

Purpur.

PUR leben PUR handeln PUR sein

100%

liesLotte
MEDIEN
VERLAG

Themenheft
Augsburg

Herbst /
Winter 2019

PUR leben

Luft ist Lebensqualität. | S. 6

PUR handeln

Zirkuläre Wirtschaft. | S. 26

PUR sein

Der Tag ist mein! | S. 42

Purpur-Kalender:
500 nachhaltige Termine



LEW



Nachhaltig handeln
und an die Umwelt
von morgen denken.

Mit LEW geht das

Mehr entdecken auf lew.de



Die LEW-Gruppe – Ihr Partner für intelligente Energie



Liebe Leserinnen, liebe Leser!



Vor einigen Tagen war ich auf einem Retreat im Allgäu und hörte dort eine wundervolle Geschichte. Sie ging so:

Die Menschen besuchten einen weisen Mann in den Bergen, der dort völlig abgeschieden und allein lebte. Sie wollten in Erfahrung bringen, warum man sich in die Einsamkeit zurückzieht und was man davon hat. So fragten sie also den weisen Mann danach, der gerade am Brunnen Wasser schöpfte. Er überlegte lange. Während er den Eimer erneut aus dem Brunnen zog, sagte er: „Schaut in den Brunnen und sagt mir, was ihr seht.“ Die Besucher beugten sich über das bewegte Wasser und antworteten: „Nichts.“

Nach einigen Minuten des Wartens, in dem das Wasser im Brunnen zur Ruhe kam, forderte der weise Mann seine Besucher erneut auf, in den Brunnen zu schauen: „Was seht ihr jetzt?“ „Jetzt sehen wir unser Spiegelbild.“

Der weise Mann und seine Besucher warteten noch einmal und beim dritten Blick in den Brunnen erkannten die Besucher sogar den Grund des Brunnens, die Steine und die Quelle.

Der weise Mann erklärte: „Wenn wir uns Zeit nehmen, in Ruhe und Stille zu meditieren, uns für mehrere Augenblicke aus dem Strudel und den Wellen des Lebens herausziehen, Zeit mit uns selbst verbringen und nach innen schauen, dann erkennen wir uns selbst und erfahren unsere Essenz.“

Mit diesem Denkanstoß wünsche ich allen Leserinnen und Lesern eine kuschelige Herbst- und Winterzeit. Wer Lust bekommt, in dieser Zeit einmal etwas zum Thema Meditation, Achtsamkeit und Entspannung für sich selbst zu tun, findet im Veranstaltungskalender jede Menge Kursangebote und Anregungen.

Eure Uta Börger

www.purpur-magazin.de



Abo



Dein Purpur-Magazin exklusiv
und pünktlich nach Hause!



Vorname + Name

Straße + Haus-Nr.

PLZ + Ort

Telefon

E-Mail

- Ja, ich bestelle 1 Jahresabo (2 Hefte) zum regulären Abopreis von 10 €*.
 Ja, ich unterstütze Purpur, zahle für mein Jahresabo (2 Hefte) gern etwas mehr
und zwar: €.

Datum

Unterschrift

Personenbezogene Daten werden ausschließlich für die Zustellung deines Abos verwendet.

Bezahlung per Vorkasse an: Uta Börger, Kreissparkasse Augsburg,
IBAN: DE98 7205 0101 0030 1758 97, BIC: BYLADEM1AUG,
Betreff: Purpur-Abo mit deinem Namen & deiner Adresse.

Diesen Abschnitt per Post an: liesLotte Medien Verlag, Schillstraße 129 b, 86169 Augsburg
oder per Fax an: 0821 / 50 85 113 oder E-Mail mit allen Angaben an buchhaltung@purpur-magazin.de

Preise inkl. MwSt. Die Abrechnung erhältst du zusammen mit der ersten Ausgabe per E-Mail nach Zahlungseingang. Eine Kündigung ist unkompliziert und formlos bis 2 Wochen vor Ablauf des Jahresabos schriftlich möglich. Ansonsten verlängert sich das Abo automatisch um ein weiteres Jahr.

www.purpur-magazin.de

Inhalt

PUR leben

- 6 **Luft pur**
Grundlage für Lebensqualität.
- 10 **Alles pur** Nachrichten
- 14 **Heimat pur**
Mit viel Liebe zum Detail.
- 16 **Genuss pur**
Rezepte mit Quitte.
- 18 **Wald pur**
Potenzial für viele Herausforderungen.
- 20 **Tour pur**
Von der Harburg durch Wald und Heide.
- 22 **Überblick pur**
Mobil sein ohne eigenes Auto.
- 24 **Umsicht pur**
Für ein gutes Gefühl.



PUR handeln

- 26 **Im Kreis pur**
Das System neu denken: zirkuläre Wirtschaft.
- 30 **Food pur**
Wilde 13 | Uli Scheffler Weinhandel | MAK Afrika | Moirhof | Ertls Bittersüß | Tante Emma
- 34 **Meinung pur**
Purpur fragt: Was bedeutet für dich pures Leben?
- 36 **Lebensraum pur**
Biologische Vielfalt im Industriegebiet.
- 38 **Auslese pur**
- 39 **Kreativität gegen die Beliebigkeit**
- 40 **Engagement pur**
Lokale Agenda 21.

PUR sein

- 42 **Morgen pur**
Der Tag ist mein!
- 46 **Poesie pur | Stille pur**
- 48 **Gesundheit pur** Nachrichten
- 50 **PUR-Termine**
- 64 **Branchenbuch, Impressum**

Luft

Grundlage für Lebensqualität.

Ganz unbewusst atmen wir Menschen das uns umgebende Gasgemisch ein und aus. Luft ist – wie Wasser und Boden – eine natürliche Lebensgrundlage, ohne die kein Lebewesen der Erde sein kann. Saubere Luft allerdings ist unabdingbar für ein gutes und gesundes Leben. Doch durch das Zutun des Menschen gelangen Stoffe in die Luft, die in zu hoher Konzentration bedenklich und sogar gesundheitsschädigend für Mensch und Umwelt sein können. Auch die Augsburger Luft benötigt ausreichend Schutz, um für alle atmenswert zu sein.

Von Angelina Blon.



Frisch und würzig mag einem die herbstliche Luft erscheinen. Und doch beinhaltet sie neben den wenigen Duftmolekülen, die unsere Sinne anregen, Stoffe, die direkt oder durch den Eintrag in Boden und Wasser für die Gesundheit des Menschen und für die Umwelt problematisch sind. Auch wenn diese natürlichen Ursprungs durch Vulkanausbrüche, Gewitter, Boden-erosion oder Waldbrände sein können, so steht doch außer Frage, dass der Eintrag von Luftschadstoffen zum größten Teil menschengemacht ist.

Stickoxide, Ozon und Feinstaub

In einer Publikation des Umweltbundesamtes zum Schwerpunkt „Gesunde Luft“ heißt es: „Derzeit sind mit Blick auf die Gesundheit in Deutschland vor allem drei Luftschadstoffe ein Problem: Feinstaub, Stickstoffdioxid (NO₂) und Ozon (O₃).“ In Augsburg gibt es vier Messstationen, vom Landesamt für Umweltschutz (LfU) betrieben, die eben jene messen: in der Karlstraße, auf Bourges- und Königsplatz sowie am LfU selbst. Die stündlich aktuellen Werte, deren Einschätzung und sogar entsprechende Verhaltenstipps kann man mit der neuen App „Luftqualität“ des Umweltbundesamtes abrufen.

Einfluss auf die Gesundheit

Die Grenzwerte in Augsburg werden bis auf den Wert für Stickstoff an der Messstelle Karlstraße eingehalten. Doch selbst hier verbessert sich die Situation. Trotzdem fordert Dr. Andreas Hellmann, Lungenspezialist mit Praxis in Augsburg und der erste Arzt, der die Zusatzbezeichnung Umweltmedizin in Bayern erhalten hat: „Es muss versucht werden, die Belastungen weiter zu senken. Die Einhaltung eines Grenzwertes garantiert noch keine Sicherheit. Der Mix an Luftbelastung mit Feinstaub, Stickoxiden, Ozon und Lärm stellt eine nicht zu vernachlässigende Gesundheitsgefahr dar.“

Es gibt zu denken, dass die empfohlenen Werte der Weltgesundheitsorganisation etwa im Bereich Feinstaub niedriger liegen als die von der EU gesetzlich vorgeschriebenen. Denn genau diese Feinstäube sind laut einer Untersuchung der WHO für das verstärkte Auftreten von Atemwegs- und Herz-Kreislaufkrankungen verantwortlich. Andere Studien belegen gar eine messbare Verringerung der Lebenserwartung.

Feinstaubrouting

Während derzeit die Luftschadstoffverteilung für gesamt Augsburg aus den Daten der vier Messstationen gerechnet wird, arbeitet die Universität Augsburg am Lehrstuhl für Geografie am Projekt Smart Air Quality, das mit kostengünstigen Sensoren die Messung in die Fläche bringen möchte. An Fahrrädern, Drohnen oder stationär angebracht, werden derzeit Feinstäube der Partikelgröße unter 10 µm (PM₁₀) bzw. 2,5 µm (PM_{2,5}) gemessen. Ziel ist eine Feinstaubvorhersage über die Modellregion Augsburg hinaus, etwa als Entscheidungsunterstützung für Stadtplaner und Umweltämter, und darauf aufbauend ein Verkeftrouting, anhand dessen beispielsweise die Fahrradroute zur Arbeit anhand aktueller Feinstaubwerte gestaltet werden kann. „Wir suchen noch weitere Probanden in der Stadt Augsburg, die einen solchen optischen Sensor anbringen können“, so Erik Petersen, Doktorand und zuständig für die Messungen.

„Die einzig gute Emission ist die, die man vermeidet.“
Kim Andres, MAN

Verbote zeigten Wirkung

„Um sicherzustellen, dass wir überall gesündere Luft atmen können, muss sich die EU bei allen Luftschadstoffen auf schärfere und verbindliche Luftschadstoffgrenzwerte einigen und bei deren Überschreitung schnellstmöglich Abhilfe schaffen“, fordert Maria Krautzberger, Präsidentin des Umweltbundesamtes.

Es gibt einige Beispiele, die zeigen, dass gesetzliche Regelungen zu einer Verbesserung der Luftsituation führen. In Deutschland wurden die Schwefeldioxid(SO₂)-Emissionen aus Verbrennungsanlagen seit den 80er-Jahren geregelt und schrittweise verschärft, als man erkannte, dass ebenjenes SO₂ auch verantwortlich für den sauren Regen ist, der unsere Wälder sterben lässt. Heute werden in Deutschland nirgendwo mehr gesundheitsgefährdende SO₂-Konzentrationen gemessen. Einen ähnlichen Effekt zeigte das Verbot von Blei im Benzin, als dessen schädigende Wirkung erkannt wurde. Immer neue Erkenntnisse stellen also neue Anforderungen an die



SmartAQnet

Optischen Sensor zur Feinstaubmessung im Stadtgebiet Augsburg anbringen, z.B. an Balkon oder Fenster; nötig sind: WLAN und Steckdose
Erik Petersen, 0821 / 598 27 65,
erik.petersen@geo.uni-augsburg.de

Augsburg atmet

Mitmachprogramm der Stadt Augsburg zur Luftverbesserung
www.augsburg.de/augsburg-atmet



„Je mehr AugsburgerInnen das Auto so wenig wie möglich nutzen, desto besser wird die Augsburger Luft.“

Rainer Erben, Umweltingenieur

Luftreinhaltung. Dabei ist die zentrale Frage: Wo kommen relevante Luftschadstoffe her? „Vor allem der Straßenverkehr trägt über die Emissionen aus der Verbrennung (v.a. Stickstoffoxide und Kohlenmonoxid) und dem Reifen- und Bremsabrieb (v.a. Stäube) zu den Gesamtemissionen bei.“ So heißt es auf den Seiten des Umweltbundesamtes.

Einige Zahlen

8 l Luft/Min. atmet ein durchschnittlicher Mensch ein und aus

Natürliche Luft: 78% Stickstoff, 21% Sauerstoff, 0,938% Argon, 0,038% Kohlendioxid

Stickstoffdioxid NO₂

Grenzwert für das Jahresmittel: 40 µg/m³

Messstelle Karlstr.: 46 µg/m³ (2016), 44 µg/m³ (2017), 43 µg/m³ (2018)

Stundenhöchstbelastung: 200 µg/m³, nie erreicht

Verursachung zu 60% durch Straßenverkehr

Feinstaub

Ziel: Max. 35 Überschreitungen des Tagesmittelwerts von 50 µg/m³/Jahr für PM₁₀

Messstelle Karlstr.: 17 Überschreitungen (bis 22.09.2019)

Gesetzlich vorgeschriebene Grenzwerte für den Jahresmittelwert <-> Empfehlung der WHO:

PM₁₀: 40 µg/m³ <-> 20 µg/m³

2018: 24 µg/m³ Karlstr, 22 µg/m³ Kö

PM_{2,5}: 25 µg/m³ <-> 10 µg/m³

2018: 14 µg/m³ Bourgesplatz, 13 µg/m³ LfU

Ozon

Ziel: max. 25 Überschreitungen von 120 µg/m³ (8-Std.-Mittelwert)

Messstation am LfU: 36 Überschreitungen (bis 12.08.2019), 30 (2018)

Messstation Bourgesplatz: 28 Überschreitungen (bis 12.08.2019), 15 (2018)

Der schlechten Luft zu Leibe rücken

Dr. Andreas Hellmann ist überzeugt, dass Augsburg immer noch zu den stark belasteten Städten gehört: „Wenn auch die Hotspots der Grenzwertüberschreitungen für Stickoxide an viel befahrenen Straßen in anderen Großstädten wie München oder Stuttgart auftreten, so ist die Luft keineswegs gut.“ Die Stadt Augsburg sorgt mit dem Luftreinhalteplan, dem Masterplan „Nachhaltige und emissionsfreie Mobilität“, aber auch mit dem Nah- und Gesamtverkehrsplan, dem E-Mobilitäts- oder Stadtentwicklungskonzept für eine nachhaltige, saubere und lebenswerte Stadt für ihre BürgerInnen. „Hier wurden viele Projekte und Prozesse ausgearbeitet, die nun nach und nach umgesetzt werden. Die Maßnahmen und Themenfelder sind dabei vielseitig und reichen von der Förderung bei der Beschaffung von Lastenrädern über die Attraktivierung des Nahverkehrs bis hin zu City-Logistikkonzepten“, so Bürgermeisterin Eva Weber. Das Mitmachprogramm „Augsburg atmet – fürs gute Leben in der Stadt“ weist auf ebene Förder- und Beteiligungsmöglichkeiten für BürgerInnen hin. Als erste Aktion wurde die Lastenradförderung hier publik gemacht, die Pflanzaktion „Bürgerwald Hammerschmiede“, die Solaroffensive oder der „Talking Tree“ im Stadtwald werden folgen.

Verantwortung übernehmen

So kann jeder Einzelne etwas beitragen:

Sei es, das Auto auch mal stehen zu lassen oder bei „Augsburg atmet“ reinzuschauen und mitzumachen. Einen wichtigen Beitrag können auch große Unternehmen leisten.

„Bei uns entstehen Emissionen aus Energiegewinnung, in unserem Gießereibetrieb und auf den Motorenprüfständen“, so Kim Andres, Leiter der Abteilung für Umweltschutz, MAN Energy Solutions Augsburg. Eine intensive Diskussion um den Wertbeitrag des Unternehmens in einer zukünftig klimaneutralen Welt führte zu einer Neuausrichtung mit dem Etappenziel, bis 2030 mindestens 50 Prozent des Umsatzes mit nachhaltigen Technologien zu erwirtschaften. So soll ein Energiemanagementsystem die nahtlose Integration von thermischer und erneuerbarer Erzeugung, Speicherlösungen und Echtzeit-Marktdaten in einem intelligenten Energiemanagementsystem ermöglichen. Denn das Maschinenbau-Unternehmen ist auf die verlässliche Bereitstellung großer Mengen elektrischen Stroms zu bestimmten Zeitpunkten und eine jederzeit gesicherte Versorgung angewiesen. Und erst letztes Jahr eröffnete das neue Schwerlastzentrum, Kernstück eines Transportkonzepts, das rund die Hälfte der Motorenlieferungen auf die Schiene verlagert. „Davon profitiert Augsburg, aber vor allem das Klima“, freut sich Kim Andres, der überzeugt ist, dass ein Markt für Technologien zur Emissionssenkung immer erst dann entsteht, wenn die Emission einen Preis hat.



App

UBA Luftqualität, stundenaktuelle Werte von Luftschadstoffen + Verhaltenstipps
www.umweltbundesamt.de/app-luftqualitaet



Die Ustersbacher Brauerei

Das Ziel: die energieeffizienteste Brauerei Deutschlands.



Photovoltaik & Blockheizkraftwerk.

Eine Brauerei ist ohne Zweifel ein energieintensiver Betrieb. Die Würze wird im Sudhaus gekocht und im Gärkeller benötigen wir über Wochen der Lagerung und Reifung Kälte. Das können wir nicht ändern, aber wir werden weiter in neue Technologien investieren, die uns ermöglichen, den hierfür benötigten Energiebedarf zu minimieren und den Rest aus regenerativen Energien aus der Eigenerzeugung zu gewinnen.

Die Photovoltaikmodule auf den Hallendächern liefern 30 Prozent des Strombedarfs der Brauerei.

Weitere 60 Prozent kommen aus dem 2014 installierten Blockheizkraftwerk. Die Abwärme aus dem Blockheizkraftwerk wird wiederum für die Flaschenreinigung verwendet – also auch wieder ein geschlossener Kreislauf.

Das Blockheizkraftwerk wird seit 2019 mit Methangas aus dem Brauereiabwasser betrieben – ein Projekt, das wir seit einigen Jahren verfolgen und nun zum Abschluss bringen konnten. Das Abwasser durchläuft dabei einen Biogasreaktor, der mittels eines Substrats unter Abschluss von Sauerstoff direkt Methangas erzeugt – bei gleichzeitiger Reinigung des Abwassers. Das für eine Brauerei typische, nährstoffreiche Abwasser ermöglicht dabei eine gute Ausbeute.

Circa 20 Prozent unseres Energiebedarfes stammen heute bereits aus der Abwasserreinigung. Es muss also weniger Erdgas eingesetzt werden. In Zukunft ist angedacht, die Effizienz des Biogasreaktors noch zu erhöhen – alles mit einem Ziel: CO₂-Neutralität und zwar aus dem eigenen Betrieb generieren.



