

**Klimaschutz kann Leben  
besser machen.**

*Helga Kromp-Kolb*



## **Einfach anders leben**

### *Wie geht das?*

Die Klimakrise ist nichts, das sich in weiter Ferne und irgendwann in der Zukunft abspielt und uns nicht oder nur am Rande betrifft. Wie es im Sommer 2023 hierzulande konkret erlebbar war, finden Klimaveränderungen jetzt und hier statt, und unser Handeln sowie unser Aufstehen und Einfordern politischer Verantwortungsübernahme sind gefragter denn je.

Für alle, die sich fragen, was sie als Einzelpersonen schon groß beitragen können, finden sich in den folgenden Angeboten Ideen und Inspirationen sowie die Möglichkeit, sich auszutauschen, sich zu vernetzen und gemeinsam weiterzudenken. „Einfach anders leben“ stellt Menschen vor, die einen ressourcenschonenden Lebensstil für sich entdeckt haben und im Alltag umsetzen. Ihre konkreten Erfahrungsberichte sollen dazu inspirieren, Selbstverständlichkeiten zu hinterfragen und mutig neue, zukunftsfähige Wege zu beschreiten. Das aktive Mitleben jedes und jeder Einzelnen ist gefragt, um den erforderlichen gesellschaftlichen Wandel positiv zu gestalten.

Mag. (FH) Sabrina Riedl

*Fachbereich Klima & Nachhaltigkeit*



## Vortrag & Gespräch

### Wie der Wandel gelingen kann

Anders leben – wie geht das?

Wir wissen genug über die Klimakrise und darüber, was dagegen zu tun wäre. Warum passiert aber zu wenig und warum geht alles sehr langsam? Wo liegen die Hürden – individuell und gesellschaftlich? Und welche Ansätze gibt es, die den notwendigen Wandel einleiten und beschleunigen können?

Im Vortrag werden Modelle der Transformationsforschung, Umweltpsychologie und Klimakommunikation vorgestellt und gemeinsam diskutiert. Wir erfahren etwas über das Gefangen- und Nähe-Dilemma, die Tücken der Verdrängung und Verantwortungsdiffusion, die Rolle von Werten und neuen Regeln, die Fallen der Gewissensberuhigung sowie der Konsumversprechen. Wir reden über die kritische Masse, die soziale Diffusion neuer Ideen und Lebensstile, über soziale Kippunkte sowie über den Mehrebenen-Ansatz.



Referent

**Mag. Hans Holzinger**

Nachhaltigkeitsforscher und Senior Adviser der Robert-Jungk-Bibliothek für Zukunftsfragen (JZB)

**Kontakt:** hans.holzinger@sbw.salzburg.at

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos



## Erfahrungsbericht mit Gespräch

### „Ich lebe müllfrei“

Kann man so leben?

Müllreduziert oder sogar müllfrei leben? Wie geht das?

Katharina beschäftigt sich schon lange mit einem müllfreien Alltag und lebt auch schon fast genauso lange nach diesem Prinzip. Denn Plastik ist überall – im Meer, in unserem Blut, in der Nahrung und im (Trink-)Wasser. Zudem ist die Ressourcenverschwendung enorm: Elektronische Produkte gehen schnell kaputt und sogar Essen landet immer wieder im Müll. Das alles hat nicht nur auf uns Menschen, sondern auch auf unsere Umwelt negative Auswirkungen.

Aber wo fängt man an? Sind „Zero Waste“-Einkäufe, also verpackungsfreie Alternativen, wirklich immer teurer? Welche Alternativen gibt es und wo kommt man an seine Grenzen?



