

Bildungs- offensive Klima

MAINZ **Zero** 

Bildungs- offensive Klima

- 4 Grußwort des Oberbürgermeisters
- 5 Zeit, umzudenken: Klimabildung und -information für konsequenten Umweltschutz!

6 Information und Wissen

18 Politik

22 Praktisches Handeln

31 Erfahrbarkeit

35 Impressum

Liebe Mainzerinnen und Mainzer,

Klimaschutz ist längst keine abstrakt weltpolitische Herausforderung mehr, sondern auch kommunale Aufgabe. Wir sind von den Klimawandelfolgen betroffen. Unser Einsatz entscheidet über die Temperatur, die Luft und die Schadstoffe, rundum: die Lebensqualität in unserer Stadt. Klimaschutz ist Daseinsvorsorge im wahrsten Sinne des Wortes.

Nur wer die naturwissenschaftlichen Zusammenhänge versteht, wer die Fakten und ebenso die Handlungsmöglichkeiten kennt, kann sich vernünftig verhalten und andere überzeugen.

Der Mainzer Stadtrat hat im Dezember 2021 beschlossen, den Klimaschutz in Mainz konsequent voranzutreiben, und dabei auch die Notwendigkeit von Information und Klimabildung betont. Ich freue mich, dass die Volkshochschule Mainz und MainzZero gemeinsam mit

vielen zivilgesellschaftlich engagierten Gruppen die Initiative ergriffen haben und diese Broschüre vorlegen.

Meine herzliche Einladung an alle Bürgerinnen und Bürger unserer Stadt: Nehmen Sie an den angebotenen Veranstaltungen teil und nutzen Sie das vielfältige Angebot.

Ihr
Michael Ebling
 Oberbürgermeister



Zeit, umzudenken: Klimabildung und -information für konsequenten Umweltschutz!

Im Pariser Klimaabkommen von 2015 wurde verbindlich vereinbart, wie die menschengemachte Erwärmung durch den Treibhauseffekt gebremst werden kann („1,5-Grad-Ziel“). Inzwischen ist das nur noch mit verstärkten Anstrengungen auf globaler, nationaler und kommunaler Ebene zu erreichen. Kommunale Aktivitäten, wie sie MainzZero propagiert, werden letztlich nur greifen, wenn die Bürger/-innen es zu ihrer Sache machen. Und das werden sie nur dann tun, wenn sie über die Klimakrise Bescheid wissen und einen Weg sehen, Maßnahmen in ihrem Umfeld umzusetzen. „Man liebt nur, was man kennt, und man schützt nur, was man liebt“ – so hat Konrad Lorenz das ausgedrückt, was auch Anliegen der Bildungsoffensive Mainz ist. Deshalb halten Sie diese Broschüre in der Hand!

Bildungsoffensive Mainz: Das ist ein Zusammenschluss wichtiger Akteure Mainzer Umweltaktivisten unter dem Dach von MainzZero: BUND, BUND-Jugend, Förster, Scientists4 Future, Naturhistorisches Museum und andere.

Und nicht zuletzt die Volkshochschule Mainz, die mit ihrem breiten Angebot und ihrer institutionellen Unterstützung einen wesentlichen Anteil am Zustandekommen dieser Broschüre trägt. Die Stadt Mainz hat der Volkshochschule als dem kommunalen Bildungsdienstleister in Mainz den Auftrag erteilt, zur Umsetzung des Stadtratsbeschlusses vom 24. November 2021 „Konsequenten Klimaschutz weiter vorantreiben“ in Kooperation mit den Partnern aus der Zivilgesellschaft diese Informations- und Bildungsoffensive zu gestalten.

Was kaum bekannt ist, zeigt diese Broschüre vor allem: Wie vielfältig das Angebot an Mainzer Bildungs- und Informationsangeboten bereits ist! Das reicht von Basisinformationen über anspruchsvolle wissenschaftliche Beiträge bis hin zu erleb- und unmittelbar umsetzbaren Handlungsvorschlägen. Es geht auch darum, diejenigen, die bereits Umweltbildung betreiben, zum Mitmachen aufzufordern. Wenden Sie sich einfach an uns und wir gehen dann gemeinsam den nächsten Schritt: Aufbau eines Internet-Auftritts, der – jeweils aktuell – die Palette der Angebote noch breiter präsentieren kann.

Information und Wissen

Fortbildung zur Fachkraft Bildung für nachhaltige Entwicklung im Elementarbereich

Zielgruppe: Die vierteilige Fortbildungsreihe richtet sich an Erzieher/-innen in Kindertagesstätten, an Fachberater/-innen und an Lehrkräfte an Fachschulen für Sozialpädagogik, die in ihren Einrichtungen, bei Trägern und Trägerverbänden als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren wirken wollen. Außerdem sind Studierende und Auszubildende angesprochen. Bildung für nachhaltige Entwicklung ist als Querschnittsthema in den Bildungs- und Erziehungsempfehlungen (BEE) für Kindertagesstätten in RLP verankert. Die Inhalte der Fortbildung orientieren sich daran.

Neben den Querschnittsaufgaben Kinder stärken und lernmethodische Kompetenz werden die Bildungsbereiche Wahrnehmung, Sprache, Bewegung, künstlerische Ausdrucksformen, gestalterisch-kreativer Bereich, Gestaltung von Gemeinschaft und Beziehung, Mathematik – Naturwissenschaft – Technik und Naturerfahrung – Ökologie angesprochen.

Hinweis: Die Teilnehmenden erhalten ein Zertifikat als Fachkraft für Bildung für nachhaltige Entwicklung im Elementarbereich. Das Zertifikat wird vom Land Rheinland-Pfalz erteilt.

Fortbildung zur Fachkraft Bildung für nachhaltige Entwicklung im Elementarbereich

aktuelle Kurse sind auf www.umdenken.de zu finden
4 Module, jeweils dreitägig

Entgelt: pro Modul 170,- €

an verschiedenen Orten in Rheinland-Pfalz
Landeszentrale für Umweltaufklärung des Landes Rheinland-Pfalz

Anmeldung: www.umdenken.de

Wasserstoff als Schlüssel für die Dekarbonisierung und Versorgungssicherheit?!

Wie kann Wasserstoff dazu beitragen, unsere industrielle Produktion und unseren Verkehr zu dekarbonisieren? Ist der Wasserstoff „nur“ ein Energiespeicher oder welche anderen Nutzungsmöglichkeiten bietet er? Welche Nutzungen hat die Wissenschaft bereits für die Anwendung erforscht und in welchem Zeitraum kann mit einer praktischen Umset-

zung gerechnet werden? Wer besitzt große Potenziale zur Erzeugung von grünem Wasserstoff? Wo kann Wasserstoff kostengünstig erzeugt werden? Wie kann Wasserstoff vom Produktionsstandort zum Einsatzort transportiert werden? Diese und weitere Fragen wollen wir im Rahmen des Vortrags beleuchten und so über die Chancen und Grenzen der Nutzung von Wasserstoff informieren.