Technischer Leiter Josef Geh: „Nachhaltigkeit ist ein Trend, den wir in unserer Brauerei schon vor 400 Jahren gesetzt haben.“

Alles pur

Grundstein für gutes Wohnen



Es ist geschafft: Nach über einem Jahr der Vorbereitung fand am 22.9. die Gründungsversammlung der WOGENAU statt. Zahlreiche Sitzungen, Planungen und Gespräche mit ExpertInnen, PolitikerInnen und Banken gingen dem Abend voran. Ein bedeutender Schritt für die junge Augsburger Wohnungsbaugenossenschaft, denn: Die Versammlung ist Voraussetzung zur Eintragung ins Genossenschaftsregister. Erst dann kann sich die WOGENAU um Grundstücke bewerben. Mehr als die Hälfte der gut 50 Anwesenden entschloss sich zur Mitgliedschaft – ein überwältigendes Interesse, mit dem man im frischgebackenen Vorstand um Hilde Strobl, Susi Weber und Sabine Pfister nicht gerechnet hatte. Der Grundstein ist ins Rollen gebracht, damit es bald heißt: Genau hier entsteht das erste WOGENAU-Haus. Wohnbaugenossenschaft WOGENAU, www.wogenau.haus

Foodsharing in Hochzoll



Wer kennt es nicht? Man hat zu viel eingekauft, nach einer Feier ist zu viel übrig oder die Äpfel im Garten werden alle gleichzeitig reif. Wohin damit? Im Kinder- und Jugendhaus Lehmbau in Hochzoll können ab sofort Lebensmittel geteilt werden. Dafür stehen ein Kühlschrank und ein Brotkorb zur Verfügung. Der „Fair-Teiler“ wurde in Zusammenarbeit mit der Initiative Foodsharing, die sich gegen Lebensmittelverschwendung engagiert, eingerichtet und ermöglicht Privatpersonen, unkompliziert Essen weiterzugeben. Hochzoll ist neben dem Grandhotel Cosmopolis, dem Sozialkaufhaus Contact, dem City-Café und der Universität bereits der fünfte Fair-Teiler-Standort in Augsburg.

Jugendhaus Lehmbau, Mittenwalder Str. 31, Augsburg

Mo–Fr: 10–19 Uhr, Ferien: Mo–Fr: 12–17 Uhr

www.foodsharing.de

Experten für (extremes) Klima



Anfang Dezember findet die nächste Weltklimakonferenz in Chile statt. Was sind die aktuellen Ergebnisse, welches die nächsten Schritte? Extremwetterereignisse nehmen aufgrund des Klimawandels immer mehr zu. Was muss an Maßnahmen zum Schutz von Menschen und Objekten geschehen? Im Rahmen mehrerer Webinare der Volkshochschulen Süd-Ost berichten ExpertInnen aus der Forschung über Hintergründe und Herausforderungen aktueller Klimafragen.

Mi 11.12., 19–20.30 Uhr, Letzte Rettung für unser Klima? Hinter den Kulissen des Weltklimagipfels

Kurs-Nr.: RH12793, 6 €, 7 € (AK), www.vhs-augsburg.de

Kurs-Nr.: 0409-192, Ø, www.vhs-kaufering.de

Di 21.01., 19.30–21 Uhr, Extremwetterereignisse, Kurs-Nr.: 0411-192, 9 €, www.vhs-kaufering.de

Umweltschutz in Energiefragen



Was steckt hinter dem Begriff Wärmewende? In welchem Verhältnis stehen sogenannte saubere Energien wie Wasserkraft oder Biogas zu Gewässerökologie und Naturschutz in der Landwirtschaft? Wie werden Photovoltaikanlagen fachgerecht entsorgt? Diese und andere Fragen rund um den Themenkomplex „Umwelt und Energie“ versucht das Bayerische Landesamt für Umwelt in einer Vortragsreihe zu beantworten. Hierfür kommen ExpertInnen aus Behörden, Unternehmen und Forschung zu Wort. Ziel der Reihe ist es, neben der Wissensvermittlung in verschiedenen Perspektiven aufzuzeigen, wie die vor uns liegenden Herausforderungen bewältigt werden können. ab 21.10., jew. Mo: 14–15.30 Uhr, Ringvorlesung „Umweltschutz heute – Energie und Ökologie“, Bayer. Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, Ø, www.lfu.bayern.de

Nachhaltigkeit in allen Facetten



Im Wirtschaftsraum Augsburg gibt es eine Vielzahl an unternehmensrelevanten Veranstaltungen, die sich mit Nachhaltigkeit befassen. Um das Verständnis für nachhaltiges Wirtschaften bei Unternehmen zu fördern und Praxisbeispiele zu liefern, bündeln die Wochen der Nachhaltigkeit jährlich Veranstaltungen unabhängiger Partner aus der Region. Gemeinsam mit der Regio Augsburg GmbH entstand wieder ein vielseitiges Programm. Vorträge zu Mikroplastik, Gemeinwohlökonomie oder Kaffeehandel, Dokumentarfilme über Regionalwährungen, Linux-Workshops, Energieberatungen, die Bayerischen Wassertage und vieles mehr bieten eine hochinteressante Vielfalt an Themen und Formaten.

Mi 9.10. – Mi 27.11., Wochen der Nachhaltigkeit, div. Veranstaltungsorte in Augsburg und Schwaben, www.nachhaltigkeitswochen-A3.de

Dienstag für Nachhaltigkeit



Nach „Nachhaltiger leben“ hat die Umweltstation Augsburg eine neue Veranstaltungsreihe aufgelegt: den „nachhaltigen Dienstag“. Dazu sind Interessierte monatlich an einem Dienstagabend an verschiedenen Orten in Augsburg eingeladen. Wie die vorausgehende Reihe soll der „nachhaltige Dienstag“ mittels Vorträgen, Workshops oder Diskussionsrunden breit gefächerte Antworten auf die Frage liefern: „Nachhaltiger Leben – wie kann das gehen?“ Den Anfang machen drei Abende zu Engagementmöglichkeiten für eine nachhaltigere Stadt, Energie und Strom im Haushalt, und – passend zur Saison – nachhaltige Geschenkeverpackungen.

Di 01.10. + 12.11. + 03.12. (wird fortgesetzt), jew. 19.30–21.30 Uhr: „Der nachhaltige Dienstag“, Verant.: Umweltstation Augsburg, Anm.: 0821/650 2236, Ø, Treff: www.us-augsburg.de

Vor-Ort-Nachhilfe in Sachen Energie



In der Region erhalten BürgerInnen und Unternehmen verschiedenste Beratungsangebote zu effizienter Energienutzung und regenerativen Energien kostenlos.

Telefonisch oder persönlich?

Bei einer täglichen Hotline zum Energiespezialisten erhält man schnell Antworten auf Fragen rund um Energiethemen. Wer sich lieber persönlich beraten lässt, kann die individuelle, neutrale Impulsberatung für erste Tipps und Informationen, etwa zu effizienten Heizsystemen, Fördermitteln oder erneuerbaren Energien in Anspruch nehmen. In den Landkreisen gibt es einmal im Monat 45-minütige Termine zu buchen, in der Stadt wöchentlich – und neu einmal im Monat auch im Wohnzimmer des Schwabencenters – 30-Minuten-Termine. Dazu kommen Spezialberatungen zu verschiedenen Themen.

Beratung in den eigenen vier Wänden

„EnergiePLUS“ bietet Augsburger Unternehmen aller Branchen ein unabhängiges Beratungsangebot zu Energieeffizienz und erneuerbaren Energien, darin enthalten: ein Beratungsgespräch und eine Gebäudebegehung.

Für einkommensschwache Haushalte zeigt der Stromsparmcheck des SKM Augsburg, wo es Energiesparmöglichkeiten gibt, und stellt bei Bedarf sogar kostenlose Energiesparartikel zur Verfügung.

Photovoltaik sinnvoll?

Die Solaroffensive bietet Unternehmen und Eigentümern gewerblich genutzter Immobilien, aber auch BürgerInnen mit Eigenheim speziell zum Thema Photovoltaik Beratung durch einen unabhängigen Solar-experten auch vor Ort. Es können Fragen rund um die Vorbereitung, Planung und Inbetriebnahme eigener Photovoltaik geklärt werden. Einen spannenden Vortrag zum Thema „Strom aus der eigenen Photovoltaikanlage: Pack die Sonne auf dein Dach, in den Speicher oder ins Elektroauto!“ bietet das Landratsamt Augsburg.

Telefonische Energieberatung

Mo–Do: 8–16 Uhr, Fr: 8–12 Uhr

Stadt: 0821/324-7320, LK A: 0821/3102-2884, LK AIC: 08251/9248 14

Persönliche Beratung

Terminvereinbarung Stadt: 0821/324-7322, LK A: 0821/3102-2222, LK AIC: www.lra-aic-fdb.de

EnergiePLUS-Beratungen www.augsburg.de/energieplus

Stromsparmcheck für Einkommensschwache

www.stromsparmcheck.de

Solaroffensive

www.augsburg.de, www.lra-aic-fdb.de, www.landkreis-augsburg.de

Vortrag

Mo 28.10., 18 Uhr: Strom aus der eigenen PV-Anlage, LRA Augsburg, Prinzregentenplatz 4, Anm.: 0821/3102-2682

Alles pur

Komm, Erde retten!



Gemeinsam für die Zukunft unseres Planeten – Was können wir tun, um unsere Umwelt und das Klima zu schützen? Der KJR veranstaltet einen Umweltkongress mit Festival, bei dem verschiedene Workshops, eine Kleidertauschbörse, Filme und Konzerte auf dem Programm stehen. Organisationen und Vereine stellen sich vor. Die BesucherInnen können mitmachen, zuhören, zuschauen, mitdiskutieren.

Do 17.10., 17–19 Uhr: Auftakt und umweltpolitische Diskussion: Komm, Erde retten – durch Verzicht?

Sa 19.10., ab 14 Uhr: Umweltkongress und Festival, buntes Programm, Workshops, 14–17 Uhr: Kleidertauschbörse, 16 Uhr: Umweltkino
 Veranst.: Kreisjugendring Augsburg-Land, Ort: Jugendfreizeitstätte Matrix Königsbrunn, Alter Postweg 2, alles ohne Anm., ø
www.kjr-augsburg.de/aktuelles/details/komm-erde-retten

Konsum? Mit Bedacht!



Ressourcen sind endlich und Recycling findet auch nur begrenzt statt. Mit der Broschüre „Wir haben es in der Hand!“ gibt die kommunale Abfallwirtschaft des Landkreises Aichach-Friedberg Landkreisbürgern und allen anderen Tipps und Anregungen zum ressourcenschonenden Verbrauch an die Hand. Denn jeder Einzelne kann aktiv werden. Und so findet man viele Beispiele und Angebote, Infos und tolle Anregungen, aber auch Adressen, um nachhaltiger zu konsumieren, und Alternativen zum bisher vielleicht etwas unbedachten Konsum. Beim Schmökern in der dicken Broschüre stößt man auch auf Fakten und Zahlen. Sich diese vor Augen zu führen, kann helfen, die Umzsetzung endlich anzugehen. „Lassen Sie sich zu bewusstem Handeln motivieren und anregen!“, so Landrat Dr. Klaus Metzger.

Broschüre im Download oder online www.abfallwirtschaft.lra-aic-fdb.de

Naturvielfalt im Wittelsbacher Land



Zum dritten Mal findet nun der Biodiversitätstag auf Schloss Blumenthal statt. Was als Idee im Forum Zukunft entstanden ist, entwickelte sich zu einer regelmäßigen Veranstaltung für alle Akteure in der Region, die sich beruflich, ehrenamtlich oder privat in der Natur engagieren. Vorträge, Diskussionen und Infostände bilden dabei eine attraktive Plattform für Wissensvermittlung und Vernetzung. Ziel ist, praxisbezogen aus erfolgreichen überregionalen Projekten wie dem „Netzwerk blühende Landschaften“ zu lernen, um unter anderem Impulse für lokale Projekte wie „Das Wittelsbacher Land blüht und summt“ oder „Ökomodellregion Paartal“ zu gewinnen.

Sa 09.11., 14–18 Uhr: Biodiversitätstag für den Landkreis Aichach-Friedberg, Schloss Blumenthal, Blumenthal 1, Aichach, ø, Anm.: www.schloss-blumenthal.de

Stickstoff: Fluch oder Segen?



Wenngleich weniger prominent als CO₂ – Überdüngung mit Stickstoff ist eines der großen Umweltprobleme unserer Zeit. Ein Vortrag in Bobingen behandelt in kurzweiliger Form die ambivalente Geschichte des Stickstoffs von den Salpeterern der Frühen Neuzeit bis zur Entdeckung des Haber-Bosch-Verfahrens. Letzteres ermöglichte einerseits die Intensivierung der Landwirtschaft und damit die Bevölkerungsexplosion, andererseits aber auch die Massenproduktion von Sprengstoff. Referent ist der Chemiker und Philosoph Dr. Jens Soentgen von der Universität Augsburg.

Mo 18.11., 19.30 Uhr: Geschichte des Stickstoffs. Vom Weizenproblem zur Überdüngung, Evangelische Kirche Bobingen, Gemeindesaal, Hochfeldstr. 7, ø, www.augsburg.bund-naturschutz.de/ortgruppen/bobingen

Kultur für inklusives Hotel



Um das erste Inklusionshotel Augsburgs bekannt zu machen und Gelder für die Vorkosten einzuwerben, veranstaltet die Initiative Down-Syndrom „einsmehr“ wieder eine Benefiz-Kulturreihe. Es stehen „Greg is back“ oder das Musikkorps der Bundeswehr auf der Bühne, aber auch eine Ausstellung und eine Krimilesung sind mit von der Partie. Mit den Veranstaltungen will der Verein die geplante Eröffnung des Hotels im Augsburger Westen Ende 2020 vorantreiben. Zwölf Menschen mit Beeinträchtigung werden so eine Anstellung auf dem ersten Arbeitsmarkt bekommen. Hierfür müssen über 1,6 Millionen Euro über Zuschüsse und Spenden aufgebracht werden. Der Verein freut sich, auch andere Veranstalter wie den Rotary-Club für sein Projekt gewonnen zu haben.

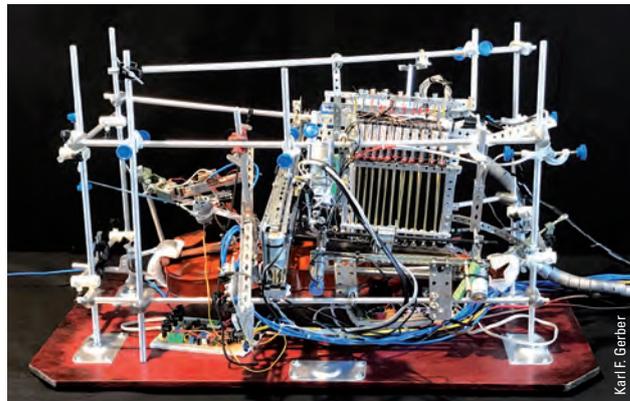
09.11. – 08.12., Tickets beim jeweiligen Veranstalter oder: www.hotel-einsmehr.de

Frauen gestalten den Wald



Frauen leisten einen wichtigen Beitrag bei der nachhaltigen Waldbewirtschaftung gestern wie heute – sei es als Försterin, Waldbesitzerin oder Kulturfrau bei der Wiederaufforstung nach Kriegen oder Schadereignissen. Die Wanderausstellung „FRAUEN+WALD“ des Katholischen Deutschen Frauenbunds befasst sich intensiv mit diesen Themen. Spannend findet die Ministerin für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Michaela Kaniber, die Ausstellung, da die Beziehung „Frauen und Wald ein besonderes Thema ist, von dem man fast nichts hört und liest“. Über 41 Prozent der Waldgrundstücke würden Frauen gehören, sagte die Politikerin anlässlich der Eröffnung in München. Frauen können den Wald der Zukunft mitgestalten. 08.02. – 26.03., jew. Sa + So: 13–17 Uhr, Forstmuseum Waldpavillon, Illungstr. 15a, Ø, www.augsburg.de/waldpavillon

Festival für Medienkunst



Mit Medien, Kunst und Experimenten präsentiert sich das lab30 im gesamten Kulturhaus abraxas. Über 30 internationale KünstlerInnen aus unterschiedlichen Bereichen der Medienkunst stellen an vier Tagen aktuelle Arbeiten vor. In der Ausstellung werden spannende Exponate gezeigt, die zum Mitmachen auffordern, interaktiv sind oder eine Brücke von alten zu neuen Medien schlagen. Das Besondere: Alle KünstlerInnen sind anwesend und beantworten Fragen oder erklären. Auch außergewöhnliche Konzerthighlights mit Laser, Lichtern, Tanz und abstraktem Musiktheater erwarten die BesucherInnen. Die Außenstelle in der Kirche St. Thaddäus wird wieder bespielt und neu dieses Jahr das Schaezlerpalais. Als Zugabe gibt es die Wiederaufnahme von „Waterdome“ im S-Planetarium.

Do 24. – So 27.10., 12 €, 15 € am Wochenende, www.lab30.de

10 Jahre Text will Töne



Wasser taucht in Brechts Lyrik immer wieder als prägendes Element auf. In der wasserreichen Stadt Augsburg geboren, verbrachte Bertolt Brecht Kindheit und Jugend am Lech. Das Wasser bleibt lebenslang von weitreichender Bedeutung für seine Dichtung, wurde zur poetisch produktiven Kraft. Passend zur Augsburger UNESCO-Welterbe-Ernennung spürt das Duo „Text will Töne“ dieser Poesie nach und gestaltet zu seinem zehnjährigen Jubiläum ein viel-schichtiges, literarisch-musikalisches Programm. Schauspielerin Karla Andrä und Josef Holzhauser, Gitarrist und Komponist, verbinden mit „Text will Töne“ einfühlsam Lyrik mit Musik.

Fr 25.10., 19.30 Uhr: „Wie oft du auch den Fluss ansiehst“, Lyrisch-musikalischer Brechtabend. Text will Töne, BrechtHaus, Auf dem Rain 7, Augsburg, 8 €, 5 € (erm.), www.textwilltoene.de

Heimat



Mit viel Liebe zum Detail.

Wenn der Zahn der Zeit an Dingen nagt, kann man das hinnehmen und diese ganz im Sinne der Wegwerfgesellschaft beseitigen. Oder man beauftragt einen Restaurator wie Florian Hoyer, der sich in kreativer Handarbeit um die Erhaltung und Reparatur von alten Holzobjekten kümmert.

Für ihn sind es die besonderen Materialien, die hohe handwerkliche Qualität und die damals schon besondere Wertigkeit der scheinbar für die Ewigkeit gebauten Möbelstücke und Gegenstände, die den Wert dieser Dinge aus- und sie erhaltenswert machen.





