



www.sinnweiser.de

Ansprechpartner:
Robert Deiss (Geschäftsführer)
Tel.: +49176 – 307 368 20
schule@sinnweiser.de
www.sinnweiser.de



Inhalt

DAS PROJEKT 7 CONTINENTS	3
DER VORTRAG.....	5
NORMAN BÜCHER	7

DAS PROJEKT 7 CONTINENTS

7 KONTINENTE • 70 LÄNDER • 700 VORTRÄGE • 1 Ziel

Wenn wir über eine lebenswerte Zukunft sprechen wollen, bin ich der festen Überzeugung, dass wir zunächst einmal die Menschen fragen sollten, um deren Zukunft es geht: Unsere Kinder. Wir Erwachsenen meinen oft zu wissen, was richtig und falsch ist. Eine Eigenschaft haben wir dabei etwas vernachlässigt: Die Fähigkeit zuzuhören. Den jungen Menschen zuzuhören und ihre Meinungen ernst zu nehmen. Ohne Bewertung, ohne Vorurteil, ohne eigene Meinung. Einfach offen zu sein für die Sichtweisen der jungen Menschen. Und vor allem die jungen Menschen zu Wort kommen lassen.

Und genau darum geht es bei 7 CONTINENTS. Ich höre den jungen Menschen zu und möchte verstehen, wie sie über die Zukunft denken. Ich möchte die Welt durch die Augen unserer Kinder betrachten. Welche Träume sie haben, was ihnen Angst macht, was sie gerne verändern möchten, welche Zukunftserwartungen sie haben. Was wollen junge Menschen wirklich? Was verbindet Kinder und Jugendliche auf allen Kontinenten? Wir schauen oft darauf, was uns als Menschen trennt. Auf die Unterschiede und Gegensätze. Doch wo liegen unsere Gemeinsamkeiten?



Warum ich das Projekt 7 CONTINENTS und die 7 CONTINENTS ACADEMY ins Leben gerufen habe

Meine größte Hoffnung für eine lebenswerte Zukunft ist die Begeisterung und das Engagement von jungen Menschen. Ich bin zutiefst davon überzeugt, dass jeder junge Mensch das Potenzial hat, einen positiven Unterschied zu bewirken und die Welt ein kleines Stück besser zu machen.

Junge Menschen zu ermutigen und auf ihre Macht aufmerksam zu machen – das ist mein Beitrag für ihre Zukunft und damit die Zukunft unseres Planeten.



Das Projekt

Jungen Menschen weltweit eine Stimme geben. Das ist das Ziel des Projekts 7 CONTINENTS. Dafür läuft Norman Bücher innerhalb von sieben Jahren knapp 20.000 Kilometer durch 70 Länder auf allen Kontinenten und spricht mit den jungen Menschen. Auf der Straße, in Schulen, auf Hinterhöfen und Sportplätzen, in großen Megacities und in kleinen Dörfern.

Den Rahmen für die Gespräche bilden sieben Fragen. Es geht dabei um Träume und Ängste, um die Zukunft, um Glück und Veränderung, um die Bedeutung von Natur und die Botschaft, die die jungen Menschen den Staats- und Regierungschefs mitteilen möchten.

Die grundlegende Idee ist, die Anliegen der jungen Menschen auf der ganzen Welt zu sammeln, weiterzugeben und sie am Schluss im September 2025 zum UN-Hauptquartier nach New York zu tragen.

20.000 gelaufene KM

1.000.000 Stimmen

700 Vorträge

DER VORTRAG 7 CONTINENTS - Jungen Menschen eine Stimme geben -



7 CONTINENTS ist ein Vortrag über unsere Erde. Es ist ein Vortrag über uns, über jeden einzelnen von uns. Es ist ein bewegendes und bildgewaltiges Erlebnis, das die Teilnehmer berührt, zum Nach- und Umdenken anregt sowie zum Handeln bewegt. Ziel des Vortrags ist es, den jungen Menschen Mut für Veränderungen zu machen, einen Bewusstseinswandel anzustoßen und Impulse zu geben, wie sie selbst etwas in ihrem eigenen Umfeld bewegen können.

Auf Grundlage des Projektes 7 CONTINENTS zeige ich den Schüler*innen, warum die Natur nicht den Menschen braucht, aber der Mensch die Natur. Aber dass jede Veränderung im Großen immer bei Veränderung im Kleinen bei uns selbst beginnt:

- Die Schüler*innen wissen, warum es **Eigenverantwortung** braucht, um die Welt zu verändern.
- Sie verstehen, wie jeder in der Lage ist, im Rahmen seiner Möglichkeiten **selbstwirksam** einen Beitrag zu leisten und etwas zu bewegen.
- Sie setzen sich mit **Veränderungsbereitschaft** auseinander und der Frage, auf was sie bereit sind zu verzichten.
- Sie erkennen, dass **Werte** die Grundbedingung für eine lebenswerte Zukunft sind.
- Sie lernen, warum unsere **innere Haltung** und unser **tägliches Handeln** entscheidend sind, um zu schützen, was wir lieben, und eine lebenswerte Zukunft zu schaffen.

