



## Satzung

### **Achtsamkeit und Verständigung e.V.**

*Verein für Gewaltfreie Kommunikation, Achtsamkeit, Visionsgestaltung und Engagement.*

### **Präambel**

Wir leben in einer Zeit, in der viele Menschen rastlos nach Konsum, Ablenkung und schnellem Erfolg streben. Personen, Gruppen und Regierungen sind in Kriege und gewaltvolle Konflikte verwickelt. Die Zerstörung der Umwelt und die ungleiche Verteilung lebensnotwendiger Ressourcen nehmen immer mehr zu.

Wir möchten dazu beitragen, dass Menschen wieder mehr

- mit sich selbst in Kontakt treten und so Klarheit, Frieden und Zuversicht finden,
- mit anderen Menschen (und der Umwelt) in Kontakt sind, auf friedvolle und konstruktive Weise kommunizieren und Konflikte transformieren,
- sich gegenseitig unterstützen, Visionen einer friedvollen Zukunft zu entwickeln und beginnen entsprechend ihrer Überzeugung zu handeln und Gemeinschaft zu gestalten.

Wir benötigen die Kraft des inneren Friedens und der Präsenz, um auch in schwierigen Situationen wirken zu können.

Dies zu fördern, ist Anliegen des Vereins.

### **§ 1 Name und Sitz**

Der Verein führt den Namen „Achtsamkeit und Verständigung e.V.“

**1.1** Der Verein hat seinen Sitz in Steyerberg.

**1.2** Der Verein ist in das Vereinsregister in Walsrode eingetragen und als gemeinnützig anerkannt.

### **§ 2 Ziele des Vereins**

**2.1** Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke im Sinne des Abschnitts „Steuerbegünstigte Zwecke“ der Abgabenordnung 1977 (§§51 ff. AO) in der jeweils gültigen Fassung.

**2.2** Der Verein ist weltanschaulich und parteipolitisch unabhängig.



## 2.3 Kernaspekte

Die Ziele des Vereins sind Volks-, Kinder- und Jugendbildung insbesondere im Bereich Verständigung und Konfliktbearbeitung, Förderung der Erziehung, Kinder- und Jugendhilfe, Völkerverständigung, nationale und internationale Friedensarbeit und Umweltschutz.

Dies soll erreicht werden durch die Vermittlung von Achtsamkeit, Gewaltfreier Kommunikation, Verständigung, Visionsgestaltung und gemeinnützigem Handeln, sowie durch den Betrieb eines Waldkindergartens. Der Verein möchte dazu beitragen, dass eine Welt entsteht, in der die Bedürfnisse Aller erfüllt werden.

### 2.3.1 Achtsamkeit

Achtsamkeit ist eine Möglichkeit zu innerem und äußerem Frieden und Verbundenheit mit der Welt.

Achtsamkeit führt zu dem Verständnis, dass Frieden, Glück und Ankommen nur im gegenwärtigen Augenblick möglich sind. Achtsam sein bedeutet, wach und im gegenwärtigen Augenblick präsent zu sein. Dies ist Grundlage von Empathie und Verstehen und ein wunderbares Geschenk, das Menschen sich machen können. Ganz im Augenblick zu sein, ermöglicht direkte Wahrnehmung, statt in einer Welt der Vorurteile und Konzepte zu leben. In der direkten Wahrnehmung ist erfahrbar, dass wir nicht getrennt voneinander sind. Hieraus erwächst auf natürliche Weise Mitgefühl und der Wunsch zum Wohle der Welt zu handeln. Orientierung hinsichtlich des Verständnisses und der Praxis von Achtsamkeit gibt der Friedensarbeiter und Meditationsmeister Thich Nhat Hanh.

### 2.3.2 Gewaltfreie Kommunikation

Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg ist eine Form der Kommunikation, die die Verständigung wesentlich erleichtert. Sprache und Umgang ermöglichen es, sich klarer und direkter auszudrücken, besser zu verstehen, was andere meinen und auch in schwierigen Situationen zu friedlichen und konstruktiven Lösungen zu gelangen. Von großer Bedeutung ist hierbei eine wertschätzende Grundhaltung anderen sowie sich selbst gegenüber sowie die Fähigkeit, Beobachtungen, Gefühle, Bedürfnisse und Bitten auszudrücken. So kann in positiver und klarer Weise zum Ausdruck gebracht werden, was wichtig ist. Die Gewaltfreie Kommunikation hat sich in verschiedensten gesellschaftlichen Bereichen in vielen Teilen der Erde bewährt, z.B. in Schule, Politik, Jugendarbeit oder bei im interkulturellen Dialog.