„Wenn ich fertig bin, sollte keiner sehen, dass ich da war.“ So beschreibt der staatlich geprüfte Restaurator für Möbel und Holzobjekte seine Arbeit. Florian Hoyer stellt den ursprünglichen Charakter und die Funktion von alten, mitunter sehr wertvollen Stücken wieder her. Seine Werkstatt befindet sich in der Kulturfabrik, ein Haus mit Künstlerateliers und einer Bühne für

in den Möbelstücken. Heute stellen sich die Menschen ein PS-starkes Auto vor die Tür, damals war es die besondere Inneneinrichtung, mit der man seinen extravaganten Lebensstil zeigen wollte.“

Derzeit arbeitet Florian Hoyer an einem reich beschnitzten Eingangsportal aus dem Affinger

„Geduld ist eine Tugend, die man als Restaurator besitzen muss.“

zeitgenössisches Theater. Es ist ein junges, kreatives Umfeld für einen Beruf, der sich mit verstaubten, alten Möbeln, Skulpturen und der Bau- und Denkmalpflege beschäftigt. Genau richtig, denn gerade als Restaurator braucht Florian Hoyer eine große Portion Kreativität: „Einmal muss ich möglichst unsichtbare Lösungen finden für knifflige Reparaturen. Ein anderes Mal geht es darum, ausgebliehene, filigrane Zeichnungen von Eichenholzmasuren auf Fichtenschränken mit winzigen Pinselchen nachzuarbeiten.“ Oder den originalen Lack wieder herzustellen: „Das ist ziemlich abgefahren, welche Beimischungen es gab, um bestimmte Farben und Glanzgrade in den Lack zu bekommen.“

Und so überrascht die Werkstatt nicht nur mit den Stücken, die gerade in Arbeit sind, sondern auch mit vielen Details: Fläschchen und Gläser in Vitrinen, beschriftet mit geheimnisvollen Namen wie „Sandarak marokkanisch“, Schränke voll mit Farben, Pigmenten und Pinselchen, Detailaufnahmen oder auch viele, teils kleinste Werkzeuge. Was fehlt sind Maschinen – denn hier ist alles, oft filigranste, Handarbeit. Florian Hoyers Augen beginnen zu leuchten, wenn er über seine Restaurierungsobjekte zu sprechen beginnt: „Da ist eine hohe Wertigkeit

Schloss. Es ist eines der wenigen Stücke, die den Brand 1927 überstanden haben. Präzise ergänzt der Restaurator fehlende Stellen in den Schnitzereien, marode Oberflächen stellt er neu her. Seine Herausforderung liegt darin, sich hineinzudenken, wie das jeweilige Stück gemacht wurde, wie es früher ausgesehen hat. Vor allem Intarsien sind es, die den Restaurator zum Schwärmen bringen. „Diese waren teilweise bunt, mit natürlichen Farbstoffen gefärbt. So entstanden auf den Möbeln die schönsten Bilder.“ Ein Beispiel dafür sind die Augsburger Kabinettkästchen. Die Stadt galt zur damaligen Zeit als Hochburg für Kunsthandwerk, nicht nur für die Silberschmiede, sondern auch für diese aufwendig gestalteten Holzschränkchen, mit ihren Intarsien, aufwendig geschnitzten Schmuckleistchen und sogar der Verwendung von tropischem Ebenholz – was zeigt, dass unsere Welt schon im 16. Jahrhundert globalisiert war.

„Wenn ich alte Stücke restauriere, frage ich mich oft: Was ist zu dieser Zeit passiert, wie war das Leben damals?“ Er erinnert sich vor allem an die Pestkarre, eine der wenigen, noch erhaltenen aus der Zeit des Dreißigjährigen Krieges. „Das ist wie ein Fenster in eine andere Zeit.“ (ab)



Florian Hoyer

Restaurieratelier
Bergmühlstr. 34 (Kulturfabrik)
86153 Augsburg
Tel.: 0821 / 261 58 85

Genuss pur

Quitte

pur

Früchte der Liebe und Fruchtbarkeit.

Eine noch immer leicht übersehene Frucht ist die Quitte. In der türkischen Küche werden die goldgelben Steinfrüchte mit dem aromatischen Zitrusduft allerdings schon seit Jahrhunderten zu einem göttlichen Dessert verarbeitet: Ayva Tatlısı, in Zuckersirup getränkte Quitten mit Crème double. Quitten besitzen aber auch in Deutschland eine lange Anbautradition. Ob Gelee, tieferer Weihnachtskonfekt oder feiner Twist zu Käse, Wild und anderen deftigen Gerichten: Quitten, lange ein Symbol für Liebe, Glück und Fruchtbarkeit, sind eine vielseitige Delikatesse.



Quittenbrot

Zutaten:

4 große Quitten

Zucker 1:1 entsprechend der Quitten

1. Quitten schälen, entkernen und fein würfeln. In einem großen Topf mit Deckel Quitten mit Wasser bedeckt für etwa 30 Minuten weich köcheln. Wasser abgießen (oder zu Gelee weiterverarbeiten) und Quitten wiegen.
2. Die gekochten Quitten sehr fein pürieren und das Fruchtpüree mit derselben Menge Zucker unter ständigem Rühren in einem großen Topf zum Kochen bringen.
3. Auf niedriger Hitze köcheln und dabei regelmäßig umrühren, bis die Paste nach circa 60–90 Minuten eingedickt ist und eine tief orange bis leicht rote Farbe angenommen hat.
4. Ein Backblech mit leicht gefettetem Backpapier belegen und die Paste darauf eben verstreichen. Im Ofen bei niedriger Hitze (ca. 50°–60°C) ein bis drei Stunden eintrocknen, bis die Paste ein tiefes Weinrot angenommen hat.
5. In schmale Streifen oder Rauten schneiden, in Zucker wälzen. In Dosen luftdicht gelagert ist Quittenbrot nahezu ein Jahr haltbar.



Quitten-Ziegenkäse-Tarte

Zutaten:

1 Päckchen Blätterteig

1 große Quitte

3 EL Zucker

1 Rolle Ziegenfrischkäse

1 Becher Crème fraîche

2 Zweige Rosmarin

1 EL Honig

Salz, Pfeffer

1. Die Quitte schälen, das Kerngehäuse entfernen und achteln.
2. Die Quittenstücke in einem Topf mit etwas Wasser und Zucker zum Kochen bringen und circa 15 bis 20 Minuten weichköcheln. Danach absieben und den entstandenen Sirup auffangen.
3. Den Ofen auf 185°C (Umluft) bzw. 200°C vorheizen.
4. Einen Zweig Rosmarin fein hacken.
5. Den Blätterteig auf dem Blech auslegen und mit Crème fraîche bestreichen.
6. Acht Quadrate planen mit je einem Achtel Quitte.
7. Den Ziegenkäse in acht Scheiben schneiden und die Quittenstücke damit belegen.
8. Alles mit Rosmarin, Salz und Pfeffer bestreuen sowie den Käse mit Honig beträufeln.
9. Die Tarte circa 20–25 Minuten backen.
10. Mit dem aufgefangenen Quittensirup beträufeln und dem übrigen Rosmarin dekorieren.

pur Tipp

Im unterfränkischen Astheim führt ein von dem Bioland-Unternehmen Mustea betriebener Quittenlehrpfad durch teilweise 100 Jahre alte Anbauflächen. Eine kooperierende Baumschule besitzt die wahrscheinlich größte Sammlung an Quittensorten in Deutschland: www.mustea.de

Weihnachtliche
Stunden auf dem
Holunderhof

Sa 14.12.
So 15.12.
13 – 20 Uhr

Holunderhof Lohe



Freitags von 14.00 - 19.00 Uhr
Samstags von 9.00 - 12.00 Uhr
Hofladen geöffnet

Biologische Landwirtschaft
Kräuterwanderungen mit Kostproben
Tageswanderungen auf dem Jakobsweg
Vorträge zum Thema Kräuter und Kneipp
Kurse im Jahresverlauf
Hofführungen | Eselwanderungen

Werner &
Siglinde Beck

Lohe 2,
86732 Oettingen
Tel.: 090 82 - 47 17

www.holunderhof-lohe.de *Wir freuen uns auf Sie*



Wald **pur**

Potenzial für viele Herausforderungen.

Der Wald steht vor neuen Herausforderungen, das hört man immer wieder. Der Klimawandel steht dabei ganz vorne auf einer langen Liste von Einflussfaktoren, in die sich auch der Mensch mit seinen sehr unterschiedlichen Bedürfnissen einreicht. Aber der Wald entfaltet auch ein enormes Potenzial für Mensch und Natur. Ein Waldspaziergang mit Förster Rolf Banholzer. Von Angelina Blon.



Rolf Banholzer

Revierleiter Forstrevier Affing
www.aelf-au.bayern.de

Man spürt es nicht, wenn man inmitten dieser scheinbar unberührten Natur mit ihrem üppigen Grün, der frischen, würzigen Luft und dem zwitschernden Konzert in den Ohren steht, dass auf unseren Waldflächen ein enormer Druck lastet. Der Wald soll nicht nur den nachwachsenden, umweltfreundlichen und kohlendioxidneutralen Rohstoff Holz liefern, ohne den unser Alltag um viele Dinge – Papier, Stifte, Stühle, Verpackungen – ärmer wäre. Vielmehr erfüllt der Wald als grüne Lunge eine weitreichende Schutzfunktion. Er filtert Schadstoffe aus Luft und Wasser, wirkt ausgleichend auf Temperatur, schluckt Lärm, speichert Wasser im Boden, bindet das klimaschädliche Kohlendioxid oder bietet Tieren und Pflanzen einen Rückzugsort. Als Förster hat Rolf Banholzer vor mehr als 27 Jahren das Forstrevier Affing im Osten Augsburgs nach seinem Studium übernommen. Seit seiner Geburt im Schwarzwald ist er mit dem Wald verbunden: Abenteuer im Wald als Kind, die Geschichten seiner Oma, die Arbeit im eigenen kleinen Wald

mit seinem Vater beim Holzmachen – all das hat ihn geprägt. Dienstlich verbringt er fast jeden Tag im Wald, wenn er sich um sein Revier kümmert. „Der Klimawandel schadet dem Wald. Die Bäume, die Natur, sie können sich den in den letzten 20 Jahren permanent starken Veränderungen des Klimas nicht so schnell anpassen.“ So ist es seine Aufgabe, den Bestand umzubauen, zu unterpflanzen und vor allem Fichtenbestände, die dem Klimawandel nicht standhalten werden, mit anderen klimatoleranten Baumarten zu ergänzen. „Es bedarf viel Erfahrung in und mit der Natur, um richtig auf den Wald einwirken zu können“, so der gelernte Waldarbeiter, „und sehr langfristige Planung.“ Immerhin bedarf es drei Generationen an Förstern, um Ertrag von einem frisch gepflanzten Baum zu erhalten. „Ich weiß nicht, was in 100 Jahren ist: Klima, Stürme, Modehölzer ... Ich versuche möglichst viele Baumarten einzubringen. Die eine oder andere Baumart wird es schaffen.“ Sogar in seiner Freizeit ist er viel im Wald

unterwegs: „Hier rattert es nicht mehr so im Kopf, man kann seine Gedanken schweifen lassen.“ So wie er empfinden viele Menschen den Wald als idealen Rückzugsort, vielleicht sogar als Gegenpol zum emsigen Treiben in der Stadt oder den ausgeräumten, durch Monokulturen, riesige Flächen und den Einsatz von Pflanzenschutzmitteln fast schon steril wirkenden Feldfluren. Natur gewinnt wieder einen größeren Stellenwert. Rolf Banholzer stellt nicht nur in seinem Bekanntenkreis ein solches Umdenken fest. Denn bei einem Spaziergang im Wald kann man abschalten, runterfahren, klarer werden, sodass man sich seinen Problemen und auch sich selbst vielleicht wieder unverkrampfter nähern kann.

Strömungen wie Waldbaden zeigen es deutlich, Studien über die positiven Wirkungen des Waldes auf Herz, Immunsystem und Psyche belegen, wovon auch Rolf Banholzer überzeugt ist: „Der Wald tut der Seele gut.“ Und so möchte er mit seinem pädagogischen Auftrag, den sein Beruf auch beinhaltet, einen Bezug zur Natur herstellen und die Menschen dazu bringen, die schönen Dinge des Waldes wieder wahrzunehmen, diese achtsam zu nutzen. „Leider ist der Trend zu sogenannten Natursportarten wie Mountainbiken, Trailrunning und dergleichen dazu gegenläufig.“

„Heimat ist nicht dort, wo ich die Bäume kenne, sondern dort, wo die Bäume mich kennen.“

„Der Wald ist unser Erbe, er ist herausgefordert und bedroht.“ So sagt es Bayerns Ministerpräsident Söder und möchte den Staatsforst, mit dem bisher Geld verdient wurde, weg von einem Wirtschaftswald zu einem Klimawald entwickeln. Immerhin fünf Millionen Bäume will er dafür zusätzlich zu den 25 Millionen Ersatzpflanzungen finanzieren. „Es gibt Veränderungen in der Gesellschaft, darauf muss die Politik reagieren“, kommentiert Rolf Banholzer, der überzeugt ist, dass die Förster einen solchen Umbau des Waldes seit Jahren schon vollziehen.

Und doch gerät er ins Schwärmen über die Möglichkeiten einer weniger wirtschaftlich orientierten Ausrichtung: „Ich denke an weitere Baumarten wie Wildbirne oder -apfel mit ihren Blüten, Tümpel, mehr ältere Bäume und Totholz für einen höheren ökologischen Wert – so werden verschiedenste Lebensräume für unterschiedlichste Arten attraktiver, vor allem was Größe und Qualität betrifft.“

Nachhaltige Entwicklung durch bürgerschaftliches Engagement.

An alle, die sich mit dem Thema Nachhaltigkeit befassen, richtet sich die jährlich stattfindende Zukunftstagung. Ob Augsburg oder nicht, bereits aktiv oder noch zweifelnd, haupt- oder ehrenamtlich tätig – hier sind alle eingeladen, Zukunft zu gestalten.

Bürgerschaftliches Engagement bringt nachhaltige Entwicklung in der Stadt voran. Und so kann man stilvoll im Goldenen Saal zukunftsweisende Projekte und Initiativen kennenlernen, eigene Ideen vorstellen und vor allem Networking betreiben. Denn es gilt, nachhaltige Initiativen zu stärken und Akteure zu vernetzen, den gesellschaftlichen Wandel zu forcieren, Organisationsprozesse zu verbessern und das Ehrenamt zu stärken.

Auch bei der vierten Zukunftstagung gibt es wieder einen spannenden Impulsvortrag, tolle Workshops verschiedener Akteure, bei

denen es heißt, selbst aktiv zu werden, und ein World-Café mit verschiedenen Thematischen, an denen Erfahrungen ausgetauscht werden und sich die TeilnehmerInnen vernetzen können. Selbstverständlich kommt das leibliche Wohl auch nicht zu kurz mit regionalem, veganem Essen in den Pausen. Veranstaltet wird die Zukunftstagung von der Umweltstation Augsburg in Zusammenarbeit mit dem Büro für Nachhaltigkeit im Rahmen der Lokalen Agenda 21, um das Thema Nachhaltigkeit breiter in der Stadtgesellschaft zu verankern.

4. Augsburger Zukunftstagung
Sa 07.03., 9–17 Uhr, Rathaus Augsburg,
Rathausplatz 2, Anm. bis 05.03., Ø
www.us-augsburg.de/zukunftstagung



ZUKUNFTSTAGUNG

Tour pur



© Sandra Exner-Nabergall

Ruhe



Von der Harburg durch Wald und Heide.

„Willst du immer weiter schweifen? Sieh, das Gute liegt so nah. Lerne nur das Glück ergreifen, denn das Glück ist immer da.“
Zum Beispiel eine kaum einstündige Zugfahrt von Augsburg entfernt am Rande des Rieskraters. Auch wenn in

Rieskrater-Planetenweges.
Vom Gipfelkreuz des Bockbergs aus reicht der Blick weit in die Riesebene nach Norden und im Süden über das malerische Wörnitztal bis nach Donauwörth, das manchmal im Schönwetterdunst verschwindet. Im wei-

Wacholderduft in der Herbstsonne.

Goethes Vierzeiler wohl kaum von dem mittelalterlichen Städtchen Harburg und seiner malerischen Umgebung die Rede war – glücklich macht er allemal, der Anblick der verträumten Hügellandschaft, durch die sich das von Erlen und Weiden gesäumte Flüsschen Wörnitz windet, bevor es kurz hinter Harburg durch den Rieskrater rand bricht. Ein kompakter Rundweg nimmt am Fuße der hoch aufragenden Burg Harburg seinen Ausgang und verspricht den Wandernden herrliche Aussichten: Der Bockrundweg führt nach Südwesten am Hühnerberg vorbei an den ehemaligen jüdischen Friedhof. Unter Buchen und Kastanien träumen jahrhundertealte Grabsteine vor sich hin, nur eine Infotafel erinnert an die Tragik dieses stillen Ortes. Ein Stückchen weiter, auf der felsgesprenkelten Heide des Bockbergs kreuzt der Weg die Station „Pluto“ des

chen Licht der goldenen Herbstsonne leuchten die Laubwälder auf den umliegenden Hügeln in den schönsten Farben, und die Heidewiesen duften intensiv nach Wacholder – hier atmet die Seele auf. Nach dem Abstieg verläuft der Weg durch den Wald nach Eisbrunn, wo die gleichnamige Waldschänke auf eine Brotzeit zum Verweilen einlädt. Der Rückweg schlängelt sich über Graswege am Waldrand durch das Edelmannstal entlang bis zum Ausgangspunkt, wo die mittelalterliche Harburg majestätisch über dem Städtchen an der Wörnitz thront. Die Feste taucht im 12. Jahrhundert das erste Mal in den Urkunden auf und ist weitgehend erhalten geblieben. In die Verliese und Wehrgänge der Burg sollten BesucherInnen unbedingt noch einen Blick werfen, bevor sie sich auf einen Bummel durch die holprigen Gassen mit ihren hübschen Fachwerkgiebeln zurück zum Bahnhof begeben. (jb)

Bockrundweg

Länge:
9 km ab dem Burgparkplatz in Harburg
Anreise:
1 Std. mit der Bahn ab Augsburg Hauptbahnhof
www.ferienland-donau-ries.de/wege/bockrundweg-692

World pur

Angenehmes mit Nützlichem verbinden



Müll sammeln – das war bislang meist Sache der Naturschutzverbände, der Abfallwirtschaft sowie Projektarbeit mehr oder weniger motivierter Schulklassen. Dass das Aufräumen im öffentlichen Raum zum Trend werden könnte, hätten sich Umweltschützer der ersten Stunde wohl kaum träumen lassen. Tatsächlich gibt es jedoch in Berlin nun sogar Stadtführungen, bei denen neben Sightseeing auch Müllsammelaktionen auf dem Programm stehen.

Verantwortung übernehmen beim Reisen ...

Das kostenlose Angebot des Veranstalters Sandeman läuft unter dem Titel „East Berlin Park Cleanup“ in Kooperation mit zwei Stadtbezirken. Umweltbewusste InteressentInnen erhalten hier bei einem Rundgang Infos zur Stadtgeschichte, sammeln danach für eine Stunde Müll im Mauerpark und beschließen die Tour mit einem Picknick. Vonseiten des Bezirks Pankow heißt es, man wolle so für nachhaltigen Tourismus sensibilisieren und Sandeman wirbt: „Give back to the cities you visit in a quick and simple way.“ Mit Erfolg: 75 TeilnehmerInnen hatte die erste Tour, was eine Fortsetzung wahrscheinlich macht. Auch in anderen europäischen Metropolen existierten dem Anbieter zufolge bereits ähnliche Touren.

... und Joggen

Nicht nur auf Reisen, sondern auch im Alltag Verantwortung zu übernehmen für eine saubere Umwelt, ist das Ziel einer weltweiten Instagram-Community, die sich lose unter dem Hashtag #plogging bündelt. Der Begriff leitet sich ab aus den Worten „Jogging“ und dem schwedischen „plocka upp“, „aufheben“. Heißt im Klartext: Jogger sammeln, meist gemeinschaftlich, Müll am Wegesrand. Begründer der neuen Sportart ist der Schwede Erik Ahlström. „Ich bin jeden Tag mit dem Fahrrad zur Arbeit gefahren und wochenlang lag Müll rum, den keiner weggeräumt hat. Und ich kenne sehr viele Läufergruppen, mit denen ich gelaufen bin. Die hatten ein Leuchten in den Augen bei der Idee. Es war toll und es war wie eine Schnitzeljagd“, sagte der Geschäftsmann dem ZDF. Ein Volltreffer ins Schwarze: Bald 100.000 internationale Beiträge laufen unter dem Hashtag, darunter zum Beispiel die des Accounts @ploggingseoul, einer jungen Community in der südkoreanischen Hauptstadt, die regelmäßige PloggingDays veranstaltet und dabei sichtlich Spaß hat.