Wasserstoff als Schlüssel für die Dekarbonisierung und Versorgungssicherheit?!

Kurstage: 1, UStd.: 3, **Entgelt:** 10,- €

vhs-Haus

Volker Hans

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de,
www.vhs-mainz.de

Kursnummer: XD24140

Fr., 10. 6. 2022, 17.00–19.15 Uhr

Kursnummer: XE24140

Mi., 9. 11. 2022, 18.30–20.45 Uhr

Ethisch-nachhaltige Geldanlage

Im Zuge der erstarkenden Nachhaltigkeitsbewegung in- und außerhalb der Kirchen gerät ein Feld vermehrt in den Blick: die Finanzwirtschaft und die dort herrschende Investmentkultur. Neben der vielfältigen Kritik gerade am Finanzkapitalismus hielt jedoch zugleich vielerorts die Erkenntnis Einzug, dass auch Kirchen nicht außerhalb ökonomischer Zusammenhänge stehen – allein durch die Verwaltung der Kirchensteuermittel und durch Vorsorge für Bezüge und Pensionen der Mitarbeitenden sind sie in die Finanzwirtschaft eingebunden.

Doch wie, wo und wofür das eigene Geld eingesetzt wird, sollte sowohl der Institution Kirche als auch jedem (Christen-)Menschen nicht gleichgültig sein. Geldanlagen können auf vielfältige Weise negative Effekte mit sich bringen und sind folglich ethisch nicht neutral.

Welche Ansätze können auf institutioneller, aber auch auf individueller Ebene verfolgt werden? Welche Probleme ergeben sich? In einem kurzen Impulsvortrag wird zunächst das Spektrum der Strategien nachhaltiger Geldanlage vorgestellt. Danach bleibt Raum für Fragen und Diskussion.

Eine Veranstaltung des Bildungswerks Bistum Mainz, Kath. Bildungswerk Rheinhessen

Sie benötigen: einen Internetzugang, einen Browser sowie einen Lautsprecher

Ethisch-nachhaltige Geldanlage

Mo., 4. 7. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 5,- €

Online

(kostenfrei für Studierende, Schüler/-innen, Auszubildende, Beschäftigte in Kurzarbeit oder Elternzeit, Geringverdienende, Arbeitslose u. Ä.)

Dr. Jennifer Achten-Gozdowski, Referentin für Ökonomie und Finanzpolitik, Zentrum gesellschaftliche Verantwortung der EKHN

Anmeldung: bw.rheinhessen@bistum-mainz.de

KLIMAKademie

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler der Oberstufe

Die KLIMAKademie ist ein Projekt für Schülerinnen und Schüler, die sich für ein wirkliches Verständnis des Klimas, der Konsequenzen des Klimawandels und unserer Handlungsoptionen interessieren.

In Workshops arbeiten wir gemeinsam an den Themen Klimaphysik, Grundlagen nachhaltiger Energieversorgung, Biodiversität und Klima sowie Weiterdenken und Handeln. Veranstalter der Johannes Gutenberg-Universität Mainz:

- Grüne Schule im Botanischen Garten
- Institut für Physik
- Institut für Physik der Atmosphäre

KLIMAKademie

Mo., 1. 8. – Do., 4. 8. 2022

Kurstage: 4, **Entgelt:** 0,- €

Campus der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Anmeldung/Bewerbungsformular:

<https://www.schule.physik.uni-mainz.de/klimakademie/>

Die Treiber der Klimakrise – wissenschaftliche Grundlagen und unsere Optionen

Prof. Dr. Mark Lawrence, wissenschaftlicher Direktor des Instituts für transformative Nachhaltigkeitsforschung in Potsdam, berichtet in seinem Vortrag über die Grundlagen der Klimaphysik, den aktuellen Stand der Wissenschaft, über unsere Handlungsmöglichkeiten und die Zukunft.

Der Vortrag findet statt im Rahmen der mehrtägigen KLIMAKademie für Oberstufenschüler/-innen, ist aber auch offen für Nicht-Teilnehmer/-innen der KLIMAKademie.

Veranstalter der Johannes Gutenberg-Universität Mainz:

- Grüne Schule im Botanischen Garten
- Institut für Physik
- Institut für Physik der Atmosphäre

Die Treiber der Klimakrise – wissenschaftliche Grundlagen und unsere Optionen

Mo., 1. 8. 2022, 16.00 – ca. 17.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 0,- €

Hörsaal im Institut für Molekulare Biologie, Ackermannweg 4 auf dem Campus der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Prof. Dr. Mark Lawrence, Institut für transformative Nachhaltigkeitsforschung, Potsdam

Keine Anmeldung erforderlich

HaZweiO – über Klima, Eisberge und Pflanzen

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler – experimentelle Ferientage

Das Projekt *HaZweiO – über Klima, Eisberge und Pflanzen* ist ein neues, interdisziplinäres Projekt aus den Bereichen Biologie und Chemie. Es geht dabei um verschiedene Aspekte rund um das Thema Klima und Wasser hinsichtlich Verfügbarkeit von Wasser, Pflanzen im Klimawandel, Schmelzen von Gletschern und Polareis u. v. m. Für das Projekt wurden neue Experimente entwickelt sowie Arbeitsblätter erstellt. Die Schülerinnen und Schüler arbeiten eigenständig zu den Themen: Erhöht sich der Meeresspiegel beim Schmelzen von Eisbergen und Gletschereis? Was ist die Anomalie von Wasser? Warum versauern Ozeane? Welche Auswirkungen hat Versalzung bei Trockenheit? Wie reagieren Pflanzen regional und global auf immer häufiger werdende Dürreperioden? Die Schüler/-innen sollen für diese Themen sensibilisiert und mit fachlich fundierten Kenntnissen ausgestattet werden.

Durch die Interdisziplinarität der Veranstaltung können sehr gut die Schnittstellen der Fachgebiete aufgezeigt werden, ein Beitrag zur Bildung für nachhaltige Entwicklung geleistet sowie der Themenkomplex „Klima“ vertieft werden.

HaZweiO – über Klima, Eisberge und Pflanzen

Do., 4. 8. – Fr., 5. 8. 2022

Kurstage: 2, **UStd.:** 13, **Entgelt:** 0,– €

4. 8.: Grüne Schule im Botanischen Garten,
Anselm-Franz-von-Bentzel-Weg 9b

5. 8.: NaT-Lab Chemie, Duesbergweg 10–14, Gebäude 2121
Dr. Ute Becker, Grüne Schule; Dr. Christa Welschhof,
NaT-Lab Chemie an der Johannes Gutenberg-Universität

Anmeldung: nat-schuelerlabor@uni-mainz.de

Leben im Klimawandel

Der Klimawandel wird uns auch in den nächsten Jahrhunderten begleiten. Der Temperaturanstieg seit etwa 1880 beträgt weltweit 1,2 Grad, in Deutschland über 2,0 Grad. Das führt schon heute zu extremen Wettererscheinungen, die in ihrer Heftigkeit und in ihren Auswirkungen durch unsere Erfahrungen nicht mehr abzuschätzen sind. Dazu zerstört der Klimawandel, zusammen mit unserem Wirtschaften, zunehmend Natur und Umwelt, von denen wir abhängig sind. Es kommt deshalb darauf an, möglichst schnell Maßnahmen zu ergreifen, um das weitere Ansteigen der Temperatur einzudämmen oder besser zu vermeiden.

