



TANTE OLGA



SEMINARSTART
05.04.2019
8 Termine

DEIN WEG IN EIN NACHHALTIG NACHHALTIGES LEBEN

Dauerhaft nachhaltig und glücklich Leben

Nachhaltig leben – wir alle wissen, dass wir es sollten – aber warum fällt es uns dennoch so schwer, es im Alltag umzusetzen?

Die Akademie Nachhaltigkeit begleitet dich auf dem Weg in ein Nachhaltiges Leben. Wir gehen individuell auf deine Situation ein (ob mit Kindern und Familie, ob ohne, ob arm, ob reich, ob Stadt ob Land). Wir schauen uns an was nachhaltiges Leben überhaupt bedeutet, wie du deinen und euren Alltag nachhaltig auf Nachhaltig umstellen könnt, ohne Jojo-Effekt, ohne Rückfall.

Klarer Fokus liegt bei dieser Fortbildung darauf, wie wir **nachhaltig besser, günstiger, zufriedener und glücklicher leben** können - Wie wir aus einem Sollen ein Wollen und sogar ein wir-wollen-gar-nichts-anderes-mehr, machen können.

Modul 1 Auftaktveranstaltung **04.05., 16:30-19:30 Uhr**

Kennenlernen - Bedürfnisse artikulieren - Ziele festlegen.
Was für ein Mensch möchte ich sein?
Die Säulen der Nachhaltigkeit.

Modul 2 Zero Waste & Aufräumen **15.05., 18:00-20:30 Uhr**

Warum ist Müll ein Problem?
Refuse, Reduce, Reuse, Recycle
Ausmisten: Wohnung und Leben.

Modul 3 Reinigungsmittel und Körperpflege **22.05., 18:00-20:30 Uhr**

Zero Waste Kosmetik und Körperpflege.
DIY Reinigungsbausteine.
Dekorative Kosmetik.

Modul 4 Konsumgüter & Arbeit **29.05., 18:00-20:30 Uhr**

Befreiung vom Überfluss.
Nachhaltige Alternativen zu Konsumgütern.
Alternative Lebensmodelle.

Modul 5 Ernährung & Gesundheit **12.06., 18:00-20:30 Uhr**

Ernährungsmythen abbauen.
Was bedeutet nachhaltige Ernährung?
Weltweite Zusammenhänge erkennen.
Strategien zur Integration in den Alltag.

Modul 6 Banken, Stromversorger & Co. **19.06., 18:00-20:30 Uhr**

Nicht-nachhaltige Versorger erkennen.
Alternativen finden.
Gemeinwohlökonomie.

Modul 7 Mobilität & Urlaub **26.06., 18:00-20:30 Uhr**

Was ist nachhaltige Mobilität.
Organisation von Arbeit und Freizeit.
Nachhaltig Reisen.

Modul 8 Der Sinn des Lebens. **06.07., 16:30-19:30 Uhr**

Was braucht es für ein glückliches Leben?
Gesellschaftliche Bedeutung vom Ehrenamt.
Wie geht es weiter?

shop@tante-olga.de
Mo-Fr, 10-19, Sa, 10-15

Mehr Infos unter tante-olga.de/akademie/
Anmeldung akademie@tante-olga.de

  @AkademieNachhaltigkeit