Citytour „East Berlin Park Cleanup“

www.neueuropetours.eu/sandemans-tours/berlin/east-berlin-park-cleanup

Instagram-Trend „Plogging“

www.instagram.com/explore/tags/plogging

Tu's pur

Bienenwachstücher herstellen



Alu- und Frischhaltefolie ade!

Mit selbst gemachten Bienenwachstüchern kann man nicht nur Brot und Käse sauber verpacken, sondern auch Schüsseln und Töpfe abdecken, wo die wächsernen Tücher sich fest an das Geschirr anschmiegen. Bienenwachs wirkt antibakteriell, daher halten sich die Lebensmittel sehr gut und auch lange frisch. Mit einem Spüllappen und lauwarmem Wasser lassen sie sich nach Benutzung einfach abwaschen.

Man braucht:

- Stoffreste: aus Baumwolle oder Leinen, (keine synthetischen Stoffe) Stofftaschentücher
- Bienenwachs-Pastillen: am besten in Bioqualität
- etwas Öl: z.B. Kokos, Jojoba, Mandel (nicht Olive oder Lein: wird ranzig, auch geruchsintensive Öle sind nicht geeignet)

So geht's:

1. Aus den Stoffresten Tücher in den gewünschten Größen schneiden. Am besten geht das mit einer Zickzackschere. Die Tücher müssen nicht eingenäht werden, da später durch das Wachs ein Ausfransen verhindert wird.
2. Backofen auf 80° C vorheizen.
3. Backblech mit Backpapier auslegen. Darauf die Tücher einlagig auslegen, große Tücher „behandeln“ und dann falten.
4. Das Öl mit einer Pipette oder einer kleinen Sprühflasche auf die Tücher aufbringen, etwa alle 3 bis 5 cm ein Tropfen. Das Öl macht das Wachstuch später geschmeidiger.
5. Nun die Wachspastillen auf die Tücher geben: etwa 3 bis 4 EL für ein größeres Tuch 40 x 40 cm, für 15 x 15 cm maximal 2 EL.
6. Die Tücher so lange in den Backofen stecken, bis das gesamte Wachs geschmolzen ist.
7. Die Tücher vorsichtig hochheben und – wenn nicht mehr zu heiß – durchkneten. So verteilt sich das Wachs besser.
8. Zum Schluss die Tücher zwischen sauberes Backpapier legen und bei mittlerer Hitze bügeln. So wird das Wachs noch gleichmäßiger verteilt. Und schon sind die Tücher einsatzbereit.

Tipp

Stell man fest, dass die Tücher brüchig sind, einfach etwas Öl darauf geben und nochmals bügeln. Sollte man später das Gefühl haben, sie sind nicht mehr „wachsrig“ genug, einfach die Tücher noch mal mit einigen Wachspastillen in den Backofen geben.

Überblick pur

Mobil sein ohne eigenes Auto.

Ein eigenes Auto bedeutet für viele Freiheit. Aber ist es das wirklich? Es sind enorme Kosten, die man sich mit dem fahrbaren Untersatz in schöner Regelmäßigkeit aufbürdet. Und dies nicht nur monetär, sondern vor allem auf Kosten anderer: CO₂-Ausstoß, Feinstaub, Raum für Parkplätze und breite Fahrspuren, fossile Kraftstoffe ... Mit vielen tollen Angeboten in Augsburg ist der Verzicht auf ein eigenes Fahrzeug ganz einfach und man tut gleichzeitig viel Gutes für die Umwelt, die Stadt, das Klima, die Luft und seine Mitmenschen.

Auto



swa-Carsharing

- Free Floating: stationsunabhängiges Carsharing mit Elektroautos, nur Stadtmitte, für Carsharing-Nutzer, die ersten 15 Min. 1,95 €, je weitere Min. 0,13 €
 - Standortbasiertes Carsharing: über 60 Standorte im Raum Augsburg (Augsburg, Gersthofen, Stadtbergen), 17 Regionen mit 176 Städten und Gemeinden deutschlandweit angeschlossen, Aufnahmegebühr 49 €, Grundgebühr 7 €/Monat, ab 0,50 €/Std., erm. für ÖPNV-KundInnen, StudentInnen
- www.sw-augsburg.de/mobilitaet/swa-carsharing



Bei Anruf Auto e.V.

Kooperation mit Flinkster, Inklusionsfahrzeug, standortbasiert, 11 Stellplätze in Augsburg

www.beianrufauto.de/doc/InfoStellplaetze.html

Aufnahmegebühr 40 €, Mitgliedsbeitrag 2 €/Monat, Kautionsbeitrag 500 € (250 € erm.), Bereitstellungsgebühr 6 €/Monat, ab 0,50 €/Std., ab 0,18 €/km

Vermittlung von ehrenamtlichen Fahrern für mobilitätseingeschränkte Vereinsmitglieder

www.beianrufauto.de



Königsbrunner Auto-Teiler

Auch Elektroauto, Inklusionsfahrzeug, standortbasiert, 5 Stationen

Aufnahmegebühr 40 €, Mitgliedsbeitrag 2 €/Monat, Kautionsbeitrag 500 €, Nutzungsbeitrag 6 €/Monat, ab 0,50 €/Std., ab 0,18 €/km, Freikilometer gegen ehrenamtliche Tätigkeit

www.carsharing-koenigsbrunn.de



Drivy

Vermittlung für privates Carsharing

Buchung auch über App 24/7 möglich, ab 4 Std., inkl. 200 km/Tag, Zweitfahrer, Versicherung und Pannendienst, ab ca. 30 €/Tag

eigenes Auto anbieten fürs Carsharing

www.drivy.de



SnappCar

Vermittlung für privates Carsharing inkl. Vollkasko und Pannenhilfe, ab ca. 30 €/Tag

eigenes Auto anbieten fürs Carsharing

www.snappcar.de



MP-Caravanning

Wohnmobilvermietung

Aichacher Str. 31, Kühbach

Tel.: 01525/5168113

www.mp-caravanning.de

Mitfahrzentralen



BlaBlaCar

Mitfahrmöglichkeit finden + anbieten, auch Option „ladies only“

www.blablacar.de



MIFAZ

Mitfahrmöglichkeit finden + anbieten, für Pendler auch regelmäßige Fahrten

www.mifaz.de



Drive2Day

Mitfahrmöglichkeit finden + anbieten, App für unterwegs, www.drive2day.de



ADAC-Mitfahrclub

In Kooperation mit fahrgemeinschaft.de, Mitfahrmöglichkeit finden, anbieten + Gesuch aufgeben, nur für Mitglieder

www.adac-mitfahrclub.de



fahrgemeinschaft.de

In Kooperation mit dem ADAC, Mitfahrmöglichkeit finden, anbieten + Gesuch aufgeben nur für Mitglieder

www.fahrgemeinschaft.de



besserMitfahren.de

Mitfahrmöglichkeit finden + anbieten ohne Registrierung, Kontaktdaten werden angezeigt

www.bessermitfahren.de



Mitfahren.de

Mitfahrmöglichkeit finden, zeigt Bahn-, FlixBus- oder BlaBlaCar-Angebote

www.mitfahren.de



MP-CARAVANING
WOHNMOBIL-VERMIETUNG

Aichacher Straße 31 · 86556 Kühbach · Mobil: +49 1525 5168113
E-Mail: info@mp-caravanning.de · www.mp-caravanning.de





Fahrrad

swa-Rad / nextbike

Nach Registrierung 175 Räder an 30 Radstationen in Augsburg, weltweites Fahrradverleihsystem, Buchung auch über App (swa in Kooperation mit nextbike), 10 €/Monat, 1 €/30 min, max. 9 €/Tag
www.sw-augsburg.de/mobilitaet/swa-rad
www.nextbike.de

Call a Bike

Fahrradverleihsystem der Deutschen Bahn per App, in vielen dt. Städten (nicht in Augsburg), 3 €/Jahr + 1 €/½ Std., Anmeldung erforderlich, in Kooperation mit StadtRAD (Hamburg), LIDL-BIKE (Berlin) und FordPass Bike (Köln + Düsseldorf)
www.callabike-interaktiv.de

Max und Moritz

Gemeinnütziger Lastenradverleih, 2 Lastenräder, Obstmarkt 11, gegen Spende, Buchung per SMS: 0173/6050717 eigenes Lastenrad anbieten
www.max-und-moritz.bike

e-bike Center Augsburg

Vermietung von Pedelecs, ab 30 €/Tag + 3 €/Tag Versicherung, Kautions 120 €, Augsburg Str. 6, Neusäß
www.ebike-augsburg.de/Vermietung

AVV-Fahrradbus

Fahrradmitnahme in den Linien 601, 604 + 605 Richtung Westliche Wälder, 01.05. – 30.09. jew. Sa, So + Feiertage, 1,80 €/Fahrrad
www.avv-augsburg.de

swa-Bus&Tram Fahrradmitnahme

Mo – Fr: 9 – 15 Uhr + ab 18.30 Uhr, Wochenende + Feiertage ganztags, in Combino-, CityFlex-Straßenbahnen und Mercedes-Citaro-Bussen, 1,80 €/Fahrrad (Kinderfahrchein Preisstufe 2 für Fahrrad lösen!)

Fahrradmitnahme DB

In allen Nahverkehrszügen, Tageskarte Fahrrad 5,50 €, im Fernverkehr Stellplatzreservierung nötig, (Ø beim Kauf der Fahrradkarte) 9 €
www.bahn.de

Fahrrad als Gepäck verschicken

Fahrrad in den Urlaub schicken mit dem DB-Gepäckservice, ab Paketstation oder von der Haustüre, Fahrradverpackung Ø zubuchbar, 27,90 € D + Österr.
www.gepaeckservice-bahn.de

Kuriere & mehr

radXpress-augsburg

Fahrradkurier für eilige Sendungen, Besorgungsfahrten, Briefzustellungen, Postfachentleerungen, ab 7 €
www.radxpress-augsburg.de

Bike-Express

Fahrradkurier für Botenfahrten, v.a. für Unternehmen, ab 5,50 €
www.bike-express-augsburg.de

Shop & Drop Service

Einkäufe abgeben, Aufbewahrung (Ø) oder Lieferung an Wunschtermin per Fahrrad (im Stadtgebiet Ø)
 Karolinenstr. 12, im Bücher Pustet, 1. OG (Kundenaufzug) Mo – Sa: 9 – 19 Uhr
www.augsburg-city.de

VOI

E-Scooter-Sharing, im Stadtgebiet Augsburg, viele Städte in Europa, Freischaltung über App, 1 € Grundgebühr/Freischaltung + 0,15 €/Min.
www.voiscooters.com/de



Große Auswahl an Lastenrädern!

- Cargo-e-bikes
- e-Mountainbikes
- Premium-e-bikes
- Trekking-e-bikes



e-bike Center Augsburg GmbH
 Augsburg Str. 6 • 86356 Neusäß

info@ebike-augsburg.de
www.ebike-augsburg.de

Öffnungszeiten Mo – Fr 9.30 – 18.00 Uhr
 Sa 9.30 – 14.00 Uhr



Umsicht



Mit der BKK ProVita ein gutes Gefühl.

Die BKK ProVita, die erste und einzige Krankenkasse mit Gemeinwohlbilanz, bezeichnet sich selbst als achtsam, bewusst und nachhaltig. Mit ihrem ganzheitlichen Gesundheitsansatz bietet sie ihren Versicherten neben den Regelleistungen besonders im Bereich alternative Heilmethoden umfassende Leistungen. Doch nicht nur das: Im Unternehmen wird großer Wert auf einen achtsamen Umgang mit den eigenen MitarbeiterInnen, LieferantInnen, aber auch mit Natur und Umwelt gelegt. Hinter all dem steht Andreas Schöfbeck, Vorstand der BKK ProVita.

Herr Schöfbeck, welche Werte sind es, die Sie als grundlegend bei der BKK ProVita sehen?

Bei der BKK ProVita wissen wir, dass Gesundheit nur in einem gesunden Umfeld und in einer intakten Umwelt gedeihen kann. Deshalb setzen wir uns für ein faires Miteinander und für Umweltschutz ein. Und wir wissen: Jeder kann viel für seine Gesundheit tun. Wir klären auf – auch über Alternativen und Ergänzungen zur Schulmedizin und über die gesundheitlichen Vorteile vollwertiger, pflanzlicher Ernährung. So sollen unsere Versicherten Eigenkompetenz erlangen und selbst ihre Gesundheitsentscheidungen treffen. Wir wünschen uns, dass die Menschen Verantwortung für ihre Gesundheit übernehmen.

Wie spiegeln sich diese Werte im Angebot der BKK ProVita wider?

Wir bieten viele Informationen zur ganzheitlichen Gesundheit und pflanzlichen Ernährung auf unserer Homepage, im Mitglieder magazin aktiv&gesund, in unserem Newsletter sowie auf Veranstaltungen und

Messen. Unsere Extraleistungen ergänzen den sehr guten Versicherungsschutz einer gesetzlichen Krankenkasse mit besten Leistungen für natürliche Heilmethoden wie Osteopathie und Homöopathie und für pflanzliche Arzneimittel. Und unsere Bonusprogramme BKK BonusPlus belohnen einen gesunden Lebensstil.

Was war der Auslöser für die Umstrukturierung der BKK ProVita?

Ich war sehr krank. Deshalb habe ich mich informiert und mir große Eigenkompetenz zugelegt. Dabei konnte ich erkennen, dass ich meiner Krankheit nicht ausgeliefert bin. Es gibt heute schon viel Wissen und viele Studien etwa über die gesundheitlichen Vorteile vollwertiger, pflanzenbasierter Ernährung und über die Auswirkungen der seelischen Verfassung auf die körperliche Gesundheit. Leider sind diese den meisten Menschen, aber auch vielen Behandlern, nicht bekannt.

Sie haben als erstes deutsches Unternehmen den Klimaschutzpreis der Vereinten



Die Kasse fürs Leben.



Service-Center in Augsburg
Tel.: 0821/45 01 30
www.bkk-provita.de

Nationen erhalten. Glückwunsch! Was steckt dahinter?

Im Zusammenhang mit der pflanzlichen Ernährung habe ich mich mit den Auswirkungen unserer Ernährung auf die Umwelt auseinandergesetzt und die Verantwortung erkannt, die jeder Einzelne trägt. Dabei sind mir auch die Auswirkungen unserer Ernährung auf das Klima bewusst geworden. Wir wissen, wie es um unsere Erde steht. Deshalb setzt sich die BKK ProVita mit planetaren Grenzen und nachhaltigem Wirtschaften auseinander. Wir sind sehr froh darüber, dass wir mit der Aktion Pflanzen-Power gemeinsam mit ProVeg ein Schulprojekt zur pflanzenbasierten Ernährung entwickelt haben, das auf Verhaltensänderungen bei Menschen einwirkt. Es freut uns sehr und ist uns eine große Ehre, dass dies von den Vereinten Nationen erkannt und gewürdigt wurde.

Versicherten und unsere MitarbeiterInnen nicht am Unternehmen beteiligen. In diesen Bereichen haben wir keinen Handlungsspielraum. Aber in vielen anderen Bereichen konnten wir unser Handeln an der Gemeinwohl-Ökonomie ausrichten. Diesen Weg gehen wir weiter.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft unserer Gesellschaft?

Alle müssen ein Bewusstsein dafür entwickeln, in welchem Zustand sich unsere Erde und unsere Gesellschaft befinden. Dadurch kann sich ein Wandel ergeben, so wie es durch die Bewegung „Fridays for Future“ geschehen ist. Ich freue mich sehr über das Engagement der jungen Menschen und zolle Greta Thunberg großen Respekt.



Andreas Schöffbeck
Vorstand BKK ProVita

„Durch Engagement kann man erkennbare Veränderungen anstoßen.“

Sie haben bereits zwei Gemeinwohlbilanzen veröffentlicht und sind die erste und einzige Krankenkasse mit Gemeinwohl-Zertifizierung. Gibt es konkrete Punkte, die Ihnen dabei besonders am Herzen liegen?

Bei der Gemeinwohl-Ökonomie geht es sowohl um Nachhaltigkeit als auch um ein faires Miteinander mit allen Berührungsgruppen eines Unternehmens. Das sind KundInnen, MitarbeiterInnen, GeschäftspartnerInnen und gesellschaftliches Umfeld. Die Matrix zur Erstellung einer Gemeinwohlbilanz liefert viele Anregungen für ein gemeinwohlorientiertes Handeln und ermöglicht ein strukturiertes Vorgehen in einem Unternehmen.

Gibt es auch schwierige Fragestellungen, gerade für eine Krankenkasse, bei der Erstellung der Gemeinwohlbilanz?

Wir müssen uns an strenge gesetzliche Regeln halten und nach der gesetzlichen Norm der Wirtschaftlichkeit und Sparsamkeit handeln. Zudem können wir als Körperschaft des öffentlichen Rechts unsere

Wie können oder möchten Sie einen Beitrag dafür leisten?

Wir haben bei der BKK ProVita schon sehr viele Dinge angestoßen und Maßnahmen ergriffen. Diesen Weg werden wir weitergehen, aber wir wissen, es gibt noch viel zu tun. Ich stoße immer wieder auf Themen, die wir als Unternehmen beherzt angehen. Aktuell beschäftigen wir uns mit den zunehmenden Antibiotikaresistenzen und den Möglichkeiten, diese einzudämmen. Persönlich orientiere ich mich natürlich auch an diesen Werten. So ernähre ich mich seit einigen Jahren pflanzlich, bemühe mich, meinen CO₂-Ausstoß zu reduzieren und fahre fast ausschließlich mit dem Zug.

Welche zukünftigen Ziele oder Ideen sehen Sie für die BKK?

Wir wollen aufrütteln und ein wichtiger Bestandteil einer gesellschaftlichen Veränderung sein. Gerade in den Bereichen Psychoneuroimmunologie, Epigenetik und vollwertige pflanzenbasierte Ernährung sehen wir noch viel Potenzial für die Zukunft.

Im Kreis



Das System neu denken
mit zirkulärer Wirtschaft.

Schon 2010 titelte die Süddeutsche Zeitung „Die größte Müllhalde der Welt“. Gemeint war der Müllstrudel im Pazifik. Doch das ist nur die Spitze des Eisbergs. Denn 94 Prozent des Plastiks, das ins Meer gelangt, sinkt auf den Meeresgrund ab. Entdeckungen von Tauchrobotern im Mariannengraben bestätigen dies. Dabei ist die Plastikproblematik nur eine von vielen, wo der Mensch seine natürlichen Lebensgrundlagen zugrunde richtet und dafür auch noch enorme Mengen an Energie und Rohstoffen einsetzt.

Prof. Dr.-Ing. Wolfgang Rommel ist ein Verfechter der Circular Economy, die der Nehmen-Nutzen-Wegschmeißen-Mentalität mit einem Wirtschaftssystem entgegentritt, das neue Wege in der konsumorientierten Gesellschaft zeigt.

Von Angelina Blon.