Dr. Gunther Tiersch ist als „Meteorologe vom Dienst“ bekannt, der über 30 Jahre lang die Wettervorhersage im Anschluss an die ZDF-Nachrichtensendungen heute und heute-journal moderiert hat. Bereits seit 1988 hält er Vorträge über Klima, Klimawandel, Wetter, Wettervorhersagen, Umweltveränderungen und ist auch beratend tätig. Zudem ist er einer der jüngsten deutschen Goldmedaillengewinner bei den Olympischen Spielen (Rudern).

Leben im Klimawandel

Fr., 9. 9. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 11,– €,

Kursnummer: XE24106

vhs-Haus

Dr. Gunther Tiersch

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Haben wir bald auch Malaria in Rheinhessen?

Infektionserkrankungen in Zeiten des Klimawandels

Können wir uns bald sogenannte Tropenerkrankungen in Deutschland zuziehen? Der Klimawandel ist längst bei Infektionserkrankungen und dem Vorkommen von Vektoren, wie tropischen Moskitos, zu beobachten. Welche Infektionserkrankungen sind überhaupt von Klimafaktoren beeinflusst – und welche nicht? Welche Region in Deutschland ist besonders prädestiniert für neue Infektionserkrankungen? Im Rahmen dieses Vortrages betrachten wir den Status quo bisheriger Infektionserkrankungen in Deutschland, besprechen klimabedingte Risikofaktoren und wagen einen Ausblick in die infektiologische Zukunft. Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Parents for Future

Haben wir bald auch Malaria in Rheinhessen?

Mo., 12. 9. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,– €,

Kursnummer: XE24120

vhs-Haus

Dr. med. Martin S. Dennebaum

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Klimawandel und die Liebe zur Schöpfung

Eine neutestamentliche Annäherung

Im Dialog mit Theologie und Naturwissenschaft setzt sich Pfarrer Dr. Hubert Meisinger mit einer neuen Verhältnisbestimmung zwischen Mensch und Mitwelt, der Rolle des Nächstenliebegebotes im Kontext einer Schöpfungstheologie und der Rolle des Geistes bei einer Zukunftsgestaltung auseinander:

Kann das Nächstenliebegebot einen Impuls zur Liebe der Schöpfung geben? Kann es zu einem klimagerechten Verhalten führen?

Eine Veranstaltung des Bildungswerk Bistum Mainz, Kath. Bildungswerks Rheinhessen

Klimawandel und die Liebe zur Schöpfung.

Do., 22. 9. 2022, 19.00–21.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2,66, **Entgelt:** 0,- €

Online

Pfarrer Dr. Hubert Meisinger, theologischer Referent für Umweltfragen, Zentrum gesellschaftliche Verantwortung der EKHN

Anmeldung: bw.rheinessen@bistum-mainz.de**Klima-Emotionen:
Klimakrise und psychische Gesundheit**

Wenn wir über die Klimakrise sprechen, dann zumeist naturwissenschaftlich-technisch oder auch politisch. Die Klimakrise ruft aber auch Gefühle hervor: von der bereits gut erforschten „Klima-Angst“ über Wut bis hin zu Schuldgefühlen. Nach einem Vortrag über den wissenschaftlich-psychologischen Kenntnisstand soll ein offener Raum für Gespräche über die Krise und Gefühle, Handlungsmöglichkeiten und Resilienz (psychische Widerstandsfähigkeit) entstehen.

Klima-Emotionen: Klimakrise und psychische Gesundheit

Sa., 24. 9. 2022, 9.30–13.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4,7, **Entgelt:** 20,- €,**Kursnummer:** XE82111

vhs-Haus

Christoph Hausmann

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de**Lärm und Feinstaub – die neuen Herz-Kreislauf-Risikofaktoren**

Verkehrslärm und Luftverschmutzung werden mittlerweile als Risikofaktoren für die Entstehung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und metabolischen Erkrankungen wie Diabetes mellitus mehr und mehr anerkannt. Lärm als auch Luftverschmutzung, und hier insbesondere der Feinstaub, führen zu koronarer Herzerkrankung, Herzinsuffizienz, arterieller Hypertonie, Herzrhythmusstörungen und Schlaganfall. Neuere Studien deuten auch darauf hin, dass die beiden neuen Risikofaktoren mit traditionellen Risikofaktoren wie Rauchen oder Übergewicht interagieren und sich gegenseitig in ihren negativen Auswirkungen verstärken. Im Vortrag werden die wichtigsten epidemiologischen Studien bezüglich Lärm und Luftverschmutzung vorgestellt und die pathophysiologischen Grundlagen der durch Umweltstressoren bedingten Gefäßschädigungen diskutiert.

Prof. Dr. Thomas Münzel ist seit 2004 Professor für Kardiologie und Angiologie an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz und Ärztlicher Direktor der 2. Medizinischen Klinik und Poliklinik der Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, Mitglied des Vorstands der Stiftung Mainzer Herz und Mitinitiator der Gutenberg-Herz-Studie. 2010 war er wissenschaftlicher Direktor des neu gegründeten Centrums für Thrombose und Hämostase (CTH) an der Universitätsmedizin Mainz.

Sie benötigen: einen Internetzugang, einen Browser sowie einen Lautsprecher. Die Veranstaltung findet online über Zoom statt. Sie erhalten einen Einladungslink per E-Mail. Es entstehen für Sie für die Nutzung von Zoom keine zusätzlichen Kosten.

Lärm und Feinstaub – die neuen Herz-Kreislauf-Risikofaktoren

Mi., 12. 10. 2022, 18.00–19.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 11,- €,**Kursnummer:** XE24134

Online mit Zoom

Prof. Dr. med. Thomas Münzel

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Aerosole und Feinstaub– Bedeutung für Atmosphäre und Klima

Aerosole – aus den Medien kennt man sie unter dem Namen Feinstaub. Was genau sind Aerosole? Woraus bestehen sie und wie kommen sie eigentlich in die Atmosphäre? Bewirken Aerosole etwas in der Atmosphäre und haben sie einen Einfluss auf unseren Alltag?

Diese und weitere Fragen werden im Vortrag beantwortet. Allgemeinverständlich wird auf die Prozesse von Aerosolen in der Atmosphäre eingegangen, die Auswirkungen auf das Klima als auch auf unseren Alltag werden näher beleuchtet. Bezogen auf die Corona-Schutzmasken wird die Frage beantwortet, wie effizient verschiedene Masken Aerosole aus der Atemluft filtern.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Scientists for Future

Aerosole und Feinstaub – Bedeutung für Atmosphäre und Klima

Fr., 14. 10. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,- €,

Kursnummer: XE24105

vhs-Haus

Dr. Christiane Schulz

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Planetare Gesundheit – was ist das?

