

MatKat-Stiftung
ENABLE INDEPENDENT LEARNING



2022
JAHRESBERICHT

MatKat-Stiftung

Brunshof 9
D-27283 Verden
Telefon: +49 [0] 4238 9599793
E-Mail: info@matkatfoundation.org
www.matkatfoundation.org

INHALT

MatKat im Überblick	04
Vorwort	05
Förderprojekte: Projektberichte	08
Förderprojekte: Ausblick	14
Stiftungseigene Bildungsangebote: Projektberichte	16
Stiftungseigene Bildungsangebote: Ausblick	20
MatKat 2022 in Zahlen	22
Danksagung	24
Impressum	25

MATKAT IM ÜBERBLICK



DIE STIFTUNG

Die MatKat-Stiftung besteht seit November 2018. Sie fördert gemeinnützige Projekte im Bereich Forschung und Bildung und bietet seit 2021 auch eigene Bildungsformate an.



DIE MENSCHEN

Dr. Kristin Langmann vertritt die Stiftung als Vorstand. Sie verantwortet den Förderbereich und setzt gemeinsam mit dem MatKat-Netzwerk die Stiftungsziele operativ in der Praxis um.



UNSERE MISSION

ENABLE INDEPENDENT LEARNING

heißt jeden Menschen selbst zu befähigen, sich Wichtiges anzueignen.

bedeutet Freiheit in den Lernmöglichkeiten und Unabhängigkeit in der Forschung.

ist für uns ein lebenslanger Prozess der persönlichen Entwicklung.



UNSER BEITRAG

Wir unterstützen Menschen in verschiedenen Lebensphasen beim Erwerb von Schlüsselkompetenzen und innerer Orientierung für ein gelingendes Leben im 21. Jahrhundert. Wir engagieren uns für die Forschung und Entwicklung von Zukunftstechnologien sowie förderlicher Rahmenbedingungen für Kompetenzerwerb, Schaffenskraft und Potenzialentfaltung und das Teilen von Wissen.



SEHR GEEHRTE LESERINNEN UND LESER,

2022 war für uns ein spannendes Jahr: Wir haben nicht nur lokale und internationale Projekte gefördert, sondern vermehrt auch eigene Bildungsangebote durchgeführt.

Neu in diesem Jahr sind Seminare und ein Podcastbeitrag zu Themen der persönlichen Entwicklung, zwei Programme zur Kompetenzentwicklung für spezifische Zielgruppen sowie Online-Sessions für junge Menschen zur Unterstützung beim Berufsstart entstanden. Damit haben wir Menschen in allen Lebensabschnitten Bildungsformate zum Aufbau von Kompetenzen und innerer Orientierung geboten – von der Kindheit bis in späte Lebensphasen. Weiterhin starteten wir eine Pädagogik-Bildungsreihe und erstellten erste Videobeiträge, um hilfreiches Wissen zu teilen.

Im Förderbereich freuen wir uns, 2022 neben der Weiterführung bestehender Förderpartnerschaften drei neue Förderpartnerschaften geschlossen zu haben. So wurden mit unserer Hilfe zwölf Projekte realisiert, fortgeführt oder begonnen – drei mehr als im Jahr 2021.

Besonders stolz sind wir auf *Learning by Life*, unser Förderprogramm, das wir Ende 2021 ins Leben gerufen haben. Acht junge Menschen konnten 2022 ihre lebensnahen Bildungsvorhaben mit dieser Unterstützung realisieren.

Ganz besonders möchte ich mich bei allen bedanken, deren Engagement unser Wirken überhaupt erst möglich macht!

Es grüßt Sie herzlich

DR. KRISTIN LANGMANN



2022 JAHRESBERICHT

UNSERE THEMENFELDER

JENSEITS VOM STUNDENPLAN

Förderung von Angeboten für Schul- und Kindergartenkinder über die Regelcurricula hinaus



LERNEN IM 21. JAHRHUNDERT

Förderung von Rahmenbedingungen für Kompetenzerwerb und Potenzialentfaltung



THE NEXT CHAPTER

Angebote für junge Menschen zur inneren Orientierung in ihrer beruflichen Weichenstellung



KULTUR, ERLEBEN & ICH

Angebote zum etwas anderen Kennenlernen von Kultur ... und neuen Zugängen zu sich selbst



(SELF) EMPOWERMENT

Formate zur Selbstbefähigung, Resilienz und Selbstwirksamkeit im Erwachsenenalter



WISSEN IM 21. JAHRHUNDERT

Forschung zu Zukunftstechnologien und Teilen neuer Erkenntnisse



FÖRDERPROJEKTE



Im Jahr 2022 haben wir eine Bandbreite ganz unterschiedlicher Institutionen gefördert, was uns als kleine Stiftung besonders freut. Zehn der zwölf von uns geförderten Projekte sind in Deutschland angesiedelt, die beiden weiteren Projekte wurden in der Schweiz bzw. Brasilien umgesetzt. Drei der Projekte stammen aus dem Forschungsbereich, neun aus dem Bereich der Bildung.