Marshall B. Rosenberg, Ph. D., ist Gründer des Center for Nonviolent Communication (CNVC) und Leiter des Trainingsbereichs.

Mediation auf Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation ist eine wirkungsvolle Möglichkeit, um in Konflikten –im privaten wie im gesellschaftlichen Kontext- zu Verständigung und Versöhnung beizutragen.

### 2.3.3 Prozessorientierung

Prozessorientiertes Vorgehen bedeutet, sich den Gegebenheiten mit Aufmerksamkeit und Wertschätzung zuzuwenden. Schwierigkeiten und Konflikte weisen auf ihre Lösung hin und können daher als Helfer für positive Veränderungen genutzt werden. Dazu ist es wichtig, sich den Symptomen (Schwierigkeiten, Konflikte etc.) mit Aufmerksamkeit und Wertschätzung



zuzuwenden. Sich auf diese Weise mit Herausforderungen des eigenen Lebens, der Familie oder der Gesellschaft zu beschäftigen, kann zu Lernen, Wachstum und Heilung auf tiefen Ebenen führen. Dr. Arnold Mindell hat Grundlagen der Prozessorientierten Arbeit für Einzelne, Gruppen und Kulturen/Staaten (Worldwork) formuliert und kann als Orientierungshilfe dienen.

Konflikte erhalten ein hohes Maß an Energie. Prozessorientierte Konflikttransformation bedeutet, dass die zunächst oft als destruktiv oder gefährlich erscheinende Konfliktenenergie umgewandelt wird in lebensförderliche Impulse/Handlungen auf der Grundlage von Verstehen und Freiwilligkeit. Dies bezieht sich sowohl auf äußere Konflikte zwischen Menschen oder Gruppen wie auch auf innerpersonelle Konflikte.

## 2.3.4 Visionsgestaltung

Visionen, Bilder und Träume von einer positiven Zukunft sind wesentlicher Teil von Lebens- und Gesellschaftsentwicklung. Leider werden in der heutigen Zeit Menschen nur selten nach ihren Visionen gefragt. Stattdessen steht oft im Vordergrund, Vorgaben zu erfüllen. Wenn wir in der Lage sind, uns den nötigen Raum zu geben, können wir in Kontakt treten mit unserer Freude, mit unseren Herausforderungen und Lebensaufgaben, mit der eigenen Kraft und dem Bedürfnis zu Wohlergehen beizutragen. Es ist von großer Bedeutung, dass diese Ressourcen zur Entfaltung gebracht werden können – sowohl für die einzelne Person, wie auch für die Gesellschaft und den notwendigen sozialen und ökologischen Wandel.

## 2.3.5 Handeln

Die Menschen wissen viel darüber, was sinnvoll wäre (angefangen beim Nichtrauchen bis hin zum Umweltschutz und Friedensschluß). Woran es oft mangelt, ist die Umsetzung. Achtsamkeit, Kontakt zu eigenen Bedürfnissen und denen anderer, Klarheit über Visionen und eine prozessorientierte Grundhaltung führen zu aktivem Handeln. Ein Handeln, das seinen Ursprung hat im Kontakt mit den eigenen Bedürfnissen und denen anderer sowie dem Bewusstsein über die gegenseitige Verbundenheit.

Wir sehen es als Aufgabe, für dieses Handeln einen geeigneten Rahmen zur Verfügung zu stellen. Handeln ermöglicht zudem wertvolle Räume des Lernens und des Kontakts miteinander. Wir möchten Menschen dabei helfen, Möglichkeiten zu finden, ihre Überzeugung zu leben und in die Tat umzusetzen. Grundlagen sind dabei u.a. Selbstbestimmung, Vernetzung und Freiwilligkeit.

Großer Wert wird darauf gelegt, die oben genannten Aspekte auch im eigenen Leben zu üben.