Zielgruppe: Jede/-r ist herzlich willkommen! – egal ob mit vorhandenen Grundkenntnissen oder ohne Vorkenntnisse.

In dieser Einführungsveranstaltung zu unserer Veranstaltungsreihe „Planetare Gesundheit“ möchten wir einen Überblick über die hochaktuelle Klimakrise geben und Grundlagen zu Klimawandel und Umweltverschmutzung sowie deren Folgen für die Gesundheit besprechen. Im Anschluss wird es Zeit für eine Diskussions- und Fragerunde geben.

Planetare Gesundheit – was ist das?

Do., 3. 11. 2022, 18.30–20.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,- €,

Kursnummer: XE82113

vhs-Haus

N.N., Health for Future

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Wohin steuern wir: Verkehrswende oder Antriebswende?

Der von der Bundesregierung für den Sektor Verkehr in den kommenden Jahren zugesagte CO₂-Rückgang ist ohne größere Umstrukturierungen nicht möglich. Wie könnte eine Verkehrswende aussehen, die im Vergleich zu den heutigen Verhältnissen deutlich ressourcen- und klimaschonender wäre? Ist es mit einem Austausch Verbrenner- gegen Elektroautos getan? Was muss alternativ passieren?

Der Vortrag betrachtet die Situation in Deutschland mit Ausblick auf die Entwicklung in Mainz. Am Beispiel von Berlin wird dargestellt, wie sich ein per App verknüpfter Mix aus einfach buchbaren Verkehrsmitteln gestalten lässt. Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Parents for Future

Wohin steuern wir: Verkehrswende oder Antriebswende?

Fr., 4. 11. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,- €,

Kursnummer: XE24116

vhs-Haus

Werner Braun

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Vereinbarkeit von Wirtschaftswachstum und Klimaschutz

Der Vortrag richtet sich an Interessierte, die mehr über das Politikfeld der Klimapolitik erfahren möchten. Wir werden uns mit der Frage beschäftigen, inwiefern Wirtschaftswachstum und Klimaschutz miteinander vereinbar sind.

Es geht dabei nicht um die naturwissenschaftlichen Grundlagen der globalen Erwärmung, sondern vielmehr um die Frage, wie der aktuelle Stand der politischen Bemühungen zur Bewältigung der „Klimakrise“ aus politikwissenschaftlicher Sicht zu beurteilen ist.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Parents for Future

Vereinbarkeit von Wirtschaftswachstum und Klimaschutz

Di., 8. 11. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,- €,

Kursnummer: XE24141

Online

Dr. Cornelia Frings

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Unser Generationenprojekt: die Energiewende in Deutschland

Die Energie ist da. Die Natur stellt uns Menschen alles zur Verfügung, was wir benötigen: Nahrung, Strom und Wärme. Doch der Mensch nutzt natürliche Energien erst zu einem Drittel. Dabei zerstören wir unsere Umwelt durch Raubbau an der Natur. Und die Politik schaut zu, ohne entscheidende Schritte für eine Energieversorgung mit umweltfreundlichen Energieträgern auf den Weg zu bringen.

Dieser Vortrag gibt einen ersten Ein- und Überblick, welche Möglichkeiten uns Wind, Sonne und Wasser und Biomasse für eine umweltfreundliche Energieversorgung, Mobilität und Landwirtschaft bieten. Und welche Hindernisse – vor allem in unseren Köpfen – zu überwinden sind.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Parents for Future

Unser Generationenprojekt: die Energiewende in Deutschland

Do., 17. 11. 2022, 19.00–21.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2,3, **Entgelt:** 12,- €,

Kursnummer: XE24118

vhs-Haus

Michael Lengersdorff

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

In Zukunft mehr Starkniederschläge und mehr Trockenheit: Wie passt das zusammen?

Es ist unstrittig, dass das vom Menschen emittierte CO₂ die Atmosphäre aufheizt. Doch die Klimaveränderungen beschränken sich nicht auf die Temperatur, vielmehr wird sich auch der Wasserkreislauf verändern. Man erwartet, dass in Zukunft sowohl mehr Starkniederschläge auftreten als auch vermehrt Trockenperioden. Auf den ersten Blick erscheint dies paradox, aber beim genaueren Hinsehen entspricht es genau den Erwartungen. Der Vortrag wird erklären, wie man dies verstehen kann.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Scientists for Future

In Zukunft mehr Starkniederschläge und mehr Trockenheit: Wie passt das zusammen?

Fr., 25. 11. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 8,- €,

Kursnummer: XE24115

vhs-Haus

Univ.-Prof. Dr. Volkmar Wirth

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Arktische Verstärkung – warum die Arktis besonders vom Klimawandel betroffen ist

Die Arktis – unendliche Weiten von Schnee und Eis. Doch wie lange noch? Der Klimawandel in der Arktis schreitet stärker voran als in jeder anderen Region auf der Welt. Bereits jetzt hat sich die Arktis um mehr als zwei Grad Celsius erwärmt!

Dieses Phänomen wird als arktische Verstärkung bezeichnet. Sie lernen die Ursachen des Klimawandels in der Arktis kennen und welche Rolle sogenannte Rückkopplungsmechanismen für die arktische Verstärkung spielen. Darüber hinaus gibt der Vortrag einen Einblick, welche Auswirkungen der fortschreitende Klimawandel in der Arktis auf das Wetter in unseren Breiten haben kann.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Scientists for Future

Arktische Verstärkung – warum die Arktis besonders vom Klimawandel betroffen ist

Do., 8. 12. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 8,- €,

Kursnummer: XE24119

vhs-Haus

Dr. Heiko Bozem

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Politik

Klimaschutz als Regionalentwicklung

Klimaschutz und erneuerbare Energien als Motor für eine nachhaltige Regionalentwicklung: Erfolgsgeschichten aus dem Rhein-Hunsrück-Kreis, der „Energiekommune des Jahrzehnts“

Klimaschutz, erneuerbare Energien und regionale Wertschöpfung mit großen Chancen für eine nachhaltige Regionalentwicklung gehören zusammen. Wenn Städte, Kreise und Gemeinden ihre Schlüsselrolle und Aufgabe als geborene und strategische Partner wahrnehmen, können in Kooperation mit den Privaten ungeahnte wirtschaftliche Potenziale entstehen.

Die Kommunen müssen dabei mit leuchtendem Beispiel vorgehen, um dadurch Bürgerinnen und Bürger nicht nur zu sensibilisieren, sondern ihnen Möglichkeiten der konkreten Mitwirkung und Umsetzung von Maßnahmen aufzuzeigen. Dadurch werden aus Betroffenen dann motivierte Beteiligte. Der Dozent war von 1989 bis 2015 Landrat des Rhein-Hunsrück-Kreises und hält im In- und Ausland Vorträge zu erneuerbarer Energie.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Parents for Future

Klimaschutz als Regionalentwicklung

Mo., 5. 9. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,- €,

Kursnummer: XE24138

vhs-Haus

Bertram Fleck

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Podiumsdiskussion: Bausteine für ein Mainzer Mobilitätskonzept

Verkehrswende jetzt!

