

## Porträt der Stiftung/Organisation

1. Name der Stiftung/Organisation
2. Homepage
3. Anzahl Freiwillige
4. Datum
5. fördernde Stiftung und/ oder operative Stiftung
6. Wer wir sind
7. Was wir tun (im Bildungsbereich oder auch in anderen Sektoren wie Kultur, Umwelt...)
8. Unsere Zielgruppe
9. Wie wir unsere Ziele umsetzen
10. Was dabei herauskommt
11. Kontaktdaten (Ansprechpartner, Telefon, Adresse, Email, Social Media Accounts z.B Xing, Twitter, Facebook, Instagram)

1. momo hört zu e.V.
2. [www.momohoertzu.de](http://www.momohoertzu.de)
3. 10
4. Datum der Gründung? 19.7.2021 Gemeinnützigkeit seit 12.08.22
5. Gemeinnütziger Verein
6. momo hört zu e.V. ist ein junger gemeinnütziger Verein, der sich für eine Zuhör- und Wertschätzungskultur in Deutschland einsetzt und im August 2021 gegründet wurde. Viele von uns sind in der Kunst des Zuhörens nach Werner Plate ausgebildet. Unser Wissen wollen wir der Gesellschaft analog und digital zugänglich machen.

Im Herbst 2020 wurde momo hört zu unter den besten 28 Projekten aus über 1000 Einreichungen als Soziale Innovation beim Wettbewerb „Gesellschaft der Ideen“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung ausgezeichnet. Münchens Oberbürgermeister Dieter Reiter steht hinter unserer sozialen Innovation mit einem Empfehlungsschreiben und Unterstützung auf städtischer Ebene.

Unser Kernteam besteht aus vier Personen und 6 Ehrenamtlichen. Wir bringen wichtige berufliche Hintergründe aus unterschiedlichsten Bereichen mit. Mehr auf der HP <https://momohoertzu.de/ueber-uns.html>

7. Wir haben 2 Herzkammern:  
I HEAR YOU WORKSHOP: Der I HEAR YOU-Workshop ermöglicht den TeilnehmerInnen durch eine Mischung aus Informationen und Zuhör-Übungen eine persönliche Erfahrung im bewertungsfreien Zuhören. Diese Form des Zuhörens schafft Vertrauen und führt zu mehr Miteinander und Füreinander. Wir vermitteln grundlegende Tools und Hinweise, die leicht zu erlernen und anzuwenden sind. Die TeilnehmerInnen lernen, anderen bewertungsfrei zuzuhören. Die Schüler und Studenten machen erste Erfahrungen, wie es ist, wenn ihnen über längere Zeit ununterbrochen, intensiv und ohne Bewertung zugehört wird. Für viele ist dies ein völlig neues Erlebnis, das positive Impulse im Umgang mit MitschülerInnen, KommilitonenInnen, innerhalb der Familie, mit FreundInnen oder Fremden setzt. Im Kleinen wie im Großen. Sie erfahren, dass wir alle gar nicht so unterschiedlich sind. Wir müssen einander nur besser zuhören, um dies zu verstehen. Dieses Angebot richtet sich an Schulen, Universitäten und andere Bildungseinrichtungen.

REDEZEIT FÜR DICH und Zuhörkiosk: REDEZEIT FÜR DICH ist ein gut zugänglicher und geschützter Zuhör-Raum im öffentlichen Raum, in dem geschulte ZuhörerInnen Dir zuhören und für Dich da sind. Hier kannst Du alles aussprechen, was Du von Dir und Deinem Leben mitteilen möchtest: Sorgen, Ängste oder Kummer, aber auch von schönen Momenten und dem, was Dir Freude bereitet. Wer oder was ist momo hört zu? momo hört zu steht für Menschen, die wertfrei und auf Augenhöhe zuhören, den Anderen dabei sehen und versuchen, ihn zu verstehen. Wir machen das aus Freude und freiwillig. Wir hören, was gesagt werden will. Wir sind für Dich da und wertschätzen Dich, so wie Du wirklich bist. Unser erster Zuhör-Ort ist im shaere, Fritz-Schäffer-Straße 9, 81737 München. Am Eingang der Community Kitchen (siehe [com-kit.de](http://com-kit.de)) ist ein schöner Zuhör-Ort entstanden, an dem wir Dir einfach nur zuhören. Als kleines Team sind wir nicht immer da. Im Moment haben wir von Montag-Freitag von 12.00-14.30 Uhr unsere Kernzeit und sind für Dich da. Wir können auch gerne einen persönlichen Termin vereinbaren.

Zuhörkiosk: Unsere Bevölkerung vereinsamt, gerade durch die Pandemie immer mehr, da wir uns weniger zuhören. momo hört zu will dieser Entwicklung entgegenwirken.

Wie? Konkret ist ein freistehender ZUHÖRKIOSK in München geplant, offen für alle. Ein geschützter Ort des Zuhörens, in dem Zeit, Wertschätzung und Gemeinsamkeit geschenkt wird. Kostenlos und niederschwellig. Besucher erzählen aus ihrem Leben, was ihnen auf der Seele brennt. Vertraulich und anonym. Die geschulten Zuhörer geben keine Ratschläge, sie hören bewertungsfrei zu. Menschliche Beziehung im Miteinander und Füreinander kann entstehen.

In Kooperation mit der TU München, Prof. Florian Nagler (Lehrstuhl Architektur für Entwerfen und Konstruieren) mit seinem Team aus Assistenten und Studenten, entsteht im Masterstudiengang ein Unikat, welches dann im Sommer 2023 in München auf einem schönen Platz stehen wird. Die Studenten entwerfen, planen und bauen alles selbst.

8. Bei I HEAR YOU und ZUHÖRKIOSK alle. Bei den Workshopformaten Kinder, Jugendliche und Studenten. Auch erste Sozialorganisationen (Caritas) bekommen einen Zuhörworkshop
9. Unsere Ziele setzen wir sehr klar und mit viel Freude um
10. Mehr Selbstwahrnehmung und Selbstermächtigung
11. Michael Spitzenberger, momo hört zu e.V. , c/o [www.designliga.com](http://www.designliga.com), Hans-Preißinger-Straße 8 -Halle A-, 81379 München, +49-151-15 27 63 97, [hallo@momohoertzu.de](mailto:hallo@momohoertzu.de)

[https://www.instagram.com/momo\\_hoert\\_zu/](https://www.instagram.com/momo_hoert_zu/)

[https://www.facebook.com/momo\\_hoert\\_zu/](https://www.facebook.com/momo_hoert_zu/)

<https://www.linkedin.com/company/momo-h%C3%B6rt-zu/>