In der Verbindung der genannten Aspekte sehen wir besondere Möglichkeiten, um die Vereinsziele zu verwirklichen. Gleichzeitig besteht Offenheit, hinzuzulernen, wie die Vereinsziele erfolgreicher erreicht oder optimiert werden können.



## 2.4 Aktivitäten

Die Vereinsziele sollen erreicht werden durch folgende Aktivitäten des Vereins:

Es werden Fortbildungen und Seminare zu den unter 2.3 genannten Themen durchgeführt. Unter anderem preisgünstige Angebote (im Bereich Gewaltfreie Kommunikation, Achtsamkeit, Mediation und Visionsarbeit) für Menschen mit geringen finanziellen Mitteln und für gemeinnützige Organisationen und Initiativen.

Möglichkeiten zum Üben von Achtsamkeit werden geschaffen, u.a. werden Achtsamkeitstage durchgeführt.

Veranstaltungen, Informations- und Projektarbeit des Vereins schaffen Möglichkeiten, die unter 2.3 genannten Vereinskernpunkte tiefer zu verstehen und zu praktizieren. U.a. wird so die Harmonie im Verein gestärkt.

Durchführung von Mediationen (Vermittlungsarbeit in Konflikten), insbes. dort wo wirklich Verständigung und Versöhnung nötig sind.

Personen werden Möglichkeiten gegeben, Projekte zu beginnen, die den o.g. Vereinszwecken entsprechen. Der Verein will Menschen helfen, ihre Ideen in die Tat umzusetzen und Projektgruppen zu gründen.

Projekte an Schulen, Kindergärten und in anderen Bildungseinrichtungen. Unter anderem sollen Massnahmen durchgeführt werden, die die Entstehung von Schulen und Kindergärten auf der Grundlage von Gewaltfreier Kommunikation und Achtsamkeit ermöglichen.

Internationale Verständigung, Austauschprogramme, Versöhnungsarbeit.

Jugend- und Kinderarbeit.

Umweltschutz, der bei den Ursachen ansetzt.

Der Verein will zur Entstehung und Stabilisierung von Gemeinschaften beitragen.

Vernetzungsarbeit zwischen Personen, Gruppen und Institutionen.

Bei allen Aktivitäten sollen gleichermaßen die Bedürfnisse aller Beteiligten –also auch der Handelnden- berücksichtigt werden.

## § 3 Selbstlosigkeit

**3.1** Der Verein ist selbstlos tätig; er verfolgt nicht in erster Linie eigenwirtschaftliche Zwecke.

**3.2** Mittel des Vereins dürfen nur für satzungsgemäße Zwecke ausgegeben werden. Die Mitglieder erhalten keine Zuwendungen aus Mitteln des Vereins.



**3.3** Es darf keine Person durch Ausgaben, die dem Zweck der Körperschaft fremd sind oder durch unverhältnismäßig hohe Vergütungen begünstigt werden.

## **§ 4 Mitglieder**

**4.1** Mitglieder können natürliche und juristische Personen werden, die die Ziele des Vereins unterstützen.

**4.2** Über Aufnahme eines Mitglieds entscheidet auf Antrag der Vorstand. Bei Ablehnung trifft die Mitgliederversammlung mit einfacher Mehrheit der anwesenden Vereinsmitglieder die endgültige Entscheidung.

**4.3** Die Mitgliedschaft endet durch freiwilligen Austritt, Tod oder Ausschluss.

Ein **vereinfachtes Ausschlussverfahren** kann durchgeführt werden, wenn

1. ein Mitglied länger als ein halbes Jahr nicht mehr erreichbar ist (Postanschrift, Emailadresse, persönlichen Kontakt,...) oder
2. ein Mitglied den jährlichen Mitgliedsbeitrag nicht bis zum 31.03. des Folgejahres gezahlt hat trotz schriftlicher Erinnerung/Mahnung mit dem Hinweis auf einen möglichen Ausschluss und dem Angebot der Stellungnahme dazu.

Der Ausschluss erfolgt durch Beschluss des Vorstandes mit einfacher Mehrheit und wird dem Betroffenen schriftlich mitgeteilt, ggfs. an die dem Verein zuletzt bekannte Adresse.

Bei einem **Vereinsausschluss aus wichtigen Gründen** prüft der Vorstand, ob eine Fortsetzung der Mitgliedschaft für den Verein untragbar ist.