JENSEITS VOM STUNDENPLAN

Im Rahmen dieses Themenfelds unterstützen wir Angebote an Schulen und Kindergärten, die über das Regelcurriculum hinausgehen und in denen Lernen aktiv mit allen Sinnen unter Einbezug der Lernenden stattfindet.

In der Flötenklasse der Grundschule am Lönsweg in Verden können alle Kinder des dritten Jahrgangs das Flötenspiel erlernen. Im gemeinschaftlichen Lernen, Musizieren und Aufführen bauen die Kinder nicht nur ihre musischen Kompetenzen aus, sondern entwickeln auch ihre Körperwahrnehmung, Aufmerksamkeitsfokussierung und ihr Gemeinschaftsgefühl weiter. Das Projekt fördern wir nun im vierten Jahr durch Übernahme der Kosten für eine externe Fachkraft. In diesem Zeitraum nutzten 91 Kinder das Angebot.

„Es freut uns, dass sich in diesem Jahr so viele Kinder wie nie zuvor für die Flötenklasse begeistern.“

Leiterin Flötenklasse



„Das Kräuterbeet ist wie eine Schatztruhe für die Kinder. Sie riechen, fühlen, sehen und schmecken immer wieder voller Freude Neues und Bekanntes.“

Vorstandsvorsitzende Grashüpfer

Die Kinder in der Kleinen Kindertagesstätte Grashüpfer in Verden können seit 2022 den ökologischen Anbau von Lebensmitteln hautnah miterleben und tatkräftig mitgestalten: In einer Eltern-Kind-Aktion wurden Hochbeete gebaut und bepflanzt; seither sind Pflege, Ernte und Verarbeitung von Kräutern & Co. fester Bestandteil des Kindergartenalltags. Wir unterstützten das Projekt durch Übernahme der Kosten für Material, fachkundige Bauanleitung und Schulung. Bei Bau und erster Bepflanzung waren 28 Kinder, Eltern und KiTa-Kräfte aktiv; nun werden sich natürlich auch zukünftige Kindergartengenerationen um die Pflanzen kümmern.



„Mit dem Schulgarten haben wir jetzt einen tollen Ort zum Lernen, Staunen und auch zum Entspannen.“

Projektleiterin Schulgarten

Im Schulgartenprojekt der Grundschule Luttum in Kirchlinteln fördern wir die aktive Beschäftigung der Kinder mit der heimischen Tier- und Pflanzenwelt. Mit unseren Fördermitteln wurden u. a. ein Pflanztisch und „Forscherutensilien“ angeschafft und schon tatkräftig genutzt. Durch die verbindliche Integration in den Lehrplan profitieren alle 220 Schüler:innen der Schule von dem Projekt.

LERNEN IM 21. JAHRHUNDERT

Dieses Themenfeld umfasst unser Engagement für Rahmenbedingungen, die Menschen beim Wissenstransfer, ihrer Kompetenz- und Persönlichkeitsentwicklung sowie in ihrer Schaffenskraft und Potenzialentfaltung fördern.

PROJEKTBERICHTE | FÖRDERPROJEKTE

„Mit viel Freude beim Musizieren und Instrumentenbau wurden die Fortbildungsteilnehmenden aktiv und machten eigene Erfahrungen.“

Projektleiterin kultursegel



In der musikpädagogischen Fortbildung *Eintauchen in die Musik* der kultursegel gGmbH in Gadebusch bildeten sich in diesem Jahr weitere zehn Erzieher:innen und Pädagog:innen weiter. Mit viel Elan erwarben sie erlebnispädagogische und praktische Fertigkeiten und setzen diese nun in der Praxis um. Wir finanzierten Konzeption und Umsetzung dieser in 2021 erstmalig durchgeführten Fortbildung, mit der insgesamt ca. 575 Kinder erreicht werden.

„Die jungen Menschen erleben sich selbst mit neuem Blick durch die Gemeinschaft von Studierenden und Migrant:innen.“

Projektleiterin Terra Vecchia



Einen orts- und zeitunabhängigen Zugang zu musikpädagogischen Inhalten bietet die *kultursegel.digital.akademie*: In 2022 wurden hier durch die Initiative kultursegels erste Bildungsvideos als Anregungen für die musik- und erlebnispädagogische Arbeit mit Kindern zur Verfügung gestellt.