Referentin

**Dipl. Ing. Katharina Eckkammer**

Architektin und Mitglied der Zero-Waste-Initiative

**Kontakt:** k.eckkammer@live.com

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos



## Workshop

### Einfach selbst machen

Von Waschmittel bis Körpercreme

Wer kennt es nicht? Tausend Plastik-Flaschen, Dosen und Tuben, die zuerst im Einkaufswagen und dann nach Verbrauch im Müll landen. Dabei kann man viele Produkte wie etwa Körper- und Handcreme, Deo oder auch diverse Putz- und Waschmittel selbst machen.

Im Workshop wollen wir dem Müll die Stirn bieten und gemeinsam folgende Produkte herstellen:

**2-Stunden-Workshop:** Essig-Allzweckreiniger, Geschirrspülmittel, Waschmittel, Deo und Körpercreme

**4-Stunden-Workshop:** Essig-Allzweckreiniger, Glasreiniger, Geschirrspülmittel, Klarspüler, Waschmittel, Deo, feste Handcreme und Körpercreme sowie, bei genügend Zeit, Fichtenharzsalbe

Referentin

**Dipl. Ing. Katharina Eckkramer**

Architektin und Mitglied der Zero-Waste-Initiative

**Kontakt:** k.eckkramer@live.com

**Dauer:** 2 bzw. 4 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos

**Sonstiges:** max. 8 Teilnehmende



## Erfahrungsbericht mit Gespräch

### „Wir sind eine nachhaltige Großfamilie“

Wie kriegen wir das hin?

In vielen Bereichen fällt uns das nachhaltige Leben nicht schwer: Wir leben auf kleiner Fläche in einer Mietwohnung in zentraler Lage und brauchen deshalb auch kein Auto. Wir verreisen sehr gerne mit der Bahn und große Teile unserer Klamotten, Spielsachen und Einrichtungsgegenstände sind im Second-Hand-Gebrauch. Es gibt aber auch vieles, das wir nicht so gut beeinflussen können, und „einfach anders leben“ ist für uns sehr oft gar nicht so einfach. Wie kann ein „einfach anderes Leben“ für Familien aussehen? Wo stößt man an eigene oder gesellschaftliche Grenzen? Wie denken Kinder darüber und was sollten wir ihnen mitgeben? Darüber können wir aus unseren Erfahrungen berichten und tauschen uns gerne aus, um Neues zu lernen.



Referenten

**Dipl. Ing. (FH) Patrick Lüftenegger**

Hausmann, Vater und Wohnbauforscher

**Benedikt Lüftenegger**

Ältester Sohn, großer Bruder, Schüler und Kinderuni-Professor

**Kontakt:** p.lueftenegger@outlook.com

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos



Erfahrungsbericht mit Gespräch

## „Wir leben ohne Strom“

Wie geht das?

Tatjana und Karl geben persönliche Einblicke in ihre Art zu leben und zu wohnen – ohne Strom und fließendwasser. Sie erzählen, worauf es bei einem Leben ohne Strom ankommt und geben alltagstaugliche Tipps. Interessierte erfahren anhand von praktischen Beispielen, wie ihr Alltag – zum Beispiel ohne elektrisches Licht – funktioniert. Die beiden erzählen, mit welchen Herausforderungen sie anfangs konfrontiert waren und wie sie ohne Strom und ohne fließendes Wasser zu einer ressourcenschonenden Haltung im Innen und Außen gefunden haben. Eine Haltung, die ein Leben in größtmöglicher Freiheit, Autonomie und Zufriedenheit bietet.



Referierende

**Tatjana Nikitsch**

Journalistin, Autorin, Körpertherapeutin, Trainerin

**Karl Jungwirth**

Shiatsu-Praktiker

**Kontakt:** kontakt@walden.jetzt

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos



Erfahrungsbericht mit Gespräch

## „Ich lebe klimaneutral“

Wie geht das?