Die zahlreichen Bilder, Beispiele und Interaktionen - eine Mischung aus persönlichem Reisebericht, wissenschaftlichen Fakten und emotionalen Geschichten - gehen unter die Haut, erreichen die jungen Menschen und hinterlassen nachhaltig Spuren bei ihnen.

WAS SIE SONST NOCH WISSEN MÜSSEN

Vortrag

- **Vorbereitung:** Die Schule erhält im Voraus die sieben Fragen des Projekts, damit sich die teilnehmenden Schüler*innen auf den Vortrag vorbereiten und einstimmen können.
- **90 min** (inkl. Frage- und Diskussionsrunde)
- für Schüler*innen (**ab Klasse 5**)
- **Abschluss:** Ausrollen der 7 CONTINENTS-Fahne (Maße 10m * 6m!), das Symbol von 7 CONTINENTS, das mit auf Tour um die Welt geht und auf der jede/r Schüler*in unterschreiben darf.



NORMAN BÜCHER

„What you do makes a difference. And you have to decide what kind of difference you want to make.“



Norman Bücher ist Extremläufer, Speaker und Autor. Seit über zwanzig Jahren läuft er Marathons und Ultramarathons und stellt sich den extremsten sportlichen Herausforderungen in der ganzen Welt. Nach erfolgreichen Jahren in der Unternehmensberatung gibt er im Jahr 2008 seine gesicherte Existenz auf, um sich voll und ganz seiner großen Leidenschaft, dem extremen Ausdauersport, zu widmen.

Doch 2015 merkt er, dass schneller, weiter und besser ihm nicht mehr genug ist. Seine damals 5jährige Tochter zeigt ihm, dass es um viel mehr geht: Um die Zukunft unseres Planeten. Mit seinem Projekt **7**

CONTINENTS macht Norman es sich zur Aufgabe innerhalb von 7 Jahren insgesamt 20.000 km in 70 Länder auf 7 Kontinenten zu laufen, um die Stimmen von Jugendlichen weltweit zu sammeln und in das UN-Hauptquartier nach New York zu tragen. Sein Ziel: Er will, dass die Jugendlichen dieser Welt von den Erwachsenen gehört und ihre Anliegen ernst genommen werden. Denn für Norman ist klar, dass die zu entscheiden haben, um deren Zukunft es geht.

VITA

7 CONTINENTS ACADEMY gemeinnützige UG, Gründer & Geschäftsführer (2020)

Projekt 7 CONTINENTS, Initiator (Seit 2017)

5 Sterne Redner, Speaker (Seit 2010)

Norman Bücher – break your limits, Extremläufer, Vortragsredner & Autor (Seit 2008)

dbu Unternehmensberatung GmbH Karlsruhe, Consultant (2007-2008)

MIS GmbH München, Consultant (2006)

Diplom-Betriebswirt, Berufsakademie Karlsruhe & Open University London (2003)

QUALIFIKATIONEN (AUSWAHL)

Diplom Sport- und Fitnesstrainer, IST – Studieninstitut (2008)

Fitnesstrainer B-Lizenz, IST – Studieninstitut (2008)

Diplom Sportmarketing-Manager, IST – Studieninstitut (2007)

PRESSE (AUSWAHL)

Aachener Zeitung
Augsburger Allgemeine
brand eins
Main Post
Manager Seminare
Manager Magazin
Mitteldeutsche Zeitung
Spiegel
Stern TV
Süddeutsche
Thüringer Allgemeine
Welt am Sonntag



PUBLIKATIONEN (BÜCHER)

„7 CONTINENTS – Das Reisebuch (Europa)“ (2020)

„7 CONTINENTS – Mein Lauf um die Welt, zu den Menschen und zu mir selbst “ (2020)

„Atacama – Das Erfolgstagebuch“ (2017)

„Live Your Adventure – 40 faszinierende Ultratrails“ (2016)

„Abenteuer Motivation: Impulse eines Extremläufers “ (2014)

„Extreme Abenteuer: Über Grenzen laufen“ (2013)

„break your limits: Grenzerfahrungen aus dem Extremsport erfolgreich nutzen“ (2012)

„Mentale Stärke“ (2012)

„EXTREM: Die Macht des Willens“ (2011)

AUSZEICHNUNGEN

Best Media Award, 5 Sterne Redner (2019)

Best Brand Award, 5 Sterne Redner (2017)

5 Sterne Redner Spezialpreis, 5 Sterne Redner (2010)

VIDEOS

[TEDxFreiburg: Warum ich durch 70 Länder laufe](#)

[Die Martin Wacker Show](#)

WEBSEITEN

[Norman Bücher](#)

[7 CONTINENTS](#)

[7 CONTINENTS ACADEMY](#)