Konzept für eine nachhaltige, sozialverträgliche Mobilität in Mainz

Eine Veranstaltung von MainzZero – Klimaentscheid Mainz.

Podiumsdiskussion: Bausteine für ein Mainzer Mobilitätskonzept

Termin und Uhrzeit: siehe Homepage

www.klimaentscheid-mainz.de

Armin Schulz u. w., MainzZero – Klimaentscheid Mainz

Anmeldung: georgopoulou@klimaentscheid-mainz.de

Gute Radinfrastruktur – ein Schlüssel zur Verkehrswende

Seit 100 Jahren wurden in Deutschland Radwege eingerichtet, um die „Flüssigkeit des (Auto-)Verkehrs“ zu fördern. Die rapide wachsende Motorisierung hat den immer reichlicher gegebenen Raum immer wieder aufgezehrt. Auch die gleichzeitig erhoffte Sicherheit für die Radfahrenden ist vielfach in ihr Gegenteil umgeschlagen. In der Theorie und anschließend in einer kleinen Exkursion erkunden wir, wie nach heutiger Fachmeinung eine Radinfrastruktur aussehen muss, damit möglichst viele Menschen gut, sicher und gern mit dem Rad fahren, sodass die Verkehrswende vorankommt.

Gute Radinfrastruktur – ein Schlüssel zur Verkehrswende

Fr., 23. 9. 2022, 14.00–18.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 5, **Entgelt:** 11,- €,

Kursnummer: XE24142

vhs-Haus

Dr. Rupert Röder, Ökologischer Verkehrsclub VCD RLP e.V.

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Weitere Informationen zum Workshop unter

<https://rlp.vcd.org/themen/workshop>

Werkstatt ÖPNV – wie kommt er voran?

Die Veranstaltung richtet sich an alle, die sich im Interesse der Mobilitätswende Gedanken machen wollen, wie Akzeptanz und Nutzungsanteil des ÖPNV gesteigert werden kann und soll.

In einem an die Methodik der Zukunftswerkstatt angelehnten Vorgehen sollen in der Veranstaltung im Dreischritt Kritik – Vision – Maßnahmen Ideen entwickelt werden, welche Forderungen an den ÖPNV und die ÖPNV-Politik zu richten sind und wie jede und jeder zu ihrer Umsetzung beitragen kann.

Werkstatt ÖPNV – wie kommt er voran?

Fr., 14. 10. 2022, 15.00–18.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 3,67, **Entgelt:** 10,- €,

Kursnummer: XE24144

vhs-Haus

Dr. Rupert Röder, Ökologischer Verkehrsclub VCD RLP e.V.

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Weitere Informationen zum Workshop unter

<https://rlp.vcd.org/themen/workshop>

Der Radverkehrsentwicklungsplan Rheinland-Pfalz 2030

Der RVEP Rheinland-Pfalz 2030 ist im Auftrag und mit Beteiligung des Verkehrsministeriums in Zusammenarbeit mit den Kommunen und Verkehrsverbänden entstanden. Er enthält umfangreiche Maßnahmeempfehlungen für eine Förderung des Radverkehrs in den Kommunen und im ganzen Land, für die die Landesregierung auch eine Unterstützung in Aussicht gestellt hat. Der Referent war an der Entwicklung beteiligt und stellt die wichtigsten Ansätze des Plans vor. In Kleingruppen sollen sich daran anschließende Handlungsoptionen besprochen werden.

Der Radverkehrsentwicklungsplan Rheinland-Pfalz 2030

Fr., 4. 11. 2022, 16.00–18.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2,67, **Entgelt:** 9,- €,

Kursnummer: XE24143

vhs-Haus, im Bedarfsfall ist eine Umstellung des Veranstaltungsformates auf online möglich

Dr. Rupert Röder, Ökologischer Verkehrsclub VCD RLP e.V.

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Weitere Informationen zum Workshop unter

<https://rlp.vcd.org/themen/workshop>

Stadtklima 2050 – Handlungsfelder für die Stadtplanung der Zukunft

Im Jahr 2050 wird jeder siebte Mensch in einer Stadt leben. Durch fehlende Grünflächen und dichte Bebauung ist die Lufttemperatur in Städten höher als im Umland. An heißen Sommertagen ist das vor allem in der Nacht zu spüren. Wie ist das Stadtklima gekennzeichnet? Was bedeutet der Klimawandel für Städte wie Mainz und welche Möglichkeiten gibt es in der Stadtplanung der Zukunft, dem Klimawandel zu begegnen? Dieser Vortrag gibt einen Einblick in die digitalen Werkzeuge der Wissenschaft, diese Fragen zu beantworten – von Computermodellen bis hin zu Satellitendaten. Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Scientists for Future

Stadtklima 2050 – Handlungsfelder für die Stadtplanung der Zukunft

Do., 10. 11. 2022, 19.30–21.15 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 11,- €,

Kursnummer: XE24114

vhs-Haus

Dr. Joachim Fallmann

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Praktisches Handeln

Veganer Kochklub

Zielgruppe: am Kochen Interessierte, Gesundheitsbewusste, an Ernährungsumstellung Interessierte

Es wird immer deutlicher, dass der Verzehr von Tieren einen wesentlichen Faktor für zahlreiche globale Probleme darstellt. Da eine pflanzliche Ernährung all diese Probleme gleichzeitig angeht, ist eine Lebensweise ohne tierische Produkte so attraktiv. Eine pflanzliche Ernährung rettet viele Tiere vor einem Leben voller Leid, minimiert den persönlichen ökologischen Fußabdruck und kann zu einer Reduzierung des Welthungers beitragen. Gleichzeitig kann veganes Essen auch eine abwechslungsreiche und gesunde Ernährungsform sein. Im veganen Kochklub lernen Sie die moderne vegane Küche in all ihren Facetten kennen. An vier Abenden werden vielseitige Themen rund um die vegane Ernährung besprochen. Der erste Abend dient dem unkomplizierten Einstieg. Weitere Abende beleuchten, welchen Einfluss die Wahl des Essens auf Umwelt und Gesundheit haben kann. Abende zu „Wildkräuterküche“, „Tempeh & Co“, „Rohvegan“ und „Vegan unterwegs“ sind geplant. Die Kochabende schaffen mit kurzen Blöcken aus Theorie Hintergrundwissen und in einem Praxisteil werden neue Rezepte zur veganen Ernährung vorgestellt und verkostet. Hinweis: Der Kochklub trifft sich immer am 2. Mittwoch im Monat.