Co-Learning, Co-Creation und Co-Living unterstützten wir in 2022 erneut im Kulturdorf Terra Vecchia Villaggio in der Schweiz. Hier lebten und wirkten über 70 junge internationale Menschen mit und ohne Fluchtbiografie zusammen. Das gemeinsam Erlebte inspirierte eine Vielzahl künstlerischer Produkte und beeindruckte über 200 Besucher:innen von Veranstaltungen. Unsere Förderung ermöglichte es Studierenden und jungen Asylsuchenden aus Afghanistan, co-kreativ und interdisziplinär zusammen zu arbeiten.

KULTUR, ERLEBEN & ICH

In diesem Themenfeld geht es darum, Menschen zu ermöglichen, sich über das Erleben von Kultur neue Zugänge zu sich selbst zu eröffnen und neue Fähigkeiten zu erlernen.

Mit diesem Ziel konnten mit Hilfe unserer Förderung die beiden Theaterprojekte *Spotlight* und *Himmelsstürmer* des Vereins TheaterImpulse aus Bielefeld umgesetzt werden: Unter theaterpädagogischer Leitung entwickelten Kinder und Jugendliche ein Theaterstück, probten intensiv und führten es auf. Neben dem Lernzuwachs im Theaterspiel wurden die 13 Teilnehmenden in ihrer Kreativität, Spiellust und ihrem Selbstbewusstsein gestärkt.

Ein Angebot für die Zielgruppe Erwachsene wurde im Projekt *Schlüsselfaktor Kulturvermittlung* entwickelt. Masterstudierende der Kulturvermittlung an der Universität Bielefeld konnten sich für die Förderung ihres Projekts bewerben. Das studentische Projekt „Stories of Now“ wurde mit unseren Fördermitteln realisiert: Acht interessierte Laien erlernten Improtheatermethoden. In der Aufführung auf der Bielefelder RadKulTour brachten sie das Erlernte zum Einsatz und bezogen ihre ca. 50 Zuschauer:innen in ihr Spiel ein. So erlebten sich nicht nur die Schauspieler:innen auf eine neue Weise, sondern auch die Gäste konnten Erfahrungen mit der Theater Direkt-Methode machen und die Masterstudentin Einsichten für ihren Berufsweg sammeln.



„Mit Blick darauf, was die Teilnehmenden mit nach Hause nehmen, ist mir besonders aufgefallen, wie individuell es ist, was die einzelnen Menschen gelernt haben. Die Individualität, offene Atmosphäre und Wertschätzung der Spielenden übertrug sich auch auf die Gäste der Aufführung.“

Studentische Projektleiterin
Universität Bielefeld



„Die Kinder erarbeiteten sich die Szenen Stück für Stück, gaben Feedback und machten Verbesserungsvorschläge. Alle hatten viel Freude und haben sich merklich in ihrem Selbstbewusstsein weiterentwickelt.“

Theaterpädagogische Leiterinnen
Spotlight und Himmelsstürmer



„Im Rahmen der Mentoringangebote wurden ausgewählte Mentees in ihrer beruflichen und persönlichen Entwicklung unterstützt.“

Projektleiterin Mentoring

(SELF) EMPOWERMENT

Im Rahmen dieses Themenfelds engagieren wir uns für die Selbstbefähigung und den Erwerb von Handlungskompetenzen, Resilienz und Selbstwirksamkeit im Erwachsenenalter.

Seit 2019 fördern wir die *Weiterentwicklung des (interkulturellen) Mentoringprogramms* am Career Center der Universität Hamburg, an dem in diesem Jahr 43 Mentees teilnahmen. Die Fördermittel flossen in 2022 in die Arbeit der im Rahmen der Städtepartnerschaft Hamburg/ St. Petersburg aufgebauten sechsköpfigen Arbeitsgruppe „Frau und Arbeitswelt“. Darüber hinaus wurden Mentees mit Fluchtgeschichte Mittel für einen Workshop zur Verfügung gestellt.

WISSEN IM 21. JAHRHUNDERT

Dieses Themenfeld umfasst unser Engagement für die Entwicklung von Zukunftstechnologien und die Erforschung hilfreicher Bedingungen für Kompetenzerwerb, Schaffenskraft und Potenzialentfaltung von Menschen.

Am Forschungszentrum Jülich wurden 2022 mit unseren Fördermitteln drei Projekte von Nachwuchswissenschaftler:innen im Bereich „Exzellente Werkstoffe für die Zukunft“ umgesetzt: Unterstützt wurden die Entwicklung einer optimierten Natrium-Schwefel-Batterie, eines innovativen Wärmedämmschichtsystems und die Forschung zur Effizienzsteigerung der Festoxid-Elektrolysezellen-Fertigungskette.