Wichtige Gründe sind zum Beispiel:

- Vereinsschädigendes Verhalten
- Grobe Verstöße gegen die Satzungsziele, insbesondere die Anwendung von Gewalt
- Verleumdungen oder üble Nachrede gegenüber Organmitgliedern
- Verursachung von Zwistigkeiten unter den Mitgliedern
- erhebliche Pflichtverletzungen von Organmitgliedern

Die Aufzählung ist nicht abschließend, es können andere wichtige Gründe vorliegen.

Dem betroffenen Mitglied wird vom Vorstand schriftlich die Möglichkeit zur Stellungnahme innerhalb einer Frist von vier Wochen eingeräumt. Der Vorstand entscheidet mit einfacher Mehrheit auf der nächsten Sitzung über den Ausschluss. Der Beschluss wird dem Mitglied schriftlich mitgeteilt.

Auf der nächsten Mitgliederversammlung informiert der Vorstand die Vereinsmitglieder über den Ausschluss und den wichtigen Grund.



## **§ 5 Beiträge**

- 5.1** Mitglieder des Vereins müssen einen jährlichen Mitgliedsbeitrag entrichten. Die Höhe des Mitgliedsbeitrags wird von der Mitgliederversammlung festgesetzt.

## **§ 6 Organe des Vereins**

Die Organe des Vereins sind

- 6.1** Der Vorstand
- 6.2** Die Mitgliederversammlung
- 6.3** Projekte und Arbeitsgruppen

## **§ 7 Der Vorstand**

- 7.1** Der Vorstand führt die Geschäfte des Vereins.
- 7.2** Der Vorstand im Sinne des § 26 BGB sind drei bis sieben gleichberechtigte Sprecher. Sie vertreten den Verein gerichtlich und außergerichtlich. Jeweils zwei von ihnen sind gemeinsam vertretungsberechtigt.
- 7.3** Der erweiterte Vorstand besteht aus einem bis fünf Beisitzern.
- 7.4** Der Vorstand wird von der Mitgliederversammlung gewählt. Die Mitgliederversammlung bestimmt zunächst die Zahl der zu wählenden Vorstandsmitglieder. Dann werden die einzelnen Posten der Reihe nach mit einfacher Mehrheit gewählt.
- 7.5** Vorstandssitzungen finden jährlich mindestens zweimal statt. Die Einladung zu den Vorstandssitzungen erfolgt schriftlich (per Post oder Email) unter einer Einladungsfrist von mindestens 10 Tagen. Vorstandssitzungen sind beschlussfähig, wenn eine 2/3 Mehrheit besteht. Die Beschlüsse von Vorstandssitzungen sind schriftlich niederzulegen und zu unterzeichnen.

## **§ 8 Die Mitgliederversammlung**

- 8.1** Die Mitgliederversammlung ist die Versammlung der Mitglieder des Vereins. Jedes Mitglied ist stimmberechtigt. Die Mitgliederversammlung ist das höchste



beschlussfassende Gremium des Vereins und bestimmt die Grundlagen der gemeinsamen Arbeit im Konsens.

**8.2** Die Mitgliederversammlung findet einmal im Jahr statt. Die Einladung durch den Vorstand erfolgt schriftlich unter Nennung der Tagesordnung mindestens 3 Wochen vor der Versammlung.

**8.3** Die Mitgliederversammlung hat insbesondere folgende Aufgaben:

**8.3.1** Entgegennahme des Rechenschafts- und Haushaltsberichts des Vorstands

**8.3.2** Entlastung des Vorstands

**8.3.3** Wahl des Vorstands und zweier Kassenprüfer/innen mit einfacher Mehrheit.

**8.3.4** Beschlussfassung über die Ausrichtung der gemeinsamen Arbeit und Satzungsänderungen

**8.4** Über die Mitgliederversammlung wird ein Protokoll angefertigt, das auch die Namen der teilgenommenen Mitglieder enthält. Das Protokoll wird vom Versammlungsleiter/in und Protokollant/in unterzeichnet.

**8.5** Auf Antrag von 1/5 der Mitglieder muss der Vorstand zu einer außerordentlichen Mitgliederversammlung einladen. Ferner ist eine außerordentliche Mitgliederversammlung einzuberufen, wenn es das Vereinsinteresse erfordert.

