



1. **Erbij horen**

1. Stel jezelf kort voor. Wat betekent erbij horen voor jou?
2. Wanneer voelde jij je er helemaal erbij horen?
3. Sluit je ogen. Hoe ziet Heemstede eruit als iedereen erbij hoort?
4. Wat is je eerste stap om anderen het gevoel geven erbij te horen?

2. **Samen leven in ... [plaats]**

1. Stel je voor, beschrijf een moment waarop je je echt een ... [Amsterdammers/Rotterdammer/etc] voelde
2. In ... [plaats] wonen velen culturen samen, vertel je meest positieve ervaring waar het samenleven goed ging?
3. Droom van jouw ideale samenleving in ... [plaats].
4. Wat is je eerste stap om goed samen te leven in ... [plaats]?

3. **Gaan voor je stad!**

1. Stel jezelf voor, wat doe je en wat betekent het thema "Gaan voor je stad" voor je?
2. Wat was je mooiste ervaring, toen je ergens voor ging in je stad?
3. Hoe zou je stad er uitzien als je je hart zou volgen?
4. Waar zet je je morgen met hart en ziel voor in?

4. **LUISTER NOU!**

1. Stel je kort voor en zeg wat het thema "Luister nou!" bij je oproept.
2. Vertel een positieve ervaring over luisteren. Weet je nog wanneer er naar jou geluisterd werd?
3. Doe je ogen eens dicht: "Hoe zou jouw buurt eruit zien als iedereen naar elkaar luisterde?"
4. Wat is morgen jouw persoonlijke inbreng, welk nieuw geluid wil je laten horen?

5. **Gastvrijheid**

1. Stel jezelf kort voor en wat roept gastvrijheid bij je op?
2. Vertel een positief verhaal van je zelf waarbij je gastvrijheid hebt ontvangen of gegeven.
3. Hoe ziet voor jou een gastvrij 'Rijswijk' eruit?
4. Wat is je eerste stap om deze droom dichterbij te halen?

6. **Hoe voelt [plaatsnaam]?**

1. Hoe heet je, wat is je relatie met [plaatsnaam] en hoe voelt [plaatsnaam] voor jou?
2. Op welk moment of welke situatie voelde dit het sterkst?
3. Welke droom of verlangen heb je om een goed gevoel te hebben in [plaatsnaam]?
4. Welke stap ga/kun je nemen om je droom waar te laten worden?

7. **Smaken verschillen**

1. Stel je kort voor. Hoe zou je je eigen "smaak" omschrijven

2. Hoe was het toen je (voor het eerst) met een andere “smaak” in aanraking kwam. Hoe heeft dit jouw leven beïnvloed?
3. Jij bent dé smaakmaker 2009. Wat ga je propageren?
4. Hoe ga je morgen jouw smaak met anderen delen?

8. “LEVE DE VRIJHEID”

1. Stel jezelf voor. Als je hoort “leve de vrijheid” waar denk je dan aan?
2. Zijn er momenten in je leven dat je je wel of niet vrij hebt gevoeld?
3. Maak je even los van dit gesprek en stel jezelf voor dat iedereen in Heemstede zich vrij voelt. Kan je omschrijven wat je ziet, hoort, ruikt, voelt, bespreekt, meemaakt?
4. Hoe kun jij anderen het gevoel van vrijheid geven? Wat is het eerste dat je gaat doen als je

9. In beweging komen

1. Stel je zelf voor en wat beweegt, motiveert of geeft jouw energie?
2. Wat heb je ervaren toen je in beweging kwam?
3. Als je je ogen sluit, wie of wat komt er dan in jouw dromen in beweging in Amsterdam?
4. Wat ga jij morgen doen om jezelf in beweging te houden (of krijgen)?

10. Heb 't Lef

1. Stel je kort voor, wat betekent lef voor jou?
2. Benoem een situatie in je leven waar je lef voor nodig had.
3. Sluit je ogen, hoe zou jouw wereld eruit zien als de mensen meer lef zouden hebben?
4. Maak deze zin af: Na deze dialoog heb ik het lef om.....