Veganer Kochklub

Beginn: 14. 9. 2022, Mi., 17.45–21.15 Uhr

Kurstage: 4, **UStd.:** 18,7, **Entgelt:** 150,- € inkl. 48,- €

Lebensmittelkosten, **Kursnummer:** XE73300

vhs-Haus

Silke Hothum

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Vegan ist einfach – Kochkurs für den unkomplizierten Einstieg

Weniger Fleisch ist gut für die Umwelt und für die Tiere. Aber wie kann der Umstieg gelingen? Schritt für Schritt zeigen wir in diesem Kochkurs, wie einfach moderne vegane Küche ist – und das ganz ohne hochverarbeitete Zutaten. Angefangen von herzhaften Brotaufstrichen zum Frühstück über beliebte Hauptgerichte wie Burger und Chili bis hin zu Rühr-„Ei“ und Wraps zum Abendbrot. Wir stellen hilfreiche Zutaten vor, z. B. Kala Namak und Hefeflocken und liefern Tipps für Ersatzmöglichkeiten. Und natürlich soll es auch darum gehen, was bei der veganen Ernährung gesundheitlich zu beachten ist.

Vegan ist einfach – Kochkurs für den unkomplizierten Einstieg

Sa., 17. 9. 2022, 10.00–13.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4,7, **Entgelt:** 50,- € inkl. 14,- €

Lebensmittelkosten,

Kursnummer: XE73302

Lerchenberg, Realschule plus

Silke Hothum

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Anlegen einer langlebigen Blumenwiese

Eine farbenfrohe Blumenwiese gilt als der Inbegriff der Idylle! Aber warum gelingt sie so oft nicht? In diesem Kurs erfahren Sie, warum manchmal nur wenige Pflanzen keimen, warum die Wiese im Jahr darauf oft schon fast wieder verschwunden ist, welche Voraussetzungen zur Anlage einer schönen Wiese benötigt werden und woher Sie gutes Saatgut bekommen. Und ganz wichtig: wie Sie Ihre langlebige und bunte Wiese pflegen.

Bitte mitbringen: Material für eigene Notizen

Anlegen einer langlebigen Blumenwiese

Sa., 17. 9. 2022, 10.00–13.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4, **Entgelt:** 26,- €

Kursnummer: XE77010

Hechtsheim, Bürgerhaus

Julia Hellwig

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Vegan-vegetarische griechische Küche

Traditionell wird in Griechenland viel Gemüse gegessen. Manche Griechen leben durch ihren Glauben und die Fastenzeit der griechisch-orthodoxen Kirche rund ein Drittel des Jahres vegan-vegetarisch. In diesem Kurs erfahren Sie Wissenswertes über die griechische vegan-vegetarische Küche. Sie lernen die Zubereitung solcher Gerichte, unter anderem Kichererbsen und dicken Bohnen mit Chorta (Kräutern), frischen Bauernsalat, Paprika-Feta-Creme, Kolokithokefetes, Zucchini-Frikadellen und Feta- und Hummus-Dip zu. Lassen Sie sich vom Abwechslungsreichtum der vegan-vegetarischen griechischen Küche überraschen. Kali orexi!

Vegan-vegetarische griechische Küche

Fr., 30. 9. 2022, 17.45–21.15 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4,7,

Entgelt: 59,- €, inkl. 15,- € Lebensmittelkosten,

Kursnummer: XE73370

vhs-Haus

Despina Tourmousoglou

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Naturnahes Gärtnern

Lernen Sie in unserem Einführungskurs zum naturnahen Gärtnern, wie Sie Ihren Garten oder auch Ihre Balkonkästen in ein Refugium für Tiere verwandeln und u. a. sowohl Wildbienen als auch Vögeln wieder einen Lebensraum bieten können. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen für naturnahes Gärtnern und das Anlegen pflegeleichter Bepflanzung kennen.

Naturnahes Gärtnern

Sa., 1. 10. 2022, 10.00-13.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4, **Entgelt:** 25,- €,

Kursnummer: XE77012

Bretzenheim, Alte Ziegelei

Julia Hellwig

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Vegetarische Küche in China

In diesem Kurs erlernen Sie die Zubereitung vegetarischer Gerichte aus der chinesischen Küche, z. B. mit Sojasprossen, Glasnudeln, Tofu, Süßkartoffeln oder Sojasoße. Auch der Umgang mit Stäbchen kann erprobt werden. Vermittelt wird auch die chinesische Esskultur.

Vegetarische Küche in China

Sa., 1. 10. 2022, 9.30–13.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4,7,

Entgelt: 56,- € inkl. 12,- € Lebensmittelkosten,

Kursnummer: XE73325

vhs-Haus

Lisha Chen

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Vegetarische Vollwertküche

Die wichtige Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung, die dem Körper alle notwendigen Nährstoffe liefert, steht heutzutage außer Frage. Die richtige Lebensmittelauswahl, ein gesunder Lebensstil und viel Bewegung sind wesentliche Voraussetzungen, um Übergewicht und ernährungsbedingte Erkrankungen (z. B. Bluthochdruck, Arteriosklerose und Herz-Kreislauf-Erkrankungen) zu vermeiden. Die Grundsätze und Empfehlungen von „Vollwert“-orientierten Ernährungsformen haben sich für die Umsetzung dieses Ziels als besonders sinnvoll erwiesen. In diesem Kurs kochen Sie mit Bio-Vollwert-Köchin Petra Buhl schmackhafte, vollwertig-vegetarische Gerichte. Durch die direkte Umsetzung erfahren Sie, welche Nahrungsmittel für die vegetarische vollwertige Küche geeignet sind und wie diese zubereitet werden.

Vegetarische Vollwertküche

Mi., 5. 10. 2022, 17.45–21.15 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4,7,

Entgelt: 58,- € inkl. 14,- € Lebensmittelkosten,

Kursnummer: XE73360

vhs-Haus

Petra Buhl

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Vegan und regional – heimisches Superfood

Vegane Küche kann auch ohne exotische Zutaten auskommen und trotzdem vielfältig und reizvoll sein. Die heimische Küche hat viele Aromen und „Superfood“ zu bieten, die es einfach neu zu entdecken gilt: Leinsamen, Mohn, Holunder, Berberitze und Topinambur gehören dazu.

Nach einem kurzen Theorieteil wollen wir das regional-vegane Kochen ganz praktisch angehen, die Ergebnisse zusammen verkosten und Erfahrungen austauschen. Auf dem Lehrplan stehen u. a.: ein warmes Frühstücksgemüse mit gebratenen Äpfeln und Zwiebeln, knusprige Polenta-Ecken, ein deftiger Leinsamenaufstrich, „Albleisa“-Salat mit kernigen Linsen von der schwäbischen Alb und ein Frucht-Crumble mit Birnen, Walnüssen und Berberitze.

Vegan und regional – heimisches Superfood

Sa., 8. 10. 2022, 10.00–13.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4,7,

Entgelt: 50,- €, inkl. 14,- € Lebensmittelkosten,

Kursnummer: XE73305

Lerchenberg, Realschule plus

Silke Hothum

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Stromkosten zu Hause reduzieren

Was ist sinnvoll, um Stromkosten zu reduzieren und gleichzeitig einen Klimaschutzbeitrag zu leisten? Was sind die großen Verbraucher im Haushalt, welche die vielen kleinen? Was sagen die neuen Energielabel für Elektrogeräte?