## **§ 9 Projekte und Arbeitsgruppen**

**9.1** Es können Projekt- oder Arbeitsgruppen gebildet werden, die sich auf die allgemeinen Zielsetzungen des Vereins oder aktuelle Fragestellungen beziehen. Um als Arbeitsgruppe zu gelten, bedarf es der jährlichen Bestätigung durch die Mitgliederversammlung.

**9.2** In jeder Mitgliederversammlung wird über den aktuellen Stand der Arbeit berichtet und ggf. über Fragestellungen beraten.

## **§ 10 Vergütungen für die Vereinstätigkeit**

**10.1** Wenn es die finanzielle Situation des Vereins zulässt, sind die Vorstandsmitglieder berechtigt, sich Aufwandsentschädigungen aus der "Ehrenamtpauschale" nach § 3 Nr. 26a EStG zu zahlen.

**10.2** Der Vorstand ist ermächtigt, Tätigkeiten für den Verein gegen Zahlung einer angemessenen Vergütung oder Aufwandsentschädigung zu beauftragen. Maßgebend ist die Haushaltslage des Vereins.



- 
- 10.3** Zur Erledigung der Geschäftsführungsaufgaben und zur Führung der Geschäftsstelle ist die Mitgliederversammlung ermächtigt, im Rahmen der haushaltsrechtlichen Möglichkeiten, hauptamtliche Beschäftigte einzustellen.
- 10.4** Im Übrigen haben die Mitglieder und Mitarbeiter des Vereins einen Aufwandsersatzanspruch nach § 670 BGB für solche Aufwendungen, die ihnen durch die Tätigkeit für den Verein entstanden sind. Hierzu gehören insbesondere Fahrtkosten, Reisekosten, Porto, Telefon, usw.
- 10.5** Vom Vorstand können per Beschluss im Rahmen der steuerrechtlichen Möglichkeiten Grenzen über die Höhe des Aufwandsersatzes nach § 670 BGB festgesetzt werden.

## **§ 11 Satzungsänderungen**

- 11.1** Änderungen der Satzung oder Geschäftsordnung können durch die Mitgliederversammlung erfolgen. Hierzu sind die Stimmen von 2/3 der anwesenden Mitglieder erforderlich.
- 11.2** Satzungsänderungen, die von Aufsichts-, Gerichts- oder Finanzbehörden aus formalen Gründen verlangt werden, kann der Vorstand von sich aus vornehmen. Diese Satzungsänderungen müssen allen Vereinsmitgliedern alsbald schriftlich (per Post oder Email) mitgeteilt werden.

## **§ 12 Geschäftsordnung und Auflösung des Vereins**

- 12.1** Der Verein kann sich eine Geschäftsordnung geben. Dies erfolgt durch 2/3 der anwesenden Mitglieder auf einer Mitgliederversammlung.
- 12.2** Die Auflösung des Vereins kann nur auf einer Mitgliederversammlung durch die Mehrheit von  $\frac{3}{4}$  der anwesenden Mitglieder beschlossen werden. Ein entsprechender Antrag muss der Einladung zu der Versammlung beigelegt gewesen sein.
- 12.3** Bei Auflösung des Vereins oder bei Wegfall steuerbegünstigter Zwecke fließt ein gegebenenfalls vorhandenes Vermögen an den Verein „Jugendumweltnetzwerk Niedersachsen e.V. (JANUN)“, der es ausschließlich und unmittelbar für gemeinnützige, den Zielen dieser Satzung entsprechende Zwecke, zu verwenden hat.



---

## § 13 Mediation

Entscheidungen erfolgen im Konsens. Streitigkeiten unter Mitgliedern werden grundsätzlich durch Mediation geklärt.

## § 14 Inkrafttreten

**14.1** Diese Satzung tritt durch ihre Verabschiedung durch die Gründungsversammlung und die Eintragung ins Vereinsregister in Kraft.

**14.2** Das Geschäftsjahr ist das Kalenderjahr.

---

*Diese Satzung wurde auf der Gründungsversammlung am 31.12.2005 beschlossen, geändert am 9.7.2006, 06.09.2008, 02.01.2009, 02.01.2010 und in die nunmehr vorliegende Form geändert am 12.11.2022.*