In der *Breathwork-Studie* des Forschungsinstituts MIND Foundation in Berlin wird aktuell der Einfluss immersiver Atemtechniken auf den Bewusstseinszustand sowie verschiedene physiologische Parameter von Menschen untersucht. Damit trägt diese Studie u. a. zur Entwicklung neuer Ansätze zur Therapie psychischer Krankheiten bei.

Selbstorganisierte Räume zum gemeinsamen Wachsen und Lernen in São Paulo waren Forschungsgegenstand der Studie *Urban Commons* des KlärWerk Instituts für kritische Sozialforschung und Bildungsarbeit. Erforscht wurden selbstorganisierte Formen des Zusammenlebens, -arbeitens und informelle Strukturen der Selbsthilfe im Bottom-up Urbanismus in Brasilien, v. a. wie bei minimalem Zugang zu Ressourcen eine Gemeinschaft und im Miteinander tragfähige Strukturen der Selbsterhaltung geschaffen werden können.



„Die drei Projekte tragen zur Erforschung von Materialien und Technologien für die Energiewende bei.“
Programmsprecher Forschungszentrum Jülich



„Wir konnten signifikante Effekte ermitteln, die aktuell weiterführend untersucht werden.“
Geschäftsführerin MIND Foundation



„Die Forschung zielt darauf ab zu beleuchten, was benötigt wird, um gerechte, gemeinschaftliche und kreative Orte zu schaffen, die Menschen im urbanen Raum stärken.“
Studienleiterin KlärWerk

FÖRDERPROJEKTE

AUSBLICK AUF 2023

Im Jahr 2023 führen wir bestehende Förderpartnerschaften fort. Außerdem haben wir bereits zwei neue Förderzusagen erteilt. Die von uns unterstützten Projekte umfassen wieder vielfältige Themenfelder und Zielgruppen.



WEITERGEFÜHRTE PROJEKTE

Die *Flötenklasse* der Grundschule am Lönsweg in Verden sowie das *Schulgartenprojekt* der Grundschule Luttm werden wir auch im kommenden Jahr unterstützen, damit Grundschulkindern das Flötenspiel erlernen und in einer Gruppe musizieren sowie sich mit allen Sinnen mit der heimischen Tier- und Pflanzenwelt beschäftigen können.

Im universitären Bereich wird das Projekt zur Weiterentwicklung *interkultureller Mentoringformate* am Career Center der Universität Hamburg fortgeführt. Weiterhin soll das Projekt *Schlüsselfaktor Kulturvermittlung* an der Universität Bielefeld in eine neue Runde gehen.

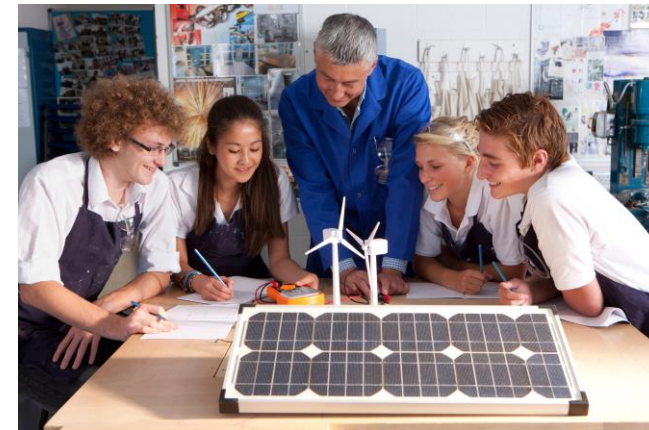
Im Forschungsbereich wird die *Studie zu immersiven Atemtechniken* der MIND Foundation in Berlin fortgesetzt. Die geplante Stichprobengröße von 65 Proband:innen erlaubt die Auswertung der Daten bei adäquater Teststärke.

NEUE PROJEKTPARTNERSCHAFTEN

Das Projekt *Kulturdorf Terra Vecchia* wird 2023 unter der Schirmherrschaft eines neuen Trägers fortgesetzt: Wir freuen uns, zur Unterstützung dieses Projektes im nächsten Jahr mit der Hochschule der Künste Bern in der Schweiz zu kooperieren.

An der Kooperativen Gesamtschule Bad Münde soll den Schüler:innen im Jahrgang 7 ein zweijähriges Programm zum *Interkulturellen Kompetenzerwerb* in Kooperation mit einer australischen Partnerschule angeboten werden. Für dieses Projekt haben wir die Förderzusage bereits 2021 erteilt; pandemiebedingt konnte es bisher nicht starten. Der Projektstart ist nun für das Schuljahr 2023/2024 vorgesehen, sofern die australische Partnerschule dem zustimmt.