„Wir werden nicht drum herum kommen, unser Konsumverhalten und unseren Lebensstil zu überdenken“, ist Prof. Dr.-Ing. Wolfgang Rommel, Geschäftsführer des bifa Umweltinstituts in Augsburg und Professor an der Hochschule Augsburg überzeugt. Die heute vorherrschende kurzsichtige, lineare „nehmen, benutzen, wegschmeißen“-Denkweise muss im Hinblick auf Umweltverschmutzung, Klimawandel und die Erschöpfung endlicher Ressourcen geändert werden.

Ein Modell für eine neue Wirtschaftsweise ist die Circular Economy. Da der Begriff Kreislaufwirtschaft in Deutschland geprägt ist von der Abfallwirtschaft mit ihrem Recyclingsystem, wird im Deutschen die Übersetzung Zirkularwirtschaft bevorzugt. „Die zirkuläre Wirtschaft umfasst mehr als nur Recycling“, so Wolfgang Rommel. „Hier kommen darüber hinaus wichtige Aspekte wie Abfallvermeidung, Sharing economy, Wiederverwendung oder Reparieren zum Tragen.“

Alles im Kreis

In einer Zirkularwirtschaft gibt es kaum Abfall. Vorbild ist die Natur, wo Pflanzen wachsen, sterben und verrotten, um wieder zu Boden, also Nährstoffen für neue Pflanzen zu werden. Oder von Tieren gefressen werden, die selbst Nahrung für andere Tiere sind. Am Ende verwesen auch diese, sodass keine Nährstoffe verloren gehen. In der Natur bleibt nichts als Müll zurück. Genauso funktioniert Zirkularwirtschaft. Da werden Ressourcen, die der Erde entnommen werden, nicht nur in einem biologischen, sondern auch in einem technischen Zyklus immer wieder verwendet. Der biologische, regenerative Kreis entspricht dem natürlichen Kreislauf. Pflanzenabfälle finden bereits ihren Weg auf den Kompost oder in die braune Tonne. Aber wie wäre es, wenn auch T-Shirts, Farben oder andere Produkte des täglichen Lebens wieder zu fruchtbarem Boden gemacht würden, anstatt verbrannt zu werden?

Die Dinge neu denken

Dazu benötigt es Visionen und ein Umdenken bereits in, aber auch schon vor der Produktion. Wenn das, was der Mensch zu sich nimmt, ohne bedenkliche Inhaltsstoffe auskommt, sind auch die Fäkalien unbedenklich. Wenn Rohstoffe natürlichen Ursprungs sind und keinerlei giftige Stoffe enthalten, wie sie in Farben oft vorkommen, dann kann all dies ohne Weiteres in den biologischen Kreislauf zurückgeführt werden. Dasselbe gilt für den technischen Zyklus. Mit Dingen wie Autos oder Waschmaschinen, die im Abfall landen, gehen durch



Prof. Dr.-Ing. Wolfgang Rommel

Geschäftsführung bifa Umweltinstitut, Forschungs-, Entwicklungs- und Beratungseinrichtung rund um technischen Umweltschutz
www.bifa.de

„Mein Antrieb ist die Frage: Wie geht es meiner Enkelin in 40 oder 50 Jahren?“

Verbrennung und Ablagerung auf Deponien wertvolle Sekundärrohstoffe verloren. Wenn aber Produkte, Teile und Materialien bereits so designt werden, dass diese repariert, aufgearbeitet und wiederverwendet werden können, werden Produkte von heute zu einem Rohstoff für morgen. Mit der Nutzung von regenerativer Energie für die Produktion schließt sich der Kreis.

Bittere Realität

Dass ein solches Umdenken dringend nötig ist, zeigt der Ressourcenverbrauch der Menschheit. Der größte Teil dient der Produktion kurzlebiger Produkte, die entsprechend des linearen Wirtschaftsmodells schnell zu Müll werden. Allerdings wird nur ein Bruchteil als Abfall erfasst und kann recycelt werden. Der große Rest verschmutzt die Umwelt und geht dem Kreislauf verloren. Wolfgang Rommel greift in seinen Vorträgen gerne auf das Beispiel Plastik zurück. Es ist ein wesentlicher Bestandteil des täglichen Lebens, trotzdem eines der verschwenderischsten Beispiele der linearen Wirtschaft.

„Der Klimawandel wird unsere Lebenswirklichkeit verändern.“

„Selbst in Deutschland ist das Littering ein nicht zu vernachlässigendes Problem. Jeder einzelne Deutsche entsorgt 5,4 Kilogramm Kunststoff nicht ordnungsgemäß, beispielsweise im Wald.“

„Now we have a plan!“

Ellen MacArthur, einer erfolgreichen britischen Seglerin, wurde auf ihrer Soloweltumsegelung schmerzlich bewusst, dass unsere Rohstoffe auf der Erde endlich sind. Selbst wenn jeder Einzelne seinen Lebensstil reduzierte, so wäre es nur ein Aufschub des Endes. Und so hat sie mit ihrer Ellen-MacArthur-Stiftung die Circular Economy auf internationaler Ebene populär gemacht: „Now we have a plan!“ Das sieht auch Wolfgang Rommel so: „Das Wichtigste ist, die Material- und Energieintensität zu reduzieren und die Effizienz zu erhöhen.“ Als Ingenieur der Verfahrenstechnik weiß er, dass in der Technik viel Potenzial liegt. Aber: „Viele unserer technischen Lösungen werden durch Reboundeffekte aufgehoben.“ Beispiel Auto: Vergleicht man etwa die erste Generation Golf mit dem jetzigen Modell, so sind kaum Verbesserungen im Verbrauch zu sehen. Denn höherer Komfort bedeutet auch größer, schwerer, schneller. Beispiel energetische Sanierung: Es zeigt sich, dass nach einer Sanierung die Temperatur in Bad und Wohnzimmer um etwa zwei Grad höher gehalten wird.

Lebensqualität neu definieren

Ende des Jahrhunderts werden mehr als 10 Milliarden Menschen auf diesem Planeten leben. Mit dem Lebensstandard eines Europäers wären drei bis vier Milliarden eine verträgliche Größe. „Das quantitative Wachstum der Bevölkerung und der Wirtschaft sind die größten Themen der

Menschheit.“ Wolfgang Rommel ist überzeugt, dass jeder sich Gedanken machen sollte: „Wo kann ICH einen positiven Beitrag leisten?“ Möglichkeiten dafür gibt es viele. Ein Überdenken der Definition von Lebensqualität ist für ihn aber wichtiger: „Jeder Einzelne sollte im Sinne des Großen und Ganzen Beeinträchtigungen annehmen und akzeptieren.“ Was denkst du, wenn ein Windpark neben deinem Dorf entsteht, Augsburg zur autofreien Zone erklärt wird oder du eine Waschmaschine nur gemeinsam mit mehreren anderen Haushalten nutzen darfst? Prinzipiell gut, aber... Man könnte all dies selbstverständlich gesetzlich regeln und den Menschen vorschreiben, wie sie ihr Leben zu leben haben. Aber Politiker, die radikalere, nötige Vorschläge machen, werden vermutlich ihre Wähler nicht halten können. Gesetzliche Maßnahmen sind unverzichtbar, aber „jeder sollte aus Vernunft selber handeln“. Hier liegt Wolfgang Rommels zweiter Stellhebel. Man muss nicht warten, bis ein Verbot oder Zwang ausgesprochen wird. In Umfragen gaben 72 Prozent der Befragten an, dass Plastiktüten abgeschafft werden sollen. Doch warum verzichten sie nicht freiwillig darauf, anstatt auf ein neues Gesetz zu warten? Fangen wir an – nicht nur umzudenken, sondern zu handeln: jeder Einzelne, Unternehmen, Regierungen. Viel Zeit bleibt der Menschheit nicht mehr.

Circular economy: „A circular economy seeks to rebuild capital, whether this is financial, manufactured, human, social or natural. This ensures enhanced flows of goods and services. It's a new way to design, make, and use things within planetary boundaries. Shifting the system involves everyone and everything: businesses, governments, and individuals; our cities, our products, and our jobs. By designing out waste and pollution, keeping products and materials in use, and regenerating natural systems we can reinvent everything.“

www.ellenmacarthurfoundation.org

Einige Zahlen

Rohstoffverbrauch

Weltweit 92,8 Mrd. t/Jahr → 12,2 Mio. t/Jahr/Person, davon 57 Mrd. t für kurzlebige Produkte, 44 Mrd. t landen als uncollected waste in der Ökosphäre
Deutschland 16,1 Mio. t/Jahr/Person → 200 kg/Tag/Person

Kunststoffproduktion

Weltweit 322 Mio. t → 43 kg/Person (2015), für 2050 vierfache Menge angenommen
kumulierte Menge seit 1950 (erste Plastikprodukte auf dem Markt) 8,3 Mrd. t → 1,1 t/Person
Deutschland: 18,5 Mio. t (2015)

Kunststoffverbrauch

Deutschland 10,1 Mio. t, davon kurzlebige Verpackungen 3,25 Mio. t, unkontrollierte Emissionen in die Umwelt 446.000 t → 5,4 kg/Jahr/Person, davon 76% Mikroplastik, z.B. Abrieb Reifen
1,2 kg/Jahr/Person
Jährlich gelangen 12,2 Mio. t Plastik ins Meer
Nur ca. 12% Recyclat in der Kunststoffproduktion

Ökonomie für Mensch und Natur.

Angesichts drängender ökologischer und gesellschaftlicher Herausforderungen hat die Frage nach den zugrunde liegenden Werten „der Wirtschaft“ eine neue Brisanz gewonnen. Der Begriff Wirtschaft vermittelt allerdings schnell den Anschein einer unabänderlichen Gegebenheit, der wir ohne Einfluss unterworfen sind. Gleichzeitig erschaffen wir sie durch unser eigenes Wirtschaften in Unternehmen und öffentlichen Einrichtungen, als Ehrenamtliche und AmtsträgerInnen sowie ständig als KonsumentInnen als Folge unseres eigenen Handelns.

Vor diesem Hintergrund nimmt die Regionalgruppe der Gemeinwohlökonomie Augsburg Interessierte mit in einen spannenden Workshop, in dem gemeinsam ein Wertegerüst für unser Wirtschaften entwickelt werden soll. Zusätzlich wird es an den zwei kostenlosen Workshoptagen im November darum gehen, welche Antworten andere regionale Akteure gefunden haben auf die Frage: Was bedeutet „gutes Wirtschaften“? Es wird im Workshop auch praxisnah erarbeitet, wie sich diese Ideen in verschiedenen Geschäftsmodellen innen- und außenwirksam leben lassen.



Fr 08.11., 14–18 Uhr, Wirtschaft wi(e)der WERTE? Workshop, Grandhotel Cosmopolis, Springergässchen 5, Augsburg
 Sa 09.11., 10–14 Uhr, Bio Hotel Bayerischer Wirt, Neuburger Str. 122, Augsburg
 Anm.: www.werteworkshop2.eventbrite.de
 Veranst.: Regionalgruppe der GWÖ Augsburg, Ø, www.bayern.ecogood.org/augsburg







Getränke-Lieferservice im Großraum Augsburg

Lieferung
frei Haus

Sie sind auf der Suche nach einem verlässlichen **Heimdienst**, der Ihre Getränke direkt zu Ihnen nach Hause bringt? Dann sind Sie bei uns genau richtig. Im **Großraum Augsburg** bieten wir unseren Kunden einen bequemen Lieferservice. Lieferbar ist das gesamte Sortiment von den verschiedenen **Mineralwässern** über **Säfte** und **Biobiere** aus dem Hause Riedenburger. Tauchen Sie ein in unsere Welt des guten Geschmacks und informieren Sie sich auf www.wasserprinz.de über unser Sortiment und unsere Preise.



Wir freuen uns auf Ihre Bestellung
 per Telefon **0821.72989365** oder E-Mail info@wasserprinz.de
www.wasserprinz.de



Kreative Küche – auch für Gäste.

Schon optisch inspirieren die Köstlichkeiten, die Küchenchef Tobias Laux in der Wilden 13, dem Kreativrestaurant des Hotels Alpenhof, auf die Teller bringt. Doch spätestens, wenn man den ersten Bissen im Mund zergehen lässt, überzeugen die überraschenden Kreationen mit einer wahren Geschmacksexplosion. „Wir möchten unsere Gäste mit neuen Kombinationen, Gewürzen und Geschmäckern auf eine Reise schicken“, so Restaurantleiterin Vanessa Frazier. Und so finden sich auf der neuen Karte wieder kreative Gerichte wie geröstetes Schwertfischfilet mit Rote-Bete-Aioli, gepickeltem Gurkentatar, Kräutersalat, Avocadocreme, Petersilienpulver und eingelegtem Hokkaido oder Tarte au chocolat mit Rote-Bete-Sorbet, Luftschokolade, Gelee, Mascarponegel, gebackenem Basilikum und Rote-Bete-Chips. Zutaten der Saison aus regionaler Herkunft geben dabei den Ton an, inszeniert mit internationalen Einsprengseln und Elementen der Molekularküche, alles selbstverständlich in bester Qualität.

Das „Goldene Buch“, die gut sortierte Weinkarte, bietet die perfekte Weinbegleitung zum Menü.

Jeweils zwei Menüs mit fünf Gängen gibt es auf der mehrmals im Jahr wechselnden Karte. Doch diese Menüfolgen sind nur als Vorschlag gedacht. Sie dürfen je nach Gusto variiert werden – egal ob mit drei, vier oder gar sieben Gängen.

In der Wilden 13 dürfen die Gäste selbst kreativ werden – und zwar nicht nur bei der Auswahl und Abwandlung ihrer Menüfolgen. Denn ganz neu sind die Wilde-13-Küchenpartys. Da wird zusammen geschnippelt, gekocht, geschlemmt und genossen. Chefkoch Tobias Laux persönlich erklärt die Arbeitsschritte und verrät vielleicht sogar ein paar seiner Profikniffe. Die passenden Getränke dürfen natürlich nicht fehlen, wenn das gezauberte 4-Gänge-Menü verkostet wird.



Tipp

W13-Küchenparty: 18.10.19 + 31.01.20,
18 Uhr, 69 €

wilde
13



Restaurant „Wilde 13“

Hotel Alpenhof, Donauwörther Str. 233,
Augsburg

Reservierung: w13@alpenhof-hotel.de

Tel.: 0821 / 420 40

Mi–Sa: 17–23 Uhr,

Brunch: So 10.30–14 Uhr

www.alpenhof-hotel.de



Biowein und mehr.

Uli Scheffler ist überzeugt, dass Weinbau auch ohne Chemie auskommt. Und so gibt es in seinem Weinhandel ausschließlich Weine aus ökologischem Anbau. Passend dazu bietet der Gartenbautechniker ein ganz besonderes Seminar an, das sich speziell mit Bioanbau beschäftigt. Es zeigt die Unterschiede zu konventionellen, aber auch zu biodynamischen und veganen Weinen auf oder behandelt Inhaltsstoffe wie Histamin oder Sulfite – selbstverständlich mit Verkostung. „Ich möchte, dass meine KundInnen probieren, genießen und selbst entscheiden, was ihnen schmeckt.“ Und so gibt es nicht nur Weinproben und -seminare zu verschiedenen Themen, sondern auch Weinproben am Roten Tresen jeden ersten Freitag im Monat ohne Anmeldung, um bei einer Kaufentscheidung zu unterstützen.

Uli Scheffler Weinhandel

Neidhartstr. 25, Eingang Bismarckstr., Augsburg

Di–Fr: 13–19 Uhr, Sa: 10–16 Uhr, www.wein-augsburg.de

Im Hofcafé ländlich schlemmen.



Natur, Handwerk, Leidenschaft – das sind die Grundsätze von Katharina und Herbert Mayer, die auf dem Biolandhof Mayer in Hirblingen landwirtschaftliche Produkte erzeugen und vermarkten. Das eigene biologisch erzeugte Getreide, Kartoffeln und Fleisch werden seit über 30 Jahren im Hofladen angeboten. Nach einer Erweiterung entstand nun auf 120 Quadratmetern der neue Hofladen, in dem zusätzlich zum bestehenden Sortiment auch ein kleines Hofcafé Platz fand. Besonderes Augenmerk hat Katharina Mayer, die selbst drei kleine Kinder hat, darauf gelegt, den Einkauf für Eltern mit Kindern möglichst stressfrei zu gestalten. Neben verschiedenen Wandspielen finden die Kleinen auch ein großes Kletterpferd und sind herzlich eingeladen, während der Öffnungszeiten auch den Bauernhoftieren einen Besuch abzustatten. Die Lieferanten des Hofladens wurden über Jahre hinweg sorgfältig ausgewählt und liefern nebst frischem Biogemüse und -obst auch Eier, Käse, Nudeln und vieles mehr. Ebenfalls gibt es eine Auswahl an selbst angebauten, schmackhaften Speisekartoffelsorten. Jeden Morgen weht der Duft von frisch gebackenem Brot aus eigenem Getreide über den Hof.

Kernstück des Hofladens ist die Hofmetzgerei, in der die auf dem Hof aufgezogenen Tiere zu Wurst, Schinken und Fleisch veredelt werden. In der biolandzertifizierten Produktion wird gänzlich auf Zusatzstoffe und Geschmacksverstärker verzichtet, stattdessen wird mit Warmfleisch gearbeitet und die Gewürze werden aus hochwertigen Biozutaten selbst gemischt.

Im neuen Hofcafé können sich die KaffeeliebhaberInnen bei einer guten Tasse aus der italienischen Siebträgermaschine verwöhnen lassen. Auch ein reichhaltiges Frühstück aus hofeigenen Produkten oder leckere selbst gebackene Blechkuchen laden die BesucherInnen zum Verweilen ein.

„Es war schon immer mein Traum, einen Ort zu schaffen, an dem gute Lebensmittel, Kompetenz fürs Produkt und Transparenz in der Herstellung miteinander vereint werden. Essen ist keine Notwendigkeit, sondern ein sinnliches Erlebnis, das schon beim Einkauf der Zutaten beginnt.“



mayers bio-hofladen + café

Wertinger Str. 17, Hirblingen

Tel.: 0821 / 46 35 49

Do + Fr: 9 – 18 Uhr,

Sa: 9 – 18 Uhr

info@biolandhof-mayer.de

www.biolandhof-mayer.de, facebook/moirhof



BIO HOTEL
Bayerischer Wirt

*Vier Sterne und 100% Bio.
darauf sind wir stolz!*

Lassen Sie sich auch im Schlaf bei uns verwöhnen! Unsere Comfort, Bio- und Salzzimmer und seit neuestem auch eine Spa-Junior-Suite auf 44 m² inklusive freistehender Whirlwanne und einer Dampf- und Duschsauna, stehen in Wohlfühlatmosphäre für Sie bereit. Unsere Küche ist 100 % biologisch, regional und sehr lecker! Seit 2011 sind wir zertifizierter Partner von Bioland, alle verwendeten Produkte für unsere Speisen und Getränke kommen ausschließlich aus biologischer Erzeugung, und das aus voller Überzeugung! Voll ausgestattete Tagungsräume mit Blick in einen liebevoll angelegten Garten stehen Ihnen für ein entspanntes Tagen zur Verfügung. Seien Sie Gast bei uns und genießen Sie während Ihres Aufenthaltes auch die Salzgrotte, Salzauna und die Angebote unseres Gesundheitszentrums.