Seit mehr als 10 Jahren gibt Thomas Görmar vom AK EnergieSparer der Lokalen AGENDA Mainz Tipps für Haus und Wohnung. Von Hausflur bis Garten, von Handy bis Backofen gehen wir virtuell durch die Wohnung. 50, 100 € oder mehr jährliche Reduktion der Stromkosten sind möglich. Technische Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Parents for Future

Sie benötigen: einen Internetzugang, einen Browser sowie einen Lautsprecher. Die Veranstaltung findet online über Zoom statt. Sie erhalten einen Einladungslink per E-Mail. Es entstehen für Sie für die Nutzung von Zoom keine zusätzlichen Kosten.

Stromkosten zu Hause reduzieren

Di., 11. 10. 2022, 18.30–20.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,- €,

Kursnummer: XE24104

Online

Thomas Görmar

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Indische vegetarische Küche aus dem Punjab

Die Küche des Punjab ist berühmt für ihre reichhaltigen Gerichte aus Hülsenfrüchten (Dal). Palak Paneer, Chole Purie und Dal Makhani sind nur einige vegetarische Punjab-Spezialitäten, die Sie an diesem Abend kennenlernen werden. Dabei erhalten Sie Einblick in die Vielfalt und den Einsatz der Gewürze. Für manche Gerichte rösten und mörsern Sie auch selbst eine Gewürzmischung. Dazu gibt es Informationen zu Küche und Kultur in Indien.

Indische vegetarische Küche aus dem Punjab

Do., 3. 11. 2022, 17.30–21.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 5,3,

Entgelt: 63,- €, inkl. 14,- € Lebensmittelkosten,

Kursnummer: XE73330

vhs-Haus

Rajiv Bakhshi

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Vegane mediterrane Vollwertküche

Die mediterrane Ernährung, die in den Mittelmeerländern bis in die 1960er-Jahre typisch war, schmeckt und ist ein Gewinn für die Gesundheit. Heute weiß man auch, dass diese Ernährungsweise, wie es früher bei unseren Nachbarn am Mittelmeer üblich war, besonders Herz und Gefäße stärkt. Sie lernen in diesem Kurs die Zubereitung eines veganen Drei-Gänge-Menüs mit tollen Rezepten ohne Fleisch aus dem mediterranen Raum. Informationen zur veganen Küche mit Tipps für den Alltag runden den Kurs ab.

Vegane mediterrane Vollwertküche

Do., 10. 11. 2022, 17.45–21.15 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 4,7,**Entgelt:** 58,- € inkl. 14,- € Lebensmittelkosten,**Kursnummer:** XE73363

vhs-Haus

Petra Buhl

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de**Unkomplizierte vegetarische/vegane Gerichte**

Vegetarische und vegane Gerichte sind nachhaltig und gesund. Gesundes Kochen muss nicht viel Zeit beanspruchen und kann trotzdem vielfältig sein. Mit Gemüse, Hülsenfrüchten und Salat lassen sich leckere Menüs zaubern, sei es in der Pfanne, im Topf oder im Ofen. Lernen Sie neue und unkomplizierte Rezeptideen für Ihre Küche kennen. Darüber hinaus erhalten Sie Tipps für das Einkaufen von Obst, Gemüse und trockener Lebensmittel und deren Lagerung. Auch Flexitarier werden auf den Geschmack kommen.

Unkomplizierte vegetarische/vegane Gerichte

Mi., 16. 11. 2022, 17.00–21.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 5,3,**Entgelt:** 61,- € inkl. 12,- € Lebensmittelkosten,**Kursnummer:** XE73310

vhs-Haus

Anja Töws

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de**Umweltbewusstsein und Umwelthandeln****Warum das eine nicht (immer) zum anderen führt**

Der Klimawandel gilt gemeinhin als eine der großen Herausforderungen, vor denen die Menschheit steht. Um den Klimawandel abzumildern und die Konsequenzen des Klimawandels abfedern zu können, bedarf es kollektiver Anstrengungen von Politik, Wirtschaft und Gesellschaft. Jede/-r Einzelne ist gefragt – und kann auch antworten! In diesem Vortrag soll es darum gehen, wie unser alltägliches Handeln und Nichthandeln zum Klimawandel beiträgt und welche psychologischen und gesellschaftlichen Mechanismen uns motivieren, etwas zu ändern.

Der Dozent hat eine Professur für Umweltpsychologie an der Universität Koblenz-Landau.

Sie benötigen: einen Internetzugang, einen Browser sowie einen Lautsprecher. Die Veranstaltung findet online über Zoom statt. Sie erhalten einen Einladungslink per E-Mail. Es entstehen für Sie für die Nutzung von Zoom keine zusätzlichen Kosten.

Umweltbewusstsein und Umwelthandeln

Mi., 23. 11. 2022, 19.00–20.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,- €,**Kursnummer:** XE24139

vhs-Haus

Prof. Dr. Gerhard Reese

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de**Planetary Health Diet****Gesunde Ernährung für dich und deine Umwelt****Zielgruppe:** Jede/-r ist herzlich willkommen!

Der Kurs beschäftigt sich mit der Planetary Health Diet, einem von der EAT-Lancet-Kommission erarbeiteten Ernährungskonzept, das die Gesundheit des Menschen und der Erde gleichermaßen schützen soll.

Neben einer Einführung in die Thematik und der Vorstellung des Diätkonzepts werden die Teilnehmenden die Möglichkeit erhalten, die eigene Ernährungsweise zu reflektieren.

Außerdem sollen den Teilnehmenden konkrete Handlungsempfehlungen, Umsetzungshilfen und u. a. auch Rezepte an die Hand gegeben werden.

Planetary Health Diet

Do., 1. 12. 2022, 18.30–20.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2, **Entgelt:** 10,- €,**Kursnummer:** XE82114

vhs-Haus

N.N., Health for Future

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Indische vegane Küche

Erweitern Sie hier Ihre Kenntnisse der indischen veganen Küche.

Sie lernen beispielsweise in diesem Kurs unter anderem die Zubereitung von Linsen-Ingwer-Suppe, Tofu-Erbsen-Curry, Kartoffelcurry mit Puris, Okraschoten-Masala und schwarzäugige Bohnen. Vorab erfolgt eine Einführung in die Nutzung von Gewürzen und Sie lernen deren Vielfalt und Einsatzmöglichkeiten kennen.