Ferner unterstützen wir Entwicklung und Aufbau von *mobilen Einheiten zur nachhaltigen Stromgewinnung* mit erneuerbaren Energien durch die portugiesische Universität Évora in Kooperation mit der Non-Profit Organisation Project Earth. Neben Forschungszwecken sollen ab Sommer 2023 auch Bildungsveranstaltungen für Studierende sowie Ortsansässige realisiert werden.



Wir fördern die Erforschung und Implementierung von Rahmenbedingungen, in denen ein kooperatives soziales Miteinander Innovation, Potenzialentfaltung und Kompetenzzuwachs begünstigt.

Im Forschungsbereich setzen wir uns für die Entwicklung von Zukunftstechnologien für ein nachhaltiges, ressourcenbewusstes Leben im 21. Jahrhundert ein.

MATKAT-BILDUNGSANGEBOTE



2022 haben wir erste stiftungseigene Bildungsangebote für Menschen mit ihren spezifischen Anliegen in verschiedenen Lebensphasen umgesetzt. Es entstanden On- und Offline-Formate zur Persönlichkeitsentwicklung sowie dem Erwerb hilfreicher Kompetenzen und innerer Orientierung für ein gelingendes Leben im 21. Jahrhundert.

JENSEITS VOM STUNDENPLAN

Von Februar bis April 2022 fand erstmalig in Oldenburg das Programm *Glückskinder* für Kinder im Grundschulalter zur Stärkung ihrer sozialen Kompetenzen und Selbstsicherheit statt. Sechs Kinder setzten sich unter sonderpädagogischer Leitung auf spielerische und kreative Weise mit den eigenen Stärken und Entwicklungswünschen, Gefühlen und den Themen Mut, Achtsamkeit, Stress und Entspannung auseinander. Über das soziale Miteinander erlebten die Kinder ein Zugehörigkeitsgefühl, es entstanden Freundschaften innerhalb der Gruppe und die Kinder übten sich in Kommunikation und Konfliktlösungsstrategien.



„Im Glückskinder-Programm geht es darum, das Selbstwertgefühl zu stärken und im sozialen Miteinander ein Wir-Gefühl sowie auch ‚das Ich im Wir‘ zu erleben.“
 Programmleiterin Glückskinder

LERNEN IM 21. JAHRHUNDERT

Es entstand die Bildungsreihe *Lernen im 21. Jahrhundert*. In Interviews teilen Wissensträger:innen und erfahrene Anwender:innen ihren Erfahrungsschatz für pädagogisch tätige Menschen. Es werden Methoden vorgestellt und aufgezeigt, wie Strukturen geschaffen werden können, in denen Lernen aktiv, mit allen Sinnen und unter Einbezug der Lernenden stattfinden kann. 2022 haben wir die ersten sechs Gespräche aufgenommen.

KULTUR, ERLEBEN & ICH

2022 starteten wir mit einer Expertin aus der Kulturvermittlung das transgenerationale Programm *Ansichtssachen*: Acht „Kunstcompagnions“ unterschiedlicher Generationen und Bildungsbiografien nehmen seit August in Hamburg die Beschäftigung mit Kunstwerken zum Anlass, Erfahrungen und Perspektiven auszutauschen. Der non-formale Bildungszugang bietet jungen Frauen mit unterschiedlichster Herkunft neue Wege zu kultureller und gesellschaftlicher Teilhabe und Stärkung verschiedener Kompetenzen.

In Kooperation mit einem Gesangslehrer boten wir ebenfalls in Hamburg in diesem Jahr erstmalig das Seminar *Singen & Sabbeln für mehr Selbstwert* an. Zwei Tage lang widmeten sich die fünf Teilnehmenden intensiv der Entstehung und Wirkung von Selbstwert mit bewährten Methoden aus Psychologie und Stimmbildung. In Gruppen- und Einzelsessions entwickelten sie für sich individuell passende Ansätze zur Stärkung ihres persönlichen Selbstwerts im Alltag.

(SELF) EMPOWERMENT

Im Rahmen dieses Themenfelds entstand in diesem Jahr ein weiterer Beitrag für die *Hausapotheke der Selbstwirksamkeit* – unserem Podcast, in dem Expert:innen aus Psychologie und Beratung alltagstaugliche Tipps und Lösungen zu Herausforderungen und Stress im täglichen Leben teilen.



„Ziel unserer Bildungsangebote ist es, den Teilnehmenden praktische Methoden zum individuellen Selbstmanagement an die Hand zu geben.“
 Vorstand MatKat-Stiftung



„Hab ich direkt ausprobiert!“
 Podcast-Hörer



„Die Impulse, die ich aus dem Seminar mitgenommen habe, wirken immer noch nach.“
Seminarernehmer

Außerdem haben wir das erste Seminar zum Thema *Ausgewogenheit & Resilienz* durchgeführt. In einem abwechslungsreichen Mix aus Input, Reflexion, Ausprobieren, Austausch und Selbsterfahrung erlernten die Teilnehmenden Methoden aus dem Resilienzcoaching und erarbeiteten sich Wege, ihre eigene Ausgewogenheit im Alltag zu stärken.