Bio Hotel Bayerischer Wirt

Neuburger Str. 122, 86167 Augsburg

Tel.: 0821 79 09 75-0, info@bayerischer-wirt.de

www.bayerischer-wirt.de



Schuberts neuer Unverpackt-Verkaufswagen

Bei uns im *Grünfux deluxe* gibt's gutes Bio-Brot und Gebäck von gestern, tagesfrische Überbestände, perfekte und unperfekte Backtests, leckere Kuchen mit Schenheitsföhlern und vieles mehr... Direkt von der Schubert-Backstube in vorgepackte Körbchen – und von dort am besten gleich und unverpackt in eure mitgebrachten Taschen und Transportbehälter.

*Gut für die Umwelt & Spaß am Genuss.
...auch für Sparfüchse!*



Dienstag - Freitag, 9 - 13 Uhr
am **himmelgrün-Garten**

Am Alten Schlachthof 9,
86153 Augsburg

Anzeigen



ERTLS BITTERSÜSS

Vorderer Lech 18, Augsburg
Mo–Fr: 10–18 Uhr, Sa: 10–17 Uhr
www.cafe-ertl.de

Regionale Confiserie aus Meisterhand.

Durch die Gassen der Altstadt flanieren, sich in stilvollen Geschäften ausgesuchte Delikatessen einpacken lassen und am Brunnen ein Eis genießen – es sind die kleinen Läden, die unsere Innenstädte lebens- und liebenswert machen. So auch die neue Confiserie „Ertls Bittersüß“, Nachfolger der beliebten Augsburger „Chocolaterie Bitter-Süß“. Inhaber Max Ertl, Konditormeister des traditionsreichen Cafés Ertl in Steppach, stellt hohe Ansprüche an die inhaltliche wie handwerkliche Qualität seiner Kreationen. Wie bisher beherbergt das verspielte Interieur ausgesuchte Schokoladen aus aller Welt, dazu an die 60 Sorten Pralinen aus dem Hause Ertl. Neu sind

zwei Theken mit verführerischen Torten und feinstem hausgemachten Konditoreneis. Die Zutaten stammen mehrheitlich aus der Region; so bezieht Ertl Mehl von der Schustermühle in Großaitingen, Obst vom Obsthof Zott und Eier aus Horgau. Die Milchprodukte, die nicht nur der Eiscrème ihren Schmelz geben, stammen aus Schwaben. Über seine Lage am Holbeinplatz gerät Ertl ins Schwärmen: „Die Atmosphäre hier, die Leute – der ganze Ort ist sehr entspannt.“ Auf der Bank vor der Confiserie, den Kaffee in der Hand, der hier nie ohne Praline über die Theke geht, lässt sich dem nur zustimmen.



Tante Emma Laden & Café
Am Fischertor 2 + im Ellinor-Holland-Haus,
Otto-Lindenmeyer-Str. 45, Augsburg
www.bibaugsburg.de/tante-emma-laden-und-cafe

Regionaler Genuss mit Mehrwert.

Einen typischen Tante-Emma-Laden gab es früher wohl in jedem Stadtviertel mindestens einmal. Hier wurden nicht nur Neuigkeiten unter Nachbarn ausgetauscht, sondern es gab alles, was man zum Leben brauchte. Ganz in dieser Tradition steht das gemeinnützige Projekt Tante Emma der BIB Augsburg GmbH, das mit seinen Läden im Georgsviertel und im Ellinor-Holland-Haus einen wesentlichen Beitrag zur Nahversorgung leistet. Denn hier findet man neben Obst, Gemüse, Brot, Nudeln oder tollen Ölen in frischer Qualität von mehr als 30 Anbietern aus der Region auch selbst hergestellte Spezialitäten. So werden nicht nur kleine, regionale Betriebe gestärkt, sondern wird auch die Umwelt durch kurze Transportwege geschont.

Angeschlossen ist jeweils ein Café, in dem es sich ausgiebig schlemmen lässt. Täglich wechselnde, frisch gekochte Mittagsgerichte, eine Wochensuppe und köstliche Kuchen werden direkt nebenan in gemütlicher Atmosphäre angeboten. Zu empfehlen ist auch das tolle Frühstücksbuffet an Samstagen, mit dem ein entspannter Start ins Wochenende sicher gelingt. Durch den Besuch bei Tante Emma unterstützt man die berufliche Qualifizierung von Arbeitssuchenden sowie die Ausbildung junger Menschen, die verstärkt Förderbedarf haben, und übernimmt so soziale Verantwortung. Das Projekt wird gefördert von der Arbeitsagentur, der Stadt Augsburg und den Jobcentern.

Edelobstbrände, Liköre & Craft Spirits
Gewachsen, gereift, gebrannt in Ustersbach
international prämiert!

Zott

2018
Destillata
Edelbrand des Jahres

High Spirits
Zott
Destillerie
Ustersbach 1530

www.zott-destillerie.de

pur



Aus diesen Kaffeekirschen werden später Kaffeebohnen.



Allan Mutagwaba überprüft die Reife der Früchte auf einer Kaffeefarm.

Kaffee: Kaffeelust – Kaffeepause – Kaffeeduft – Kaffeegenuss.

Kaffee – aus der Maschine fließt er mal cremig, mal dünn in die Tasse und kann dann durch seine vielseitigen Aromen zu einem echten Gaumenschmaus werden. Doch woher kommt der Kaffee, den wir oft täglich trinken? Bis zur braunen Bohne, wie man sie kennt, ist es ein langer Weg.

Wer einen Abstecher in die Kaffeerösterei in der Karlstraße in Augsburg macht, wird sie mit großer Wahrscheinlichkeit antreffen: Katharina und Allan Mutagwaba. Bei diesen beiden lässt sich auch eine Antwort auf die Frage des „Woher?“ finden, denn als Gründer von MAK Afrika stehen sie für Trans-

ihnen eingekauft. Per Containerschiff, Zug und LKW gelangen die Kaffeesäcke letztendlich bis in die Karlstraße und werden dort im hauseigenen Trommelrösten schonend geröstet. Aktuell sind drei Röstungen im Sortiment: eine mildere Röstung für Filterkaffee und zwei verschiedene Espresso-

Rohkaffee direkt vom Bauern.

parenz, Authentizität und Partnerschaft. MAK Afrika arbeitet direkt mit Kaffeebauern in Allans Heimatdorf in der Region Meru in Tansania zusammen. Dort sorgen 30 Kaffeebauernfamilien auf ihren kleinen Farmen für beste Qualität in jeder einzelnen Bohne. Die Kaffeebohnen, die eigentlich die Kerne von sogenannten Kaffeekirschen sind, werden bis zu ihrer vollen Süße und Reife gehegt und gepflegt. Ab August wird in Handarbeit geerntet. Die Kirschen werden sorgsam geschält, in der Sonne getrocknet, sortiert und anschließend in große Säcke abgefüllt. MAK Afrika kauft den Rohkaffee direkt von den Bauern zu einem fairen Preis ein, der zwei bis drei Mal so hoch ist wie der Marktpreis. Für die Kaffeebauern in den Hanglagen des Mount Meru ist das etwas Besonderes. Denn bisher hat sich niemand für sie als Produzenten interessiert, geschweige denn ohne Zwischenhändler den Kaffee direkt bei

röstungen. Bald werden weitere Kaffeesorten aus anderen afrikanischen Ländern folgen. Man darf gespannt sein auf die Vielfalt an Kaffeearomen, die der afrikanische Kontinent zu bieten hat. Doch neben der Qualität des Kaffees ist es Katharina und Allan vor allem wichtig, die Produzenten wertzuschätzen. Deshalb gestalten sie ihre Handelsbeziehungen so transparent wie möglich, sodass auch die KundInnen nachverfolgen können, woher ihr Kaffee stammt. Wer das ganz genau wissen will, hat die Möglichkeit, die Mutagwabas nach Tansania zu begleiten und dort mehr über den Kaffeeanbau zu lernen und die Bauern kennenzulernen. Außerdem bieten die beiden ab Januar verschiedene Kaffeeworkshops an. Wer sich für die Herkunft und Herstellung von Kaffee interessiert oder lernen möchte, auf was es bei der Zubereitung von Kaffee ankommt, darf gespannt sein.



pur MAK Afrika

Café & Rösterei
Karlstr. 7, Augsburg
Mo: 14–18.30 Uhr
Di–Do: 11–18.30 Uhr
Fr + Sa: 9–18.30 Uhr
www.mak-coffee.com

pur Tipp

Tansania-Reiseabend
21. + 28.10., jew. 19–20.30 Uhr
Fotoshow: Safari, Mount Meru,
Kaffeetour

Meinung pur

Purpur fragt nach:
„Was bedeutet für dich pures Leben?“



Martin Benedek
und Manuel
Sanktjohanser
Inhaber von
Life Tree

Pures Leben bedeutet für uns zunächst ganz einfach Zeit im Freien oder mit netten Menschen, am besten beim gemeinsamen Kochen. Aber es bedeutet auch, Zeit mit sich und in Auseinandersetzung mit sich und seinem Tun zu verbringen. Zum puren Leben gehört aber auch der Reiz, dieses eigenverantwortlich in die Hand zu nehmen und sich mit seinen Fähigkeiten nach seinen Überzeugungen zu verwirklichen. Mit Life-Tree haben wir uns eine Möglichkeit geschaffen, einen Teil davon als Selbstständige zu erreichen. Dabei fühlt es sich gut an, durch unser aus dieser Leidenschaft geborenes Projekt auch andere an unserem Verständnis von Leben teilhaben zu lassen.



Silvia Schaab
Autorin „Es geht
auch ohne Plastik“
Gründerin des Forums
plastikfreies Augsburg

Für mich bedeutet pures Leben: Ich möchte jeden Moment aktiv gestalten – Zeit mit meiner Familie verbringen, mich an kräftigem Waldgrün oder einem tiefen Atemzug frischer Meeresluft erfreuen. Das ist der Genuss des Augenblicks. Pures Leben bedeutet für mich aber auch, die Welt aktiv zum Positiven zu verändern: Ich konzentriere mich auf das Wesentliche. Verbrauche nur das, was wirklich notwendig ist. Die Abkehr von Plastik ist für mich pures Leben, weil es Ressourcen spart, die Welt positiv beeinflusst, aber auch mich ganz persönlich befreit. Vieles aus Plastik ist unnötig oder es gibt bessere, plastikfreie Alternativen. Es ist ein kleiner Schritt, der Großes bewirkt.



Tobias Laux
Chefkoch
Restaurant „Wilde
13“ im Patchwork-
hotel Alpenhof

Pures Leben ist für mich: Wenn ich meine beiden Kinder sehe, die glücklich und gesund sind! Damit das auch in Zukunft so bleibt, bemühen wir uns als Familie, aber auch im Job, um Nachhaltigkeit und Regionalität: regional einkaufen, Lebensmittel schonend behandeln und Plastik reduzieren. Meine Arbeit ist nicht nur ein Job für mich, sondern Passion. Glücklich macht mich die direkte Resonanz. Als Koch erfahre ich unmittelbar, ob es geschmeckt hat oder nicht. Und wenn meine Kreationen ankommen und die Gäste die Arbeit, die dahinter steckt, würdigen, dann ist das Glück pur für mich. In der „Wilden 13“ kann ich einfach meiner Leidenschaft nachgehen, Menschen ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern.



Felizitas Smith
Martina Zidek
Geschäftsführerinnen
Weltladen Augsburg

Unsere Arbeit bedeutet die tägliche Auseinandersetzung mit aktuellen politischen Themen wie Klimawandel, Flüchtlingsthematik, Ressourcenknappheit ... Wir können aber auch gezielt Menschen in aller Welt bei ihren eigenen Projekten und Vorhaben unterstützen und sehen die Erfolge, die der faire Handel bereits geschafft hat. Das macht Spaß und erfüllt unser Tun mit Sinn. Es ist wunderbar, mit Menschen zusammenarbeiten zu dürfen, die das gleiche Ziel haben. Dieser Kontakt mit den Menschen, die unsere Arbeit mittragen und unterstützen, ist sehr bereichernd. Gemeinsam Dinge angehen, aber auch Zeit für sich zu haben und mit allen Sinnen zu genießen, schafft Lebensfreude pur.



Herr Rübli möchte seinen Beitrag zur Nachhaltigkeit leisten. Er ist HOCH motiviert. Wirklich!

Teil 4:
Plastiktüten kommen nicht ins Haus,
Jutebeutel gehen dafür niemals aus.



LeSEC '19

[instagram.com/le_sec_artist](https://www.instagram.com/le_sec_artist)

[facebook.com/le.sec.artist](https://www.facebook.com/le.sec.artist)



ALB·GOLD

PAPIER GEWINNT. PUNKT.



ALB-GOLD Nudeln im plastikfreien Papierbeutel – Sieger des Deutschen Verpackungspreises in der Kategorie Nachhaltigkeit.
Mehr unter alb-gold.de/papier



Lebensraum



Biologische Vielfalt im Industriegebiet.

Auf dem Firmengelände der deka messebau gmbh entstand ein wertvoller Standort für heimische Tiere und Pflanzen. Es ist ein Projekt, das zu einem Vorzeigeprojekt wuchs und zum Nachahmen anregt. Christine Hofmann-Brand war es, die mit viel Elan einer spontanen Idee folgte. Sie fand Unterstützung nicht nur bei der Geschäftsführung, sodass sie den extensiven Lebensraum mitten im Gewerbegebiet des Sheridanparks zum Blühen brachte. Von Angelina Blon.



 deka messebau

Auszeichnung als „Blühender Betrieb“ im Juni 2019 für seine extensive Freifläche, informative Schautafel und Einblicke in der Max-Josef-Metzger-Str., Augsburg
www.deka-messebau.de

„Ich bin als Kind schon jedem Krabbeltier hinterhergelaufen“, gesteht Christine Hofmann-Brand. Sie ist für das strategische Marketing und die Beratung für Messestandkonzeptionen bei deka messebau zuständig. Vermutlich wären ihr ohne dieses Interesse an der Natur, das sie seitdem begleitet, auch nicht die drei Distelfinken aufgefallen, die sie beim mittäglichen Spaziergang durch das 2016 nur noch spärlich brachliegende Sheridanareal aufschreckte und ihr den nötigen Impuls für das Naturschutzprojekt gaben. „Auf den Kiesflächen wuchsen Disteln in rauen Mengen. Allerdings sollten diese Flächen sehr bald bebaut werden.“

Eine Fläche für Artenvielfalt

Heute sitzen fünf Distelfinken in den hohen Eschen neben den großen Werkstatt- und Lagerhallen des Messebau-Unternehmens und beäugen die zahllosen bunten Blumen sowie das summende Gewimmel der vielen Bienen. Sie sind nicht die Einzigen, die den artenreichen Magerrasenstandort mitten im weitgehend bebauten Gewerbegebiet Sheridanpark im Augsburger Westen regel-

mäßig aufsuchen. Wacholderdrosseln, Rotkehlchen und Feldhasen wurden zwischen den rosanen Blüten des klebrigen Leins, rotem Klatschmohn, lilanen Rispen des Natternkopfs und gelben Ochsenaugenblumen gesichtet. Flankiert wird das Blütenmeer von einer 40 Meter langen Trockenmauer aus naturbelassenem Muschelkalk, in der kleine Höhlen und Nischen für allerhand Kleintiere und Insekten integriert sind. Auch Wurzelstöcke und Totholz bieten Heimat.

Ein Netzwerk für Erfolg

Christine Hofmann-Brand kennt sich mittlerweile sehr gut aus mit „ihrem“ Naturschutzprojekt. „Ich glaube, wir hätten das selbst auch gut gemacht.“ Aber sie betont, wie wertvoll und wichtig die Hilfe und Anregungen von Fachleuten und einem guten Netzwerk sind: „Nun ist es in unseren Augen perfekt!“

Stephan Karrer, Geschäftsführer, war schnell von der Idee einer naturnahen Fläche auf seinem Unternehmensgrundstück überzeugt. Christine Hofmann-Brand wandte sich als Erstes an das Bayerische

Landesamt für Umweltschutz zwecks Tipps und Infomaterial. Gemeinsam mit Bernd-Ulrich Rudolph sah sie sich die Flächen am LfU an. Der Referatsleiter für Arten- und Lebensraumschutz stellte einen Kontakt zur Stadt Augsburg her. Und auch Armin Baur vom Amt für Grünordnung nahm Christine Hofmann-Brand mit auf Industriebrachen bzw. Ausgleichsflächen. „Ich sah die Möglichkeiten, die es gibt. So kamen wir auf die Kalksteinbruchmauer, die wir nun bei uns haben.“ Ihr Netzwerk erweiterte sich fast zufällig. Zwei Landwirte aus dem Naturschutz, die dort arbeiteten, setzten später ebene Mauer fachgerecht und integrierten die Kleintierhöhlen und Nischen. Sie wiederum machten Nicolas Liebig vom Landschaftspflegeverband auf das Projekt aufmerksam, der später die Samen für die Fläche zur Verfügung stellte: „deka messebau ist ein hervorragendes Beispiel, dass Außen- bzw. Freianlagen in Gewerbegebieten oder öffentlichen Gebäuden insektenfreundlich gestaltet werden können. Wir als Landschaftspflegeverband möchten genau solche Positivbeispiele bewerben und mehr Allianzen für eine höhere Artenvielfalt im Lebensraum Stadt schmieden!“

Bewusstsein schaffen

Um die natürlichen Schotter freizulegen, wurde zuerst Erde abgetragen. Dann konnten im Herbst 2017 und nochmals im Frühjahr 2018 Heidesamen aus den Naturschutzgebieten des Landschaftspflegeverbands ausgebracht werden. Mit der Erde des Abraums entstanden oberhalb der Trockenmauer Wälle – auch auf einer öffentlichen

Fläche, die die Stadt Augsburg zur Verfügung stellte: „Diese Fläche ist ein Zugewinn!“, so Armin Baur. „Wir möchten die ökologische Aufwertung von Flächen befördern, vor allem, wenn auch private und gewerbliche Interessen vorhanden sind. Das schafft Vorbildfunktion.“

So ist ein vielseitiges Biotop mit unterschiedlichsten Standortqualitäten und Mikroklimaten entstanden, das bereits 2019 im Frühjahr zeig-

„Jeder Quadratmeter Vielfalt ist wertvoll.“

te, was es zu bieten hat. Und auch die autochthonen Gehölze, die die MitarbeiterInnen von deka messebau 2018 selbst einpflanzen, tragen bereits erste Früchte, die die Vögel dankbar annehmen. „Die MitarbeiterInnen stehen hinter unserem Projekt. Selbst diejenigen, die sich vorher noch nie Gedanken über Naturschutz gemacht haben, durch unser Projekt haben sie einen Bezug dazu gefunden.“



Tipp: Projekt „Insekten.Vielfalt.Augsburg“: Beratung für Firmen zur Umgestaltung der Außenanlagen. www.lpv-augsburg.de

BKK Stadt Augsburg:

Einfach gut versichert!

In Sachen Gesundheit sind wir der starke Partner für die ganze Familie.

Mit unserem Gesundheitskonto haben Sie die volle Flexibilität. Egal ob Osteopathie, Homöopathie, Reiseschutzimpfungen oder Leistungen zur Schwangerschaftsvorsorge: Wir passen uns Ihren Wünschen an.

Umfangreiche Präventionsangebote sowie weitere Exklusiv- und Zusatzleistungen runden unser Angebot ab.

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen – wechseln Sie noch heute zur BKK Stadt Augsburg.