Indische vegane Küche

Fr., 2. 12. 2022, 17.30–21.30 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 5,3,

Entgelt: 63,- € inkl. 14,- € Lebensmittelkosten,

Kursnummer: XE73332

vhs-Haus

Rajiv Bakhshi

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Erfahrbarkeit

Klimaspaziergänge in Mainzer Stadtteilen

Auf den Spuren der städtischen Klimapolitik in Mainzer Stadtteilen

Entlang des kurzweiligen Spaziergangs schauen wir uns Beispiele für Klimapolitik an, die unser Leben in Zukunft beeinflussen werden. Belebt wird der Spaziergang durch persönliche Schilderungen und Beiträge von Experten. Fragen können gerne gestellt und diskutiert werden. Eine Veranstaltung von MainzZero – Klimaentscheid Mainz

Klimaspaziergänge in Mainzer Stadtteilen

Samstags (wird angekündigt bzw. über Presse bekanntgegeben), ab 14.00 Uhr

Kurstage: 1, **Entgelt:** 0,- €

Treffpunkt und Informationen: siehe Homepage

www.klimaentscheid-mainz.de

MainzZero – Klimaentscheid Mainz

Anmeldung: georgopoulou@klimaentscheid-mainz.de

Grünachsentouren in Mainz

Grünachsen werten die Lebensqualität von Städten auf. Auf den Touren werden Mainzer Straßenabschnitte und Plätze begangen, die sich dafür eignen, zu Grünachsen umgewandelt zu werden, um somit einen Aufenthalts- und Erholungswert für Bürger und Bürgerinnen zu bekommen sowie Mainz klimatisch resilient zu machen.

Eine Veranstaltung von MainzZero – Klimaentscheid Mainz

Grünachsentouren in Mainz

Termin und Uhrzeit: siehe Homepage

www.klimaentscheid-mainz.de

Kurstage: 1, **Entgelt:** 0,- €

MainzZero – Klimaentscheid Mainz

Anmeldung: georgopoulou@klimaentscheid-mainz.de

Führung durch das Naturhistorische Museum Mainz

Das Naturhistorische Museum Mainz bietet ein vielfältiges Führungsprogramm für alle Altersgruppen. Übergreifendes Ziel ist es, Zusammenhänge in der Natur zu vermitteln und ein Bewusstsein für die Rolle des Menschen zu schaffen. Auswirkungen von Klimaveränderungen werden dabei nicht nur an aktuellen Entwicklungen, sondern auch an Beispielen aus der Erdgeschichte aufgezeigt.

Führung durch das Naturhistorische Museum Mainz

Datum und Uhrzeit nach Vereinbarung

Kurstage: 1

Entgelt:

Führungen (1h): Kita-Gruppen 35,- €, Schulklassen 50,- €, Erwachsene 95,- €

Führungen plus (2h): Kita-Gruppen 60,- €, Schulklassen 85,- €, Erwachsene 140,- €

Naturhistorisches Museum Mainz, Reichklarastr.1, 55116 Mainz

Anmeldung und Beratung: Tel. 06131 122913, buchung.nhm@stadt.mainz.de

Naturspürnasen

Zielgruppe: Kindergarten- und Grundschulkinder

Lerne die Vielfalt unserer Welt kennen! Die Naturspürnasen erforschen jeden Monat ein neues Tier. Mit kleinen Geschichten, Experimenten oder Basteleien entdecken sie dabei spielerisch Zusammenhänge in der Natur.

Naturspürnasen

Jeden Samstag

Minis: Kita-Kids mit Begleitperson, Sa., 10.00–11.00 Uhr,

Maxis: Grundschul-Kids ohne Begleitperson, Sa., 11.00–12.30 Uhr

Kurstage: 1, **Entgelt:** Minis: 3,50 €, Maxis: 6,- €

Naturhistorisches Museum Mainz, Reichklarastr.1, 55116 Mainz

Anmeldung: Tel. 06131 12 22 68

Klimawandel vor der Haustür: Führung im Lennebergwald, Mainz-Gonsenheim

Die letzten Dürrejahre haben unserem Lennebergwald eine Menge abverlangt. Auf den durchlässigen Sandböden erhalten die Bäume noch weniger Wasser als anderswo. Viele Kiefern und Buchen sind der Trockenheit zum Opfer gefallen und hinterlassen jetzt offene Flächen mit dichtem Grasbewuchs.

Försterin Leonie Münzer vom Forstamt Rheinhessen zeigt, wo und wie der Klimawandel seine Spuren im Wald hinterlässt und was die Forstleute in der Klimakrise tun.

Eine Veranstaltung des Bildungswerks Bistum Mainz, Kath. Bildungswerk Rheinhessen

Klimawandel vor der Haustür:

Führung im Lennebergwald, Mainz-Gonsenheim

Di., 14. 6. 2022, 17.00–19.00 Uhr

Kurstage: 1, **UStd.:** 2,66, **Entgelt:** 10,- € (reduziert 5,- € für Schüler/-innen, Studierende, Beschäftigte in Kurzarbeit, Elternzeit, Arbeitslose, o. Ä.)

Treffpunkt: Mainz-Gonsenheim – genauer Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben
Leonie Münzer, Försterin

Anmeldung: bw.rheinhessen@bistum-mainz.de

Land Art in der Stadt – Fundstücke finden ihren Platz

Zielgruppe: experimentierfreudige Naturliebhaber – Anfänger/-innen, Fortgeschrittene

Land Art entstand als ökologische Bewegung in den 60er-Jahren. Aus Naturfundstücken werden mehr oder weniger dauerhafte Kunstwerke geschaffen.

Am Freitag inspirieren uns Vertreter der Land Art und Sie lernen verschiedene Gestaltungsprinzipien kennen. Die Sitzung findet online statt.

Samstag sammeln wir bei einem Spaziergang von der vhs Mainz aus zusammen Naturfundstücke und halten Ausschau nach passenden Plätzen für unsere Werke. Wir fotografieren die oft flüchtigen Kreationen und nehmen sie u. U. mit, um an anderer Stelle etwas Neues zu gestalten.

Dies ist ein Kleingruppenkurs mit 6 bis 8 Teilnehmenden.

Sie benötigen: Smartphone oder digitale Kompaktkamera

Land Art in der Stadt – Fundstücke finden ihren Platz

Fr., 4. 11. 2022, 18.15–20.30 Uhr

Sa., 5. 11. 2022, 14.00–18.00 Uhr

Kurstage: 2, **UStd.:** 8, **Entgelt:** 68,- €,

Kursnummer: XE63720

Online und vhs-Haus

Christiane Weismüller

Anmeldung: anmeldung@vhs-mainz.de, www.vhs-mainz.de

Impressum

Ein gemeinsames Projekt von MainzZero und der Volkshochschule Mainz

Volkshochschule Mainz

Karmeliterplatz 1

55116 Mainz

Telefon 06131 2625-0

www.vhs-mainz.de

Eingetragen im Vereinsregister des Amtsgerichts Mainz,
VR 2145

Verantwortlich: Christian Rausch, Direktor

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen zu den hier angebotenen Veranstaltungen finden Sie auf der Homepage des jeweiligen Veranstalters.

Volkshochschule Mainz

Karmeliterplatz 1

55116 Mainz

Postfach 4064

55030 Mainz

Telefon 06131 2625-0

Telefax 06131 2625-100

E-Mail: vhs@vhs-mainz.de

Internet: www.vhs-mainz.de

facebook.com/VolkshochschuleMainz

MainzZero – Klimaentscheid

Michael Lengersdorff

Heileckergasse 1

55291 Saulheim

Telefon 06732 2729540

E-Mail: presse@klimaentscheid-mainz.de