WISSEN IM 21. JAHRHUNDERT

Unsere Rubrik *Spread the Word* bietet eine Plattform, um relevantes zeitgemäßes Wissen zur Verfügung zu stellen. 2022 entstand mit Hilfe von Learning by Life-Teilnehmenden ein Videobeitrag zum Umgang mit Menschen in Not, und es sind Beiträge zu Nachhaltigkeitsthemen zugänglich.

THE NEXT CHAPTER

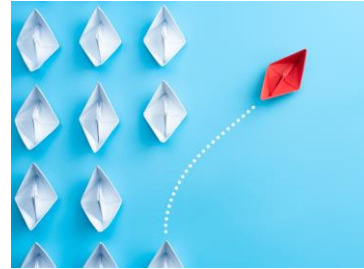
Dieses Themenfeld bündelt unser Engagement für die berufliche Orientierung junger Erwachsener.

In den interaktiven Online-Sessions *Development Nuggets* beschäftigten sich insgesamt zehn Teilnehmende unter der Leitung einer erfahrenen Referentin mit Schlüsselthemen rund um einen guten Berufsstart. Neben praxiserprobten Tipps gab es viel Raum für den persönlichen Austausch.



„Wir bedanken uns bei allen, die ihr Wissen so großzügig teilen!“
Vorstand MatKat-Stiftung

Unser Förderprogramm *Learning by Life* unterstützte 2022 acht junge Erwachsene bei der Durchführung ihrer selbstgewählten lebensnahen Bildungsvorhaben finanziell sowie mit begleitendem Mentoring. So ermöglichten wir u. a. Auslandsaufenthalte, Studien und eine eigene Forschungspublikation. Am 26. November 2022 wurden durch unser interdisziplinäres Gremium vier weitere Teilnehmende für die *Learning by Life*-Förderung im Jahr 2023 ausgewählt.



DIE GESICHTER VON LEARNING BY LIFE 2022...



David P., 21 Jahre



Lea V., 25 Jahre



Lena H., 22 Jahre



Leonard G., 24 Jahre



Maja F., 23 Jahre



Mykhailo K., 23 Jahre



Nicolai R., 25 Jahre



Paul C., 27 Jahre

... UND DIE ZAHLEN

8 Programmteilnehmende

29 Mentoring-sitzungen

€ 31.476 Fördersumme

MATKAT-BILDUNGSANGEBOTE

AUSBLICK AUF 2023

Auch 2023 haben wir verschiedene On- und Offline-Angebote geplant, um Menschen beim Aufbau von Resilienz – also Fähigkeiten zum Umgang mit Krisen und schwierigen Situationen im Alltag – und weiteren Schlüsselkompetenzen für ein gelingendes Leben im 21. Jahrhundert tatkräftig zu unterstützen.



DREI ONLINE-FORMATE

In unserem Podcast *Hausapotheke der Selbstwirksamkeit* sowie der Bildungsreihe *Lernen im 21. Jahrhundert* planen wir weitere Folgen. Ebenso ist ein neuer Videobeitrag in unserer Wissenssharing-Rubrik *Spread the Word* vorgesehen.

VIER PROGRAMME FÜR SPEZIFISCHE ZIELGRUPPEN

Das *Glückskinder*-Programm für Schulkinder wird 2023 erneut angeboten – in diesem Jahr in Paderborn. Das transgenerationale Programm *Ansichtssachen* zur kulturellen Teilhabe junger Frauen mit Migrationshintergrund wird in Hamburg weitergeführt. Ebenfalls startet ein neuer Jahrgang junger Erwachsener das *Learning by Life*-Programm.

Neu entsteht in Bielefeld das Programm *Also wenn du mich fragst* für junge Menschen, die mit biografischem Theater unter psychotherapeutischer und theaterpädagogischer Leitung am Thema Mental Health arbeiten wollen.

FÜNF WOCHENENDSEMINARE & WORKSHOPS

Für 2023 planen wir vier mehrtägige Seminare, in denen die Teilnehmenden bewährte Selbstmanagementmethoden erlernen, sowie einen Workshop, um durch Musik und Theater neue Erfahrungen zu machen und Impulse zu erhalten.

MatKat-Stiftung



SEMINARE 2023

In unserer **KOMPETENZ-WERKSTATT** und unserem Angebot **KULTUR, ERLEBEN & ICH** bieten wir Wochenendseminare zu verschiedenen Themen der persönlichen Entwicklung an.