 **BKK Stadt Augsburg**

Willy-Brandt-Platz 1, 86153 Augsburg, Telefon 0821/324-3205
E-Mail: info@bkk-stadt-augsburg.de, Internet: www.bkk-stadt-augsburg.de



Mehr Infos:



Auslese pur

1 Kerzen von Herzen



Das warme, sanft orange, duftende Licht reiner Bienenwachskerzen verbreitet nicht nur zur Adventszeit heimeliges Wohlgefühl. Ein ausgewähltes Sortiment roter und gelber Kerzen produzieren die Schöfflerbach-Werkstätten. Als anthroposophische Werkstätten für Menschen mit Hilfebedarf ist die Einrichtung acht Jahre nach ihrer Gründung noch im Aufbau begriffen. Rund 75 Menschen arbeiten hier in der Textil- und Kerzenwerkstatt fast ausschließlich mit natürlichen Materialien. In sorgsamer Handarbeit werden Teelichter, Baumkerzen und andere Kerzen gegossen und gezogen. Jedes Stück ist ein Unikat, und auf Wunsch gibt es geschnitzte oder verzierte Sonderanfertigungen – allesamt von langer Brenndauer dank eines besonderen Baumwoll-ochts und verpackt in liebevoll handbemaltes Papier.

Kerzen der Augsburger Schöfflerbach-Werkstätten, im Werkstattladen, Barfüßerstr. 10, oder auf dem Martinsmarkt in der Werkstatt: 09.11., Provinostr. 52, Gebäude A1
www.schaefflerbach-werkstaetten.de

3 Veganes Duschgel ohne Plastik



Unsere Meere versinken im Müll. In den meisten Haushalten ist das Bad eine der größten Quellen für Plastikabfall geworden. Florian Strobl aus Augsburg rief deswegen im Frühjahr 2019 das vegane Naturkosmetiklabel takuna ins Leben. Die Idee ist simpel: Duschgel wird in Glasflaschen statt Plastiktuben abgefüllt.

„Unser Ziel ist es, den Menschen ein bewusstes Leben zwischen Nachhaltigkeit und selbstbestimmtem Lifestyle zu ermöglichen“, so Florian. Zusätzlich zu dem Duschgel gibt es bunte, wiederverwendbare Silikonhüllen. Diese schützen die Flaschen und sorgen für den nötigen Grip unter der Dusche. Aufgrund der positiven Resonanz der KundInnen planen er und sein kleines Team nun, das Sortiment zu erweitern. Mit weiteren Kosmetikprodukten, abgefüllt in Glas.

Aloe Vera Body Wash, 250 ml 12,90 €, 500 ml 22,90 €
 Silikonhüllen in Rosé und Grau erhältlich
www.takuna.de

2 Stilles Wasser



Ab sofort ist ganz neu erhältlich die WITAQUELLE naturell, die stille Variante des Mineralwassers mit dem Schmetterling. Das Familienwasser in der handlichen und umweltfreundlichen 0,5-Liter-Glas-Mehrwegflasche ist natriumarm und dadurch auch geeignet für die Zubereitung von Säuglingsnahrung.

Die Witaquelle liegt auf dem Gelände der Brauerei Ustersbach, mitten in den Westlichen Wäldern. Das Wasser der Witaquelle ist ein nitrat- und tritiumfreies Tiefengrundwasser von ursprünglicher Reinheit aus einem Grundwasserstockwerk der Oberen Süßwassermolasse.
www.witaquelle.de

4 Tische + Bänke im Bauhaus-Stil



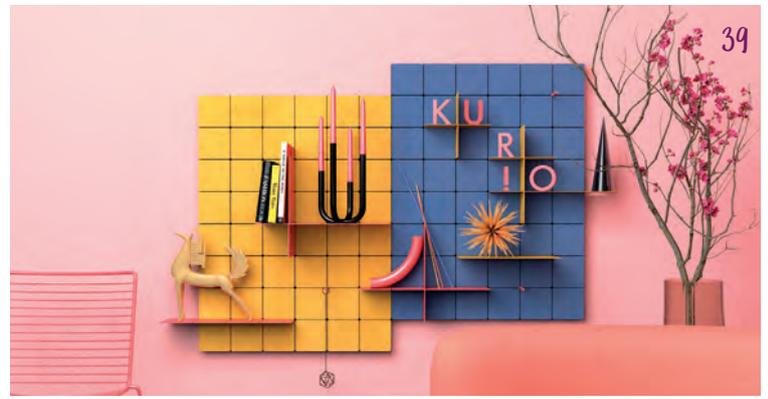
Küchenkind – das sind Tische und Bänke aus Massivholz und Stahl, die reduziert sind auf das Wesentliche. Das klare Design ist vorgegeben, alles andere kann in drei Schritten individuell kombiniert werden. Zur Auswahl stehen mehr als 30 Farben für das Gestell sowie zehn verschiedene Holzarten. Besonders im Trend liegen aktuell Eiche sowie meerblaue Farbtöne.

Hinter Küchenkind steckt ein erfahrenes Schreinerteam, das die Produkte handwerklich im Augsburger Stadtteil Spickel herstellt. Der regionale Bezug des Massivholzes und der Stahlgestelle liegt dem Team besonders am Herzen.

Tip: Holz- und Farbmuster anfragen! Auch Sonderwünsche in Größe und Farbe werden realisiert.
 Einfach Email an info@kuechenkind.de
 Küchenkind, Hofrat-Röhrer-Str. 12 a, Augsburg
www.kuechenkind.de



Designer Markus Hofko



Modulares Regalsystem KUR!O und Schalenset BOOLES

Kreativität gegen die Beliebigkeit.

Aus der Werkstatt des Augsburger Labels Von Morgen kommen minimalistische, modulare Wohnaccessoires, Möbel und individuelle Interieurlösungen. Dabei treibt den eigenwilligen Designer Markus Hofko vor allem die Frage: Was braucht es wirklich?

Es riecht nach Zementstaub zwischen den Regalen der lichtdurchfluteten Werkstatt. An der Wand hängt Werkzeug, pastellfarbene Betonschalen stapeln sich in den Regalen, verschiedene Prototypen des neuen Regalsystems auf dem Tisch. Hier entstehen die stapel- und ineinander setzbaren Betonschalen und -platten, seine Bestseller, die den Anfang machten.

Markus Hofko arbeitete in Augsburg als Kommunikationsdesigner, bevor er fast ein Jahrzehnt in Neuseeland als Grafiker diverse Projekte verwirklichte. Unter anderem machte er sich in der elektronischen Musikszene mit surrealistisch anmutenden Videos einen Namen und verlegte mit einem Freund ein eigenes Magazin. Beim Drehen und Gestalten der Sets entdeckte er seine Faszination für das Objekthafte, Anfassbare, im Unterschied zur Beliebigkeit des Digitalen, wo man „per Tastendruck alles machen kann“. Zurück in Deutschland nahm der Wunsch, reale Objekte zu gestalten, konkrete Formen an – „Von Morgen“ war geboren.

Ob Beton, Holz oder Metall – wichtig ist dem gebürtigen Augsburger die Funktion seiner Objekte. „Der Markt für Wohndesign ist überschwemmt. Mein Ziel ist deshalb immer, einen Mehrwert anzubieten.“ Form follows function? Ja und nein. Es ist ein Seiltanz, beständiges Austarieren des eigenen Anspruchs an Funktionalität auf der einen und

Individualität auf der anderen Seite. Sämtliche Materialien der Stücke, ob Holz, Metall und vor allem der imprägnierte Beton, fassen sich schön an, in manchen Oberflächen ist recyceltes Material eingeschlossen.

Maximale Reduktion.

Hofko arbeitet gerne mit diesem urbanen, fast brachialen Werkstoff, weil sich damit vielseitig experimentieren lässt. Vielseitigkeit ist bestimmendes Element bei „Von Morgen“: Die Schalen finden Verwendung als Geschirr, Dekor oder Behältnis, Rokki ist Hocker oder Tisch, und das modulare Regalsystem KUR!O lässt sich beliebig umstecken, ergänzen und erweitern. Optisch regiert dabei maximale Reduktion, angelehnt an die strenge Formensprache des Bauhauses. Tatsächlich verkauft das Bauhaus-Museum Dessau bereits Stücke der Manufaktur, die mit KUR!O 2019 den italienischen A'Design-Award gewann. In Zukunft möchte Hofko mit seinem Label noch anwendungsorientierter werden. Das modulare Regalsystem weist bereits in diese Richtung. Fragt er sich selbst, was es braucht, was er wirklich will, so lautet die Antwort: individuelle, innenarchitektonische Lösungen, raffiniert und doch immer minimalistisch. Die Essenz von „Von Morgen“ – auch morgen noch.



Markus Hofko

Studio Von Morgen:

www.von-morgen.de

Grafik- & Videodesign:

www.bowbowbow.co

Produkte online und bei Keks,

Karlstr. 11, Augsburg

Engagement pur



Agenda pur

600 Akteure engagieren sich in der Lokalen Agenda 21.

Seit über 20 Jahren setzen sich viele AugsburgerInnen für immer mehr Nachhaltigkeit in unserer Stadt ein. Sie engagieren sich für eine fahrradfreundliche Stadt, für plastikfreies Leben, regionale Lebensmittel, Gärten in der Stadt oder für Umwelt- und Naturschutz. Von Cynthia Matuszewski, Lifeguide Augsburg.

„Lokale Agenda 21? ... nie gehört.“ So in etwa lautet die Reaktion, wenn wir im Freundes- oder Bekanntenkreis nachfragen. Dabei existiert die „Lokale Agenda 21 – für ein zukunftsfähiges Augsburg“ bereits seit über 20 Jahren.

Was steckt also hinter diesem sperrigen Begriff? Die Lokale Agenda 21 steht für einen Prozess, dessen Ziel es ist, aus Augsburg eine nachhaltige(re) Stadt zu machen. Damit sind die AugsburgerInnen bisher recht erfolgreich: 2013 erhielt die Stadt den Deutschen Nachhaltigkeitspreis. 2018 wurde der Augsburger Agendaprozess erneut bundesweit ausgezeichnet.

Aktuell stehen über 600 Menschen hinter der Lokalen Agenda 21. Seit 1996 setzen sie sich dafür ein, dass unsere Stadt ökologischer, zukunftsfähiger, fairer und lebenswerter für alle wird.

Das ist insofern spannend und hochaktuell, da seit Wochen immer mehr Menschen freitags auf die Straße gehen, um für wirksamen Klimaschutz zu kämpfen und die PolitikerInnen auffordern, endlich schnell und effektiv zu handeln. Längst gehören nicht mehr nur Jugendliche zur Fridays-for-Future-Bewegung, sondern auch Scientists-,

Parents- oder Artists-for-Future.

Am 20. September 2019 streikten allein 1,4 Millionen Menschen in Deutschland für effektiven Klimaschutz – 6.000 davon in Augsburg. Da ist es gut, sich mit den bereits vorhandenen Strukturen vor Ort auszukennen. Damit man sich gegenseitig vernetzen, stärken und unterstützen kann, auf dem Weg zum gemeinsamen Ziel: dem Schutz und Erhalt einer lebenswerten Welt für unsere Kinder und Enkelkinder. Deshalb waren Akteure der Augsburger Lokalen Agenda 21 auch am 20. September beim Klimastreik dabei.

„Damit die Nachhaltigkeit in Augsburg wirklich ihren Durchbruch schafft, muss sie von allen AkteurInnen mitgetragen werden. Blockierende Kräfte, die aus Angst an alten Lösungen hängen, sollten sich der Zukunft öffnen. Und die Chancen erkennen“, sagt Tom Hecht. Der Physiker und Lehrer ist seit 2015 Agendasprecher und leitet das Fachforum Verkehr in Augsburg.

Die Agendaforen sind das Herzstück der Lokalen Agenda 21. Aktuell wird in 29 verschiedenen Arbeitsgruppen – den Agendaforen – zu den unterschiedlichsten Themen



Lokale Agenda 21

Infos und Kontakte:

www.nachhaltigkeit.augsburg.de

„Unsere Stadt: ökologischer, zukunftsfähiger, fairer und lebenswerter für alle.“

gearbeitet. Wichtig zu wissen: Die Agenda ist offen. Alle der Nachhaltigkeit Verbundenen sind eingeladen!

Die Beteiligten engagieren sich für die Fahrradstadt Augsburg, für plastikfreies Leben, für regionale Lebensmittel, für Nachbarschaftszentren, Gärten in der Stadt oder für Umwelt- und Naturschutz. Sie probieren einen neuen Umgang mit Landwirtschaft, mit Geld oder Wohnraum aus. Zweimal im Jahr erscheint eine Agendazeitung, die alle Aktivitäten zusammenfasst. Und weil Informationen eine wichtige Basis für Veränderungen sind, ist auch der LifeGuide Augsburg ein Agendaforum.

Einmal im Monat treffen sich die Agendaforen, tauschen Erfahrungen und Informationen aus und koordinieren ihre Aktionen. Gäste sind immer willkommen. Bei diesen Treffen wurde unter anderem das Augsburger Stadtradeln, der erste Augsburger Parking Day und der Selbstversuch nachhaltiges Leben initiiert.

Unterstützt werden die Agendaforen von der Geschäftsstelle Lokale Agenda 21 im Büro für Nachhaltigkeit. So ein Büro als Teil der Stadtverwaltung ist keine Selbstverständlichkeit: Augsburg ist eine der wenigen deutschen Städte mit einem Büro für Nachhaltigkeit. In der Maximilianstraße 3 sitzen im zweiten Stock Norbert Stamm und sein kleines, sehr effektiv arbeitendes Team. Sie haben immer ein offenes Ohr für Ideen und Fragen.

Auch der Augsburger Nachhaltigkeitsbeirat ist Teil der Lokalen Agenda 21. Viermal im Jahr treffen sich im Augsburger Rathaus VertreterInnen aus 23 Organisationen und Institutionen und beraten öffentlich über alle Themen rund um Augsburgs Nachhaltigkeit. Der Nachhaltigkeitsbeirat kann direkt Anträge an den Stadtrat stellen. Im Mai 2019 hat er beispielsweise empfohlen, bis 2025 die Treibhausgasemissionen auf fünf Tonnen pro Person und Jahr in Augsburg zu reduzieren und eine Klimaschutzkommission für unsere Stadt einzurichten.

Nachhaltiges Engagement wird in Augsburg übrigens mit einem Preis honoriert: Seit 2006 werden besonders gelungene Nachhaltigkeitsprojekte aus Augsburg mit dem Augsburger Zukunftspreis ausgezeichnet.

Im Rahmen der Lokalen Agenda haben die oben genannten Akteure auch die Zukunftsleitlinien für die Stadt Augsburg (mit erarbeitet. Seit 2015 stellen diese Leitlinien eine Orientierung für jeden Beschluss des Stadtrats dar. Sie umfassen 75 Ziele. Zu ihnen gehören zum Beispiel „Klima schützen“, „Erneuerbare Energien ausbauen und Energieversorgung sichern“ oder „Biologische Vielfalt erhalten und entwickeln“.

Denn, so Norbert Stamm: „Wenn wir die Welt verbessern wollen, können wir gut in unserer Stadt anfangen. Denn die hängt ganz schön mit der übrigen Welt zusammen – in allem.“



Info

Zu den 29 Agendaforen gehören unter anderem

- Arbeitskreis Urbane Gärten
- Greenoffice der Universität Augsburg
- NANU e.V.
- Forum plastikfreies Augsburg
- AG Tierrechte
- Fachforen Verkehr und Energie
- Biostadt
- Fairtrade-Stadt Augsburg
- Transition Town.

Alle Foren unter:

www.nachhaltigkeit.augsburg.de/agendaforen

Kooperationspartner

Das Internetportal „LifeGuide Augsburg“ ist die praktische Antwort auf den Wunsch vieler Menschen, in unserer Region umweltbewusst zu leben und zu handeln. Der LifeGuide stellt über 350 nachhaltige Orte online vor: vom Biobäcker über Hofläden bis zu Urban-Gardening-Projekten oder Fahrradwerkstätten. Dazu kommt der Magazinteil mit Hintergrundwissen wie Tipps zu plastikfreiem Leben, nachhaltigem Reisen oder fairem Shoppen. Ein Herzstück des LifeGuides sind die „nachhaltigen Gesichter Augsburgs“ – Porträts von Menschen, die Augsburg nachhaltiger machen.

Der LifeGuide ist unabhängig, werbefrei und Teil der Augsburger Lokalen Agenda 21.

Er finanziert sich mithilfe von SponsorInnen und UnterstützerInnen. www.lifeguide-augsburg.de



Morgen



Der Tag ist mein!

„Morgenstund hat Gold im Mund.“ Schon mal gehört? Für viele klingt dieser Satz wie eine abstrakte Redewendung aus einem fernen, poetischen Kosmos, der mit unserem realen Alltag nichts, aber auch gar nichts zu tun hat. Aber er liegt richtig: Der Morgen stellt die Weichen für den ganzen Tag. Und an den Stell-schrauben dieser Weichen lässt sich einiges drehen.

Von Johanna Batjargal.





Es gibt eine Wahl, die darüber entscheiden kann, ob wir Gestalter unseres Leben sind oder vom Leben Getriebene. Diese Wahl lautet: Aufwachen mit dem Klingeln oder Sprinten nach dem zehnten Snooze. Das ist stark vereinfacht, aber im Kern wahr: Es macht einen Unterschied, ob wir es sind, die den Tag beginnen, oder der Tag sich uns greift und grummelnd und widerwillig vor sich herreibt. Es macht einen Unterschied, wer entscheidet. Das sind entweder wir

oder das Leben, beziehungsweise das, was wir für das Leben halten, solange wir es nicht aktiv gestalten.

Eine Weisheit lautet: Ich habe keinen Einfluss auf das, was passiert, aber ich kann dafür sorgen, dass ich gut reagieren kann. Sich gut aufzustellen, ist ein erster Schritt und beinhaltet zuerst einmal ganz profan, dem Körper alles zu geben, was er morgens braucht. Es bedeutet auch, ganz wach zu werden, indem man sich über verschiedene

Wege mit seinem Körper verbindet. Darüber hinaus existieren noch andere Techniken, die helfen, den Tag ganz bei sich, motiviert, ermutigt und vielleicht sogar glücklich zu beginnen. Na, wie wäre das?

Bei aller Auswahl darf man sich ganz frei das herauspicken, wonach der Sinn gerade steht. Der ein oder andere Tipp hat vielleicht das Zeug zu einer täglichen Routine.

Sich gut mit dem eigenen Körper verbinden.

Morgenrituale für Körper ...

Vor dem Aufstehen Energie tanken mit bewusstem Atmen.

Wenn der Tag erst Fahrt aufgenommen hat, tendieren die meisten zu einer flachen Kurzatmigkeit. Morgens, noch im Bett, ist nicht nur ein idealer Zeitpunkt, über wenige Minuten bewusstes Atmen sanft wach zu werden, sondern auch, den ganzen Körper mit Sauerstoff und Energie, aber auch mit Zuwendung zu versorgen. Denn wo der Atem ist, ist auch unsere Aufmerksamkeit. Methoden für Atemübungen gibt es im Internet zuhauf, allen voran die Pranayama-Praxis aus dem Yoga.

Kleine Atemübung:

1. langes, tiefes Einatmen über die Nase
2. kurz Luft anhalten
3. langsames Ausatmen über den Mund, idealerweise verbunden mit einem Laut, der das vollständige Ausatmen erleichtert
4. kurze Pause vor dem nächsten Einatmen.

