

Wissenschaft trifft Praxis

Die Methodenbox entstand im Rahmen des ASB-Resilienzprogramms, eines gemeinsamen Forschungs- und Entwicklungsprojekts des Arbeiter-Samariter-Bundes (ASB), der Freien Universität Berlin und der Hochschule Bielefeld. Ausgangspunkt waren die Erfahrungen der von der Hochwasserkatastrophe 2021 betroffenen Regionen. Ziel des Projekts war es, besser zu verstehen, welche Herausforderungen Menschen, Organisationen und Kommunen in Krisen bewältigen müssen – und wie individuelle sowie gemeinschaftliche Resilienz gestärkt werden kann.

Dafür sind wir in mehreren Pilotregionen mit Vertreter:innen aus Kommunen, sozialen Einrichtungen, Feuerwehren, Schulen und Hilfsorganisationen ins Gespräch gegangen. Ergänzend wurden gezielte vulnerable Bevölkerungsgruppen befragt, um Bedarfe sichtbar zu machen, Vernetzungspotenziale zu erkennen und konkrete Ansätze für eine wirksame Katastrophenvorsorge zu entwickeln.

Resilienz entsteht dort, wo Menschen miteinander ins Gespräch kommen, voneinander lernen und gemeinsam handeln. Genau dafür wurde die Methodenbox „Gemeinsam resilient“ entwickelt.



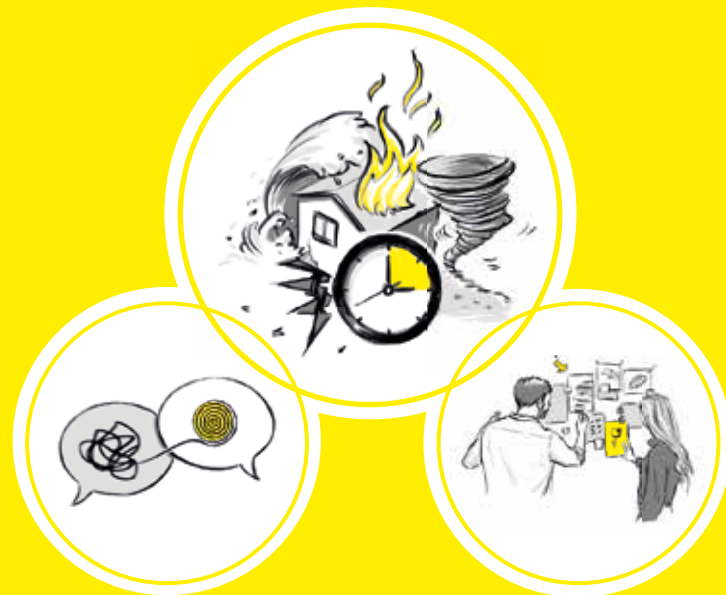
Weitere Informationen unter
www.asb.de/resilienzprogramm

Gefördert durch



Gemeinsam resilient

Die Methodenbox für mehr Katastrophenvorsorge und Gemeinschaft



**Wir helfen
hier und jetzt.**



Krisen lassen sich nicht verhindern – aber wir können lernen, besser mit ihnen umzugehen. Die Methodenbox „Gemeinsam resilient“ unterstützt Menschen dabei, sich gemeinsam mit Krisenvorsorge, Selbsthilfe und Zusammenhalt auseinanderzusetzen. Sie übersetzt wissenschaftliche Erkenntnisse in ein praxisnahes, niedrigschwelliges Angebot für Bildung, Beteiligung und Austausch.

Was bietet die Methodenbox?

Die Methoden fördern:

- Wissen über Krisen und Katastrophenvorsorge
- Selbstschutz und Selbsthilfe
- Perspektivwechsel und gegenseitiges Verständnis
- Reflexion von Risiken und Herausforderungen
- praktische Handlungs- und Problemlösungskompetenzen
- Gemeinschaftssinn und gegenseitige Unterstützung

Die Methodenbox behandelt die Themen:

- Grundwissen zur Katastrophenvorsorge
- Persönliche Notfallvorsorge
- Medien und Information
- Notruf und Erste Hilfe
- Psychische Gesundheit
- Gemeinschaft und Zusammenhalt

Für wen?

Dank ihres modularen Aufbaus eignet sich die Methodenbox für unterschiedlichste Zielgruppen und Einsatzorte – etwa Schulen, Vereine, soziale Einrichtungen, Kommunen, Hilfsorganisationen oder Initiativen. Die Methoden können flexibel an Altersgruppen, Lernziele und Rahmenbedingungen angepasst werden.

