

Hey ihr Lieben,

ich hoffe, ihr hattet entspannte Feiertage und habt die politischen Diskussionen unterm Weihnachtsbaum gut überstanden! Jetzt sind wir in dieser seltsamen Zeit „zwischen den Jahren“, wo man sich fragt, was das neue Jahr wohl bringen wird. Viele nehmen sich vor: Mehr Sport, gesünder essen... aber wie wäre es mit: Mehr Einmischen?

Dazu hat mich eine Nachricht erreicht, die ein Gefühl beschreibt, das ich sehr gut kenne: *„Das neue Jahr fängt an und ich nehme mir immer vor, mich mehr zu engagieren. Aber ehrlich gesagt: ich darf noch nicht mal wählen und was kann ich als einzelner junger Mensch schon wirklich verändern? Lohnt sich der Vorsatz überhaupt?“*

Wow, das ist eine sehr ehrliche und wichtige Frage. Dieses Gefühl der Ohnmacht – dass „die da oben“ eh machen, was sie wollen – ist der größte Feind der Demokratie. Aber ich habe eine gute Nachricht für dich, quasi als Neujahrs-Motivation: Du bist viel mächtiger, als du glaubst!

**Das große Missverständnis: Politik ist nicht nur Berlin**

**Zum einen** hast du recht: Die Bundespolitik in Berlin oder die Europapolitik in Brüssel wirken oft riesig, langsam und weit weg. Als Einzelner fühlt man sich da schnell wie ein Sandkorn am Strand.

**Zum anderen** – und das ist der entscheidende Punkt – ist das nur ein kleiner Teil der Wahrheit. Demokratie passiert nicht nur im Fernsehen. Sie passiert direkt vor deiner Haustür. Überleg mal:

Ob der Bus zu deiner Schule pünktlich kommt oder ob es einen Nachtbus am Wochenende gibt...

Ob der Skatepark saniert wird oder ob es genug sichere Fahrradwege gibt...

Ob das Essen in der Mensa schmeckt und nachhaltig ist...

Ob in deinem Jugendclub die Öffnungszeiten gekürzt werden...

...das alles sind **politische Entscheidungen!** Aber die werden nicht von Friedrich Merz in Berlin getroffen, sondern von Lokalpolitiker\*innen in deinem Rathaus, im Bezirk Harburg oder von der Schulleitung. Und genau da hast du Einfluss!

Niemand weiß besser als du und deine Freund\*innen, was in eurem Stadtteil, eurer Schule oder eurem Dorf fehlt oder nervt. Ihr seid die Expert\*innen für eure Lebenswelt. Und eine gute Demokratie braucht dieses Expertenwissen.

Wenn du noch nicht wählen darfst, heißt das nicht, dass du keine Stimme hast. In vielen

Städten gibt es Jugendparlamente, die ein eigenes Budget haben und echte Vorschläge machen können, die der Stadtrat diskutieren *muss*.

Und selbst ohne offizielles Amt: Lokalpolitiker\*innen (Bürgermeister\*innen, Bezirksamtleiter\*innen) sind viel nahbarer als man denkt. Man kann ihnen E-Mails schreiben, in ihre Bürgersprechstunden gehen oder sie auf Social Media anschreiben. Oft sind sie dankbar für konkrete Hinweise von jungen Leuten, weil sie diese Perspektive sonst gar nicht hätten.

### Dein „Mitmach-Starter-Kit“ für 2026:

Du musst nicht gleich die Welt retten. Fang klein an! Hier sind drei Ideen, wie du im neuen Jahr vom Zuschauer zum Gestalter wirst:

**Der „Was nervt mich?“-Check (Level: Easy):** Geh diese Woche mal mit offenen Augen durch deinen Alltag. Was stört dich wirklich? Die dunkle Ecke im Park, wo eine Laterne fehlt? Der Müll auf dem Sportplatz? Such dir **eine** konkrete Sache aus. Und dann finde heraus, wer dafür zuständig ist (meistens das Rathaus oder ein lokaler Verein) und schreib eine freundliche, aber klare Mail mit der Bitte um Änderung. Du wirst staunen, wie oft das funktioniert!

**Verbündete suchen (Level: Medium):** Alleine ist man schnell frustriert. Gibt es eine Gruppe, die schon aktiv ist? Die Schülervertretung (SV) an deiner Schule, die Jugendabteilung im Sportverein oder bei der Feuerwehr, eine lokale Umweltgruppe? Schau da mal vorbei. Gemeinsam macht es mehr Spaß und man ist lauter.

**Die „Nervensäge“ für das Gute sein (Level: Pro):** Geh mal zu einer öffentlichen Sitzung der Bezirksversammlung oder des Schulausschusses (die Termine sind oft online). Setz dich einfach hinten rein und hör zu. Das zeigt den Erwachsenen: „*Hallo, wir sind auch noch da und wir interessieren uns!*“ Das allein kann schon Druck aufbauen.

Denn Demokratie ist ja kein Zuschauersport. Sie lebt von Leuten, die nicht nur meckern, sondern machen. Dein Engagement lohnt sich immer, denn selbst wenn du nur eine kleine Sache vor Ort verbesserst, machst du das Leben für viele Menschen ein bisschen besser.

Lass uns 2026 zu dem Jahr machen, in dem wir uns einmischen!

Einen fantastischen Start ins neue Jahr wünscht euch,  
euer Dr. Sommer der Demokratie



Ob Aufklärung über populistische Parolen, Hintergrundwissen zu den Grundrechten oder Hilfe bei politischen Fragen: Dr. Sommer der Demokratie ist für dich da! Schreib ihm mit Betreff an „Dr. Sommer der Demokratie“ an

### Related Post



Sommer im Park -  
mit Hape und dem  
Doktor

Kritische  
Betrachtung

Macht der  
Gewohnheit

Rente trifft  
Einkommen