11. Jouw zorg is mij'n zorg!

1. Noem je naam en vertel wat het thema Jouw zorg is mij'n zorg! Voor je betekent?
2. Vertel je meest positieve ervaring met zorg voor jezelf en/of anderen.
3. Droom van de ideale zorg geven of ontvangen, hoe ziet dat eruit, hoe voelt dat voor jou?
4. Wat ga jij vanaf vandaag doen om deze droom dichterbij te halen?

12. Alles uit de kast

1. Stel je kort voor, Wat is je lievelingskast en wat zit erin?
2. Kun je een voorbeeld geven waarbij je alles uit de kast hebt gehaald?
3. Stel je voor, je hebt een nieuwe kast, hoe ziet die eruit, doe hem open en wat zit erin?
4. Ga terug naar je eigen kast, welke kostbaarheid geef je morgen cadeau en aan wie?

13. Over de brug komen

1. Stel je kort voor, wat is je favoriete brug en wat maakt die brug zo speciaal?
2. Vertel over een moment waarbij het voor jou bijzonder was om over de brug te komen?
3. Doe allemaal je ogen dicht, stel je voor, je staat voor een hoge/ lange brug en wat vind je aan de overkant van de brug dat de moeite waard is om deze reis te gaan maken?
4. Welke stap ga je komende week doen om dichterbij je droom te komen?

14. Hoezo anders?

1. Stel je kort voor, in hoeverre zie je jezelf anders dan andere mensen.
2. Vertel iets over een moment waarin je het gevoel had dat je anders was.
3. Sluit je ogen, hoe zou je omgeving eruit zien als iedereen anders is?
4. Wat ga je morgen doen om je droom te verwezenlijken?

15. Vriendschap

1. Stel jezelf kort voor, wat versta je onder vriendschap?

2. Vertel over bijzondere ervaringen die je met vrienden hebt gehad.
3. Doe je ogen dicht, wat is voor jou een ideale vriendschap?
4. Wat ga je morgen doen om je droom te verwezenlijken?

16. Wie is je held / wie zijn je helden?

1. Stel je kort voor en wie is jouw held?
2. Vertel een ervaring hoe je jouw held hebt gevonden.
3. Doe je ogen dicht; Hoe zou jouw omgeving eruit zien als jouw helden aanwezig zouden zijn?
4. Wat is je eerste stap om dichterbij je held te komen?

17. De Dialoog als kans

1. Stel je kort voor wat betekent Dialoog voor jou?
2. Vertel een persoonlijke ervaring die je met gelijke kansen hebt meegemaakt.
3. Sluit je ogen, hoe zou je leefomgeving eruit zien als iedereen gelijke kansen had?
4. Wat doe je morgen om ervoor te zorgen dat iedereen gelijke kansen krijgt?

18. Geluk

1. Stel je kort voor en wat komt bij je op bij 'Geluk'?
2. Wat heeft jou het meest geraakt toen je geluk meemaakte?
3. Doe je ogen dicht, en hoe zou je wereld eruitzien, als iedereen gelukkig zou zijn?
4. Wat is je eerste stap om je droom waar te maken en wat heb je daarvoor nodig?

In English:

19. Make dialogue happen! Everywhere in Europe! (European ENAR-conference, Doorn 2008)

1. Introduce yourself, who are you, where are you from and what are you doing? What does dialogue mean to you?
2. Share your most positive experience with dialogue.
3. Close your eyes. Imagine how does your country change using dialogue? What do you see?
4. What can you do now, tomorrow, to bring this dream closer to you?

20. Belonging!

1. Introduce yourself briefly. What does belonging mean to you?
2. When did you have a complete sense of belonging? Where was that? How did it happen?
3. What does your town look like if everybody feels this sense of belonging?
4. What is your first step to give other people the feeling that they belong?