Aus eigener Entscheidung und in großer Freiheit klimaneutral zu leben, bedeutet für Lucia, auf eine spannende Entdeckungsreise zu gehen: Mal aus abgetragenen Hemden ein pfffiges Kleid schneiden, einen Hühnerhaltungsversuch starten oder aus Holzresten einen Stuhl schreinern. Ausflüge in die Wildnisküche bescheren ihr völlig ungewohnte Geschmackserlebnisse. Sie setzt sich mit neuer Heiztechnik auseinander und krempelt ihre Mobilität um. Dabei geht es nicht um Perfektionismus und auch nicht um Autarkie, sondern um einen wertschätzenden Umgang mit Mensch und Natur. Kraft- und Hoffungsquellen sind für Lucia ihre tiefe Spiritualität, das achtsame Sein in der Natur und die intensive Gemeinschaft mit anderen Menschen.



Referentin

**Dr. Lucia Jochner-Freitag**

Landschaftsökologin, Schöpfungspädagogin und Gründungsmitglied der Initiative „100xklimaneutral“

**Kontakt:** ljofer@icloud.com

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos



### Erfahrungsbericht mit Gespräch

## „Ich teile mein Auto“

Kann man so leben?

Kein eigenes Auto haben, sondern es mit anderen teilen? Wie geht das? Angela betreibt schon lange „Car-Sharing“, teilt also ihr Auto und die Kosten dafür mit anderen. Für die Umwelt ist Car-Sharing ein Plus: Wenn mehr Menschen Autos gemeinsam nutzen, müssen weniger Autos gebaut werden, gibt es weniger Stau, und Gemeinden und Städte müssen keine Betonwüsten für Parkplätze errichten. Wie lebt es sich ohne eigenes Auto? Wie kommt Angela in die Arbeit? Wie holt sie Gemüse für sich und die Nachbarn vom Biobauern? Und welche Empfehlungen hat sie für Eltern mit kleineren Kindern, die Car-Sharing nutzen wollen?



Referentin

### Dipl. Ing. Angela Lindner

Gemeinderätin, Mobilitätsbeauftragte, Initiatorin des Car-Sharings in Eugendorf und Lehrerin

**Kontakt:** angela.lindner@gruene.at

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos

### Vortrag & Gespräch

## „Ich koche klimafreundlich“

Was auf den Teller kommt, formt unser Klima von morgen. Denn Nahrungsmittel sorgen durch deren Produktion, Vertrieb, Zubereitung und Entsorgung für erhebliche CO<sub>2</sub>-Emissionen. Rosemarie achtet daher schon lange darauf, biologische, regionale und saisonale Lebensmittel zu konsumieren. Außerdem ist sie leidenschaftliche Befürworterin des klugen Restemanagements. Damit – und davon ist sie überzeugt – kann wirklich jeder Mensch den eigenen ökologischen Fußabdruck durch seine Ernährung verringern.



Referentin

### Rosemarie Haider MAS

Gastrosophin, Lehrerin, TCM-Ernährungsberaterin sowie TEH-Praktikerin und Meisterin der Landwirtschaft

**Kontakt:** info@gastrosophische-praxis.at

**Dauer:** 1,5 bis 2 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos

### Erfahrungsbericht mit Gespräch

## „Ich reise welt-verträglich“

Reisen ohne Flugzeug und mit Fragen im Gepäck? Maria erzählt in diesem Inspirationsvortrag, warum sie als Vielgereiste heute seltener, langsamer, bewusster und terran reist. Schon sehr viele Menschen haben Gefallen an anderen Formen des Reisens gefunden. Warum reist der Mensch überhaupt? Welche Haltung haben wir zu diesem Sehnsuchts-thema? Ist Reisen ein Luxusgut? Was heißt es, verträglich für Umwelt und Mensch zu reisen? Wir tauschen Einstellungen und Erfahrungen aus und überlegen, wie zukunftsfähiges Reisen aussehen könnte.



Referentin **Maria Kapeller**

(Reise-)Journalistin, Autorin, Texterin

**Kontakt:** text@mariakapeller.at

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Kosten für örtliches Bildungswerk:** kostenlos