In den Seminaren wird in kleinen Gruppen mit verschiedenen Methoden aus Psychologie und Neurowissenschaft eine Bandbreite an Techniken zum Selbstmanagement und zur Resilienzsteigerung vermittelt. In entspannter, wohlwollender Atmosphäre werden in einem Mix aus Input, Reflexion, Ausprobieren, Austausch und Selbsterfahrung wertvolle Handlungskompetenzen für die jeweiligen spezifischen Anliegen sowie den Alltag erworben.

Start der Seminare ist freitags um 16:30 Uhr, das Ende sonntags spätestens um 15:00 Uhr. Mit diesem Angebot möchten wir Menschen dabei unterstützen, sich Kompetenzen anzueignen, mit Krisen und schwierigen Situationen im Alltag umzugehen. Damit diese intensive innere Arbeit möglichst vielen Menschen offen steht, tragen wir als MatKat-Stiftung die Referenten-, Kost- & Logis-Kosten je nach Teilnehmendenzahl zu 25% bis 75%.

<https://matkatfoundation.org/bildungsangebote/kompetenz-werkstatt>



21. bis 23. April

AUSGEWOGENHEIT & RESILIENZ STÄRKEN

Die Ausgewogenheit der eigenen Lebensbereiche unter die Lupe nehmen, alltagstaugliche Lösungsansätze entwickeln und eine Bandbreite an Techniken zur Stärkung der persönlichen Resilienz kennen und anwenden lernen – mit Einbezug von Kopf, Körper und Gefühlen.

Seminarort: Seminar- und Tagungshaus Freudenburg, Amtsfreiheit 1a, 27211 Bassum
Referent*innen: Dr. Kristin Langmann, Ben Kruschauky
Selbstkostenanteil: 280 – 490 EUR (Seminar, Vollverpflegung, Unterkunft im Einzelzimmer)

05. bis 07. Mai

EMOTIONALES SELBSTMANAGEMENT MIT PEP®

Entstehung und Wirkung von Gefühlen sowie die eigene Gefühlswelt besser verstehen und verschiedene Wege der Selbststeuerung im Alltag ausprobieren. Selbstwirksames Emotionsmanagement mit der prozess- und embodimentfokussierten Psychologie (PEP®) erlernen.

Seminarort: Ev. Jugendhof Sachsenhain, Am Jugendhof 17, 27283 Verden
Referent*innen: Dr. Kristin Langmann, Manuel Haitz
Selbstkostenanteil: 280 – 490 EUR (Seminar, Vollverpflegung, Unterkunft im Einzelzimmer)

09. bis 11. Juni

WORKSHOP THREE & ME

Grundlagen im Singen, Schauspiel und Handpanspielen als Ausdrucksformen kennen lernen, sich spielerisch ausprobieren und dabei auf neue Art erleben. Neben Spaß, Lernen, Erleben und neuen Erfahrungen gibt es viel Raum für Austausch und Selbstreflexion.

Seminarort: Bühne im Bürgertreff Altona-Nord, Gefionstraße 3, 22769 Hamburg
Referenten: Mo Bahla, Sebastian von Düring-Weckler, Tino Führer
(START: 14:00/FR, ENDE: 17:00/SO) Selbstkostenanteil: 375 EUR (Seminar, Handpanleihgebühr, Mittagessen)

23. bis 25. Juni

SINGEN & SABELN FÜR MEHR SELBSTWERT

Entstehungs- und Wirkmechanismen von Selbstwert kennen lernen, eigene Selbstwerträuber identifizieren und praktische Werkzeuge mitnehmen, den Selbstwert im Alltag zu stärken. Neben Gruppenphasen gibt es Einzel-Sessions in Stimmbildung und Coaching.

Seminarort: Musikschule SINGLIEBE, Eimsbütteler Straße 32, 22769 Hamburg
Referent*innen: Mo Bahla, Dr. Kristin Langmann
Selbstkostenanteil: 250 – 380 EUR (Seminar, Mittagessen)

08. bis 10. September

ZIELE IM ALLTAG UMSETZEN MIT DEM ZRM®

Neurowissenschaftlich fundiertes Selbstmanagement mit Techniken des Zürcher Ressourcen Modells (ZRM®) anwenden lernen, persönliche Themen und passende Ziele ableiten. Embodiment, Priming & Co. als Verankerungsmöglichkeiten für den Alltag kennen lernen.

