wert und die Wirkung von Engagement erleben lassen
- Jugendliche in ihrer Persönlichkeitsentwicklung fördern
- Jugendliche auf die Angebote der Vereine/ Einrichtungen vor Ort aufmerksam machen
- Jugendliche für ein Engagement über das PULS Camp hinaus gewinnen

Das erste PULS Camp wurde 2009 von der Evangelischen Jugendallianz in Braunschweig gestartet, gefördert durch die Bürgerstiftung Braunschweig. Nach der gelungenen Premiere folgte 2010 eine Wiederholung in Braunschweig und das erste Camp in Berlin Marzahn-Hellersdorf. Durch die Erfahrungen aus weiteren PULS Camps und die wachsende Nachfrage aus anderen Städten gründeten PULS Mitarbeiter Anfang 2012 den PULS Deutschland e.V. Oliver Schwartz (Kommunikationsdesigner, Hamburg) und Tina Uhlemann (Studentin für Wirtschaftskommunikation, Berlin) leiten den Verein. Bis Anfang 2014 wurden in 5 deutschen Städten 11 Engagement-Camps mit durchschnittlich 30 Teilnehmern durchgeführt. Durch unterschiedliche Coachings und Förderungen (u. a. startsocial, World of Difference, PEP - Programm Engagement mit Perspektive) konnte der gemeinnützige Verein das Konzept für den Projekttransfer der PULS Camps erarbeiten und persönliches Engagement für noch mehr junge Leute erlebbar machen.

Oliver Schwartz und Tina Uhlemann beim PULS Camp in Berlin



7.

MITMACHEN

JUNGES ENGAGEMENT INITIIEREN UND FÖRDERN,
TALENTE ENTDECKEN, STÄRKEN, TEILEN.



STANDORTPARTNER WERDEN

So bringen Sie PULS in Ihre Stadt und werden Veranstalter eines PULS Camps:

1. Kontaktaufnahme mit PULS Deutschland
2. Kooperationsgespräch
3. Schriftliche Kooperationsvereinbarung
4. Übergabe Projekthandbuch und Starterkit inkl. Website & ÖA-Materialien
5. Auftaktworkshop
6. Umsetzungsphase mit Begleitung

AKTIONSPARTNER WERDEN

Empfangen Sie eine kleine Gruppe junger Leute zum Anpacken und Kennenlernen in Ihrer Einrichtung oder Initiative. Gestalten Sie mit dem PULS Team Ihre Herzaktion(en) vor Ort.

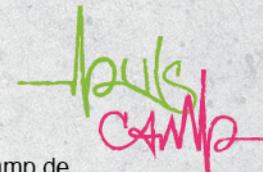
FÖRDERER WERDEN

Ihnen liegen Jugend & Engagementförderung am Herzen? Sie möchten ein PULS Camp vor Ort oder PULS deutschlandweit unterstützen? Sprechen Sie uns an!

ONLINE SHOPPEN UND SPENDEN

Gooding.de ermöglicht es Ihnen, PULS mit Ihren Online-Einkäufen zu unterstützen. Das Besondere: Es kostet Sie keinen Cent extra. Einfach PULS als Lieblingsverein auswählen, in einem von über 900 Shops einkaufen. PULS erhält für jeden Einkauf eine Prämie. Der Betrag richtet sich nach einem festen Prozentsatz, den Gooding pro Einkauf erhält und zu 100% an die gemeinnützigen Vereine weiterleitet. Keine Anmeldung erforderlich! www.pulscamp.de/gooding

KONTAKT



WEBSEITE

www.pulscamp.de

ANSPRECHPARTNER

Oliver Schwartz
os@pulscamp.de

Tina Uhlemann
tu@pulscamp.de

VEREINSSITZ

PULS Deutschland e.V.
c/o Schwartz
Immenhof 25
22087 Hamburg

VEREINSREGISTER

Hamburg VR 21404

SPENDENKONTO

PULS Deutschland e.V.
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE33251205100009403800
BIC BFSWDE33HAN





start social
hilfe für helfer

Bundesauswahl
2011/12

Die PULS Engagement Camps wurden 2012 von Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel im Bundeskanzleramt ausgezeichnet.

*Puls
CAMP*