Seminarort: Ev. Jugendhof Sachsenhain, Am Jugendhof 17, 27283 Verden
Referentin: Dr. Kristin Langmann
Selbstkostenanteil: 250 – 400 EUR (Seminar, Vollverpflegung, Unterkunft im Einzelzimmer)

Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen oder Rückfragen per Mail an bildungsangebote@matkat.org

MATKAT 2022 IN ZAHLEN

8 EIGENE BILDUNGS-
ANGEBOTE UMGESETZT



12 PROJEKTE VON
FÖRDERPARTNERN UNTERSTÜTZT



14 ENGAGIERTE
MENSCHEN BETEILIGT



~870 STUNDEN EHRENAMTLICHE
ARBEIT EINGEBRACHT



> 1000 MENSCHEN
DURCH FÖRDERPROJEKTE UND
EIGENE BILDUNGSANGEBOTE ERREICHT

AUSGABENSTRUKTUR

2022

GESAMTAUSGABEN **71.421 €**

DAVON PROJEKT-
BEZOGENE AUSGABEN **68.717 €**



3,8%
ALLGEMEINE
VERWALTUNGS-AUSGABEN

96,2%
PROJEKTBEZOGENE
AUSGABEN

PROJEKTAUSGABEN JE PROJEKTART

Förderprojekte anderer Partner	19.120 €	28%
MatKat <i>Learning by Life</i> -Programm	35.054 €	51%
Weitere MatKat-Bildungsangebote	14.543 €	21%

Summe 68.717 €

PROJEKTAUSGABEN JE THEMENFELD

Themenfeld	Ausgaben	Anteil (gerundet)	Davon Förderprojekte	Davon eigene Bildungsangebote
Jenseits vom Stundenplan	2.360 €	3%	500 €	1.860 €
Lernen im 21. Jahrhundert	14.194 €	21%	10.000 €	4.194 €
The Next Chapter	35.145 €	51%	0 €	35.145 €
Kultur, Erleben & ICH	7.713 €	11%	4.150 €	3.563 €
(Self) Empowerment	1.104 €	2%	0 €	1.104 €
Wissen im 21. Jahrhundert	8.201 €	12%	4.470 €	3.731 €

FÖRDERPROJEKTAUSGABEN JE GEMEINNÜTZIGEM ZWECK

Bildung	14.650 €	77%
Forschung	4.470 €	23%

WIR BEDANKEN UNS BEI ALLEN,
DIE UNS IN DIESEM JAHR SO ENGAGIERT
UNTERSTÜTZT HABEN!

DR. KRISTIN LANGMANN

CARSTEN STRAUSS

DR. DOROTHEA RITTER

MANUEL HAITZ

JUNO ZISS

JOANA OHLMER

NICOLAI RETTENMAIER

PIA HEINRICHSMEIER

ESTHER HAGEMANN

MO BAHLA

DR. STEFAN KÖNIG

ULRIKE MAASS

MYKHAILO KOSTUR

JULIAN LANGMANN

LENA HERRMANN

MAJA FELSMANN

LEONARD GÜNZEL

DAVID PHAN

IMPRESSUM

© 2022 MatKat-Stiftung

Verantwortlich

Dr. Kristin Langmann
Brunshof 9
D-27283 Verden
+49 4238 9599793
info[at]matkatfoundation.org

Redaktion

Dr. Kristin Langmann

Redaktionelle Mitarbeit

Miriam Hansen

MatKat-Jahresbericht 2022 Bildquellen

Cover: shutterstock.com, Benjavisa Ruangvaree Art
S. 4: shutterstock.com, Benjavisa Ruangvaree Art
S. 5: MatKat-Stiftung
S. 6, 7, 12, 15, 20: shutterstock.com
S. 8: adobe.stock (Kinder mit Regenbogen), Grundschule am Lönsweg (Flötengruppe)
S. 9: Verein zur Förderung einer kindgerechten Welt e. V. (Kinder mit Schubkarre), Grundschule Luttum (Kinder mit Kräutern)
S. 10: Fondazione Terra Vecchia Villaggio (Musiker, Gruppenbild mit Gitarre) kultursegel gGmbH (Menschen vor Schloss)
S. 11: Projektleiterin Universität Bielefeld (Räder), TheaterImpulse e. V. (Kinder)
S. 13: adobe.stock (Hände), MIND Foundation (Sitzkreis), Projektleiterin KlärWerk e. V. (Teller, Outdoorrestaurant, Wandbild)
S. 14, 21: adobe.stock
S. 16: shutterstock.com (Kompass), Programmleiterin *Glückskinder* (Kinder, Materialien Glückskinderprogramm)
S. 17: Programmleiterin *Ansichtssachen* (Bildbetrachtung), MatKat-Stiftung (Flipchart), shutterstock.com (Apothekenregal)
S. 18: MatKat-Stiftung (Seminararbeit), adobe.stock (Fäden)
S. 19: shutterstock.com (Schiffchen), *Learning by Life*-Teilnehmende 2022 (Profilbilder)