Hallo, liebe Muskeln!
Lebendig bis in die Zehen.

Die wenigsten arbeiten heute noch körperlich, sondern verbringen den Tag mit intellektueller Arbeit. So richtig auf Touren kommt aber auch der Kopf erst, wenn der Körper zu seinem Recht gekommen ist. Einer braucht vielleicht sein morgendliches Work-out, die andere ihre Stunde Joggen. Menschen, die sich damit schwertun, können auch mit sanften, aber nicht weniger wirksamen Bewegungsstilen wie Pilates, Qigong, Yoga oder Tai-Chi-Chuan ihren Kreislauf in Schwung bringen, Muskeln dehnen und Kraft aufbauen.

Mady Morrison zeigt auf YouTube unterschiedliche Yoga-Morgenroutinen. Sie begleitet in ihren Tutorials Yoga Flows. Diese können 10 Minuten – oder wer es etwas intensiver möchte – bis 30 Minuten dauern.

... Geist und Seele

Einen inneren Anker werfen durch Morgenmeditation.

Ruhige See oder hohe Wellen, was der Tag auch bringen mag – in sich verankert zu sein, ist eine Voraussetzung, auf alle Herausforderungen gute und individuelle Antworten zu finden. Denn wer die Biografien inspirierender Persönlichkeiten liest, entdeckt, dass es meist nicht die Geschehnisse im Leben eines Menschen sind, die über das Weitere entscheiden, sondern sein Umgang damit.

Morgenmeditationen gibt es in Buchform, auf CD, DVD oder im Internet in großer Fülle, und es lohnt sich, diejenige herauszusuchen, mit der die persönliche Reise nach innen am besten gelingt.

Purpur-Meditationsempfehlung:





„Wer die Seele füttert, für den wächst das Erleben.“

In den Morgenseiten Zugang zur eigenen Inspiration finden.

In ihrer Kreativitätsbibel „Der Weg des Künstlers“ beschreibt Julia Cameron die Methode der Morgenseiten als Weg, wieder Zugang zum unzensurierten, freien Selbst zu entdecken. Dafür schreibt man morgens auf drei DIN-A4-Seiten von Hand alles nieder, was einem in den Sinn kommt – Lesen verboten. Morgens deshalb, um möglichst dem eigenen Zensor, den kritisierenden Stimmen zuvorzukommen, die uns im wachen Zustand so oft zurück und klein halten. Die Morgenseiten helfen, den Kopf frei zu kriegen und mit sich selbst in Kontakt zu kommen. Langfristig praktiziert stoßen sie Veränderungen an und schaffen Raum für unsere Kreativität.

Buchtipps:

„Das 6-Minuten-Tagebuch. Ein Buch, das dein Leben verändert“
Dominik Spenst
25 €, Rowohlt-Verlag,
ISBN-13: 978-3-499-63386-7



Aktive Tagesgestaltung durch Zielsetzungsübungen.

Tatsächliche Gestaltung braucht Zielsetzungen und Prioritäten. Sich morgens Tagesziele bewusst auf Papier festzuhalten, zu ordnen und zu visualisieren, gibt dem Tag eine Richtung und hilft, sich danach auszurichten. Wer spürt, dass er oder sie immer wieder in der Planungsphase steckenbleibt, dem hilft eine kleine Übung, schon morgens die eigene Fähigkeit und das „Geschafftegefühl“ zu erleben. Das kann eine Kleinigkeit sein wie täglich das eigene Bett zu machen, morgens vor dem Verlassen des Hauses die Spülmaschine anzuwerfen oder eine Pflanze zu gießen.

In Morgenandachten Hoffnung und Mut schöpfen.

Spirituelle Menschen wissen: Man muss im Leben nicht alles alleine schaffen. Nicht nur, wenn die eigene Kraft nicht ausreichen scheint, ist es eine wertvolle Stütze, sich an die Hand nehmen zu lassen, sich mit etwas Höherem wie Gott verbunden und davon geführt zu wissen. Solcher Glaube kann Vertrauen und den Mut schenken, den es braucht, die Entscheidungen des Tages zu treffen und Risiken einzugehen. Wer spirituelle Impulse sucht, kann morgens die Bibel aufschlagen, das Radio anschalten, wenn im Deutschlandfunk katholische und evangelische Autoren im wöchentlichen Wechsel individuelle, authentische Andachten sprechen, oder einem wunderbaren Ort im Herzen Augsburgs, der Barfüßerkirche, einen Besuch abstatten.

Morgenandacht im Deutschlandfunk:
täglich 6.35–6.50 Uhr
Morgengebet in der Kapelle der Barfüßerkirche, Augsburg: täglich werktags (außerhalb der Ferien) 7.30 Uhr

Nachrichtenfreie Zeit für einen unbeschwerten Start in den Tag.

So wenig, wie es ratsam ist, den Tag mit Schweinebraten und Knödeln zu beginnen, ist es hilfreich, gleich beim Aufwachen die Nachrichten zu konsumieren. Auch, wenn es gut ist, zu wissen, was um uns herum geschieht, denn wir tragen mit unseren täglichen Entscheidungen dazu bei. Gute Entscheidungen fällt man aber am besten, wenn es einem selbst auch gut geht, in einem Zustand der Klarheit und mit einem Positivziel vor Augen. Da die meisten dazu tendieren, schlechte Nachrichten bevorzugt wahrzunehmen, gehört dieses, oft schwer verdauliche Gedankenfutter in die weniger sensiblen, produktiven Zonen des Tages, und der Morgen darf dazu dienen, für diese Zeiten stark zu machen.

Glück frühstücken: Raum für Schönes schaffen.

„Man sollte“, schreibt Goethe in Wilhelm Meisters Lehrjahre, „alle Tage wenigstens ein kleines Lied hören, ein gutes Gedicht lesen, ein treffliches Gemälde sehen und, wenn es möglich zu machen wäre, einige vernünftige Worte sprechen.“ Seien wir ehrlich – wie oft liegt unser Fokus auf dem „Muss“, auf dem Leistungsgedanken und der modernen Pflicht zur Selbstoptimierung? Verständlich – wer will nicht erfolgreicher, besser, gesünder und damit glücklicher sein? Dass zum Glück aber auch das vermeintlich Überflüssige, das Brotlose und nicht Zielführende ganz wesentlich gehört, darf ohne schlechtes Gewissen anerkannt werden. Ein schönes Stück Musik vor dem Aufstehen bewusst zu genießen, ein Gedicht auf dem Nachttisch zu lesen oder beim Morgenkaffee das aktuelle Werk des Kunstkalenders zu betrachten sind nur drei von unzähligen Möglichkeiten, seiner Seele eine Freude zu machen. Es müssen keine fremden Federn sein: Genauso kann man sich auch eine Minute nehmen, um sich drei schöne Dinge oder Momente aus dem eigenen Leben bewusst vor Augen zu halten.

Kunstkalender 2019. Tägl. Abreißkalender mit Kunstwerken aus allen Jahrhunderten.
19,99 €, Harenberg, ISBN-13: 978-3840019012

Bei Morgenritualen geht es nicht nur darum, einem als „feindlich gesonnen“ empfundenen Tag gut gerüstet zu begegnen, sondern viel wertvoller noch: in dem neuen Tag keinen Widersacher mehr zu sehen. Indem wir aktiv die Zeit gestalten, auf die wir tatsächlich Einfluss haben, schrumpft die Zeit, in der wir äußeren Einflüssen ausgesetzt und unsere Reaktionen gefordert sind. Es wächst das Erleben, selbst Gestalter zu sein – eine kraftvolle Erfahrung, die sich auf alle Bereiche des Lebens auswirken kann.

Edles für Körper und Seele



Faire Produkte, die gut aussehen, sich gut anfühlen und Mensch und Natur guttun – solche Produkte zieren die Auslage hinter den roten Bogenfenstern des Lädchens „Blütenstern“, das sich seit 20 Jahren in der betriebsamen Augsburger Innenstadt an die Barfüßerkirche schmiegt. Genau genommen sind es zwei Läden, die beinahe Tür an Tür liegen. Das Blütensternteam bietet hochwertige Schönheits-, Pflege- und Gesundheitsprodukte namhafter Naturkosmetikhersteller und kosmetische Behandlungen. Im Stockwerk über dem Geschäft liegen wie eine Oase der Stille die Behandlungsräume, wo KundInnen bei Kosmetikbehandlungen oder einer bioenergetischen Zellaktivierung entspannen können. Der rechts angrenzende „Blütenstern“-Ableger beherbergt eine handverlesene Auswahl ökologischer Mode verschiedener Labels, darunter Kleidung für jeden Anlass, Schuhe und Accessoires. Das Sortiment ist liebevoll zusammengestellt – alle Stücke sind unter fairen Bedingungen aus natürlichen Materialien und ohne den Einsatz von Chemie hergestellt. Dafür steht auch das GOTS-Zertifikat, das die unter anderem angebotenen Labels greentee, Lana oder Engel mitführen. „Kleide dich, wie du lebst, wie du bist, und wie du dich fühlst“ – unter diesem Motto wird im Blütenstern jeder fündig, der sich nachhaltig von Kopf bis Fuß verwöhnen möchte.

Blütenstern, Barfüßerstr. 8, Augsburg,
Tel.: 0821 / 508 25 95,
Mo – Fr: 10 – 18.30 Uhr, Sa: 10 – 16 Uhr,
Termine nach Vereinbarung
www.bluetenstern.de



Außergewöhnliche Textilien



Fein gewebt, fest gewalkt, kunstvoll genäht, zart verflochten, bunt bedruckt und raffiniert gestrickt... Textilkunst, Design und textiles Handwerk in seiner schönsten Form erwartet die BesucherInnen beim Textilmarkt im Textil- und Industriemuseum Augsburg (tim). In den historischen Hallen der ehemaligen Augsburger Kammgarnspinnerei, die allein schon sehenswert sind, präsentieren 65 Ateliers individuelle Kleidung, Heimtextilien, Hüte, Lederwaren, Schmuck und vieles mehr. Außerdem gibt es Vorführungen zu Blaufärben mit Indigo und zum Nähen von Ledertaschen mit Handnaht sowie zwei Workshops: Upcycling von Outdoorbekleidung und Stempeln.

Fr 22.11., 9 – 20 Uhr + Sa 23.11., 9 – 18 Uhr, tim / Staatliches Textil- und Industriemuseum Augsburg, Provinstr. 46, Eintritt Textilmarkt 0
www.textilmarkt-im-tim.de

Gesunde Kleidung aus Künstlerhand



Das Augsburger Modelable Life-Tree möchte das Augenmerk auf die Bewusstheit bei der Wahl der Kleidung lenken. „Nachhaltigkeit bedeutet für uns der bewusste Einkauf eines Alltagsprodukts, das für lange Zeit erhalten bleibt und uns begleitet“, so Manu und Martin, die ihr Projekt „Life-Tree“ schon seit zehn Jahren pflegen. Die beiden sehen ihre Shirts nicht als beliebige austauschbare Produkte, sondern legen Wert auf entsprechende Qualität und Langlebigkeit, immer in Verbindung mit sozialer Verantwortung und Umweltfreundlichkeit. Das Markenzeichen sind die einzigartigen Baumotive aus der Künstlerhand von Martin, die auch immer das Wesen der Bäume nach außen kehren. Ergebnis ist eine Symbiose aus Kunst und fairer Mode, die der Tradition der Textilstadt Augsburg würdig ist.

Store: Oberer Graben 15, Augsburg, Di + Do: 13 – 19 Uhr, Sa: 11 – 19 Uhr,
Tel.: 0821 / 20 71 99 28, www.life-tree.de

Der Mann,
der den Berg abtrug,
war derselbe,
der damit anfing,
kleine Steine wegzutragen.

– Chinesisches Sprichwort –

Träumereien

Ich habe geträumt
von einer Zeit,
wo Menschen sich lieben,
wo Menschen sich treffen
und vergessen,
dass es Unterschiede gibt.

Ich habe gelebt in einer Zeit,
wo Menschen
andere ausgrenzen,
Grenzen ziehen,
sich bekriegen
und vergessen haben,
wer sie wirklich sind.

Ich habe geliebt
in einer Zeit,
wo Menschen sich fanden,
sich verbanden
mit einem Liebesband,
das alle vereint.

Ich bin gestorben in einer Zeit,
als alles sich zum Guten
gewendet hat
und mein Leben
einen Sinn hatte.
Vergangenes und Zukunft
waren eins.

Poesie ^{pur}



Franziska Ottlik
Buchautorin
trägt eine Behinderung
schreibt und spricht über FC
(facilitated communication)
www.franziskaottlik.wordpress.com

Stille pur

Zeitreisen

Alte Gemäuer, davon gibt es in Augsburg reichlich. Selten jedoch sind diese so lichtdurchflutet und aufgeräumt wie der Viermetzhof des Maximilianmuseums mit seiner Glaskuppel. Einst Refugium der Handelsfamilie Welser, beherbergte das Stadthaus Bankiers, Kupferstecher und ein Armenkinderhaus, bevor es die Stadt 1855 in ein Museum umwandelte. Im Museumscafé vor den berühmten Skulpturen Adriaen de Vries' atmet jeder Schluck Geschichte – eine stille Insel inmitten des Innenstadttrubels.

Maximilianmuseum
Fuggerplatz 1, Augsburg

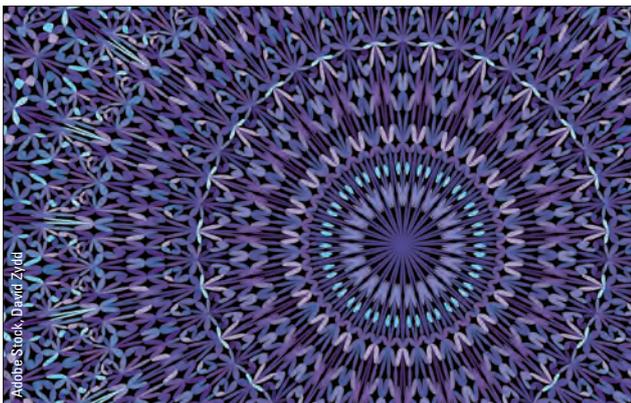
Gesundheit pur

Stress lass nach



In den 70er-Jahren entwickelte Dr. Jon Kabat-Zinn an der Universitätsklinik Massachusetts das Antistressprogramm Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR). Die effektive Methode zur Stressbewältigung und Selbstfürsorge vermittelt nun in Augsburg der Achtsamkeitstrainer und qualifizierte Lehrer Michael Dannhauer. Kurselemente von meditativer Praxis in Ruhe und Bewegung und gemeinsamer Austausch werden ergänzt von theoretischen Hintergründen aus Psychologie und Stressforschung. Dabei entsteht ein Experimentier- und Reflexionsraum, um Belastungssituationen besser wahrnehmen, verstehen und bewältigen zu lernen. MBSR wird weltweit in medizinischen, pädagogischen und sozialen Einrichtungen sowie Unternehmen erfolgreich angewandt. 8x ab 13.01., Anm. bis 18.12., Annahof, Im Annahof 4, Augsburg, 195 €, www.annahof-evangelisch.de

Auszeiten für Körper und Seele

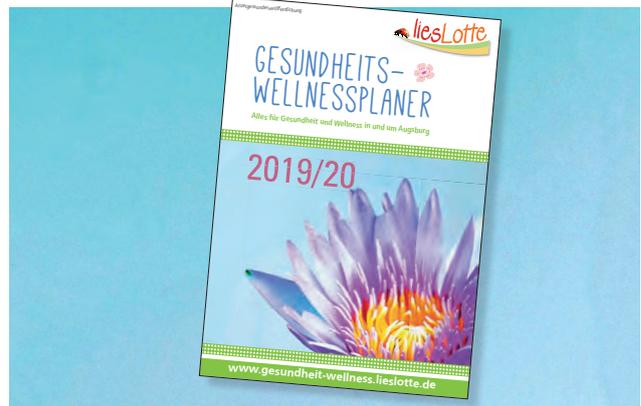


Im Grandhotel Cosmopolis finden regelmäßig Kurse in Yoga, NADA-Ohr-Akkupunktur und Vokaltönen mit Qigong statt. Sie richten sich an Menschen, die im Rahmen eines bunten, nachhaltigen und offenen Ortes Entspannung suchen – inklusive atemberaubendem Blick über Augsburg aus dem Seminarraum im sechsten Stock. Es ist keine Anmeldung notwendig. Auch wenn sich das Grandhotel über Zuwendungen in die Spendenbox an der Bar freut, sind die Stunden kostenlos, um allen die Teilnahme zu ermöglichen.

Kurse im Grandhotel Cosmopolis

Mo, 18.30–20 Uhr: Yoga, Mi, 18.45–20 Uhr: Nada-Ohr-Akkupunktur, jeden letzten Mo, 19.30–21 Uhr: Vokaltönen mit Qigong
Grandhotel Cosmopolis, Springergässchen 5, Augsburg, 0, www.grandhotel-cosmopolis.org

Alles für Körper, Geist und Seele



Vom Lerncoaching über die Naturheilkunde und Physiotherapie bis hin zum Spa: Alles, was der Großraum Augsburg in Sachen Gesundheit für Körper, Geist und Seele zu bieten hat, versammelt sich im „liesLotte Gesundheits-Wellnessplaner“. Anfang November erscheint nun die aktualisierte vierte Auflage für das kommende Jahr. Der Gesundheits-Wellnessplaner geht über ein bloßes Branchenbuch hinaus: Ausführlich informieren hier AnbieterInnen, die die Redaktion meist persönlich kennt, über unterschiedlichste Therapieformen. Auch diese Ausgabe ist somit wieder ein umfangreiches Nachschlagewerk rund um Gesundheit, Coaching, Wohlbefinden, Entspannung und Schönheit – ein echter Mehrwert für die Region.

liesLotte Gesundheits- und Wellnessplaner: ab 6. November an div. Auslagestellen im Raum Augsburg, www.gesundheit-wellness.lieslotte.de

Linsenweisheit



Lange galten Linsen vielen als Inbegriff kulinarischen Horrors. Langsam ändert sich dieses Bild. Dass das bunte Souffood reich an pflanzlichen Proteinen, Ballaststoffen und komplexen Kohlenhydraten ist, macht sie nicht nur, aber gerade für VeganerInnen interessant. Ein veganer Kochkurs hat sich die Linse vorgenommen. Sie verwandelt sich in Gremolata, verfeinert Urgetreide, begleitet Herbstgemüse wie Kürbis, Kohlrabi und Spinat als feines Curry und Fingerfood. Linsenmehl wird als Proteinquelle für selbst gemachte Nudeln getestet, die mit Fruchtkernen und Samen verfeinert werden. Es wird deutlich, dass die vegane Küche der omnivoren an Vielfalt in nichts nachsteht – im Gegenteil.

Fr 18.10., 19–22 Uhr: „... bunte Rezepte mit dem Hülsenfrüchtler“
Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbergen, Anm.: 0821/2436707,
Kurs-Nr.: M.44, 34 €, www.awo-haus-der-familie.de

Anzeigen

Trommeln verbindet



Für Benjamin Mayr bedeutet Trommeln weit mehr als nur Spaß am gemeinsamen Musizieren: „Es schafft Gemeinschaft, die über kulturelle und gesellschaftliche Grenzen hinweg besteht“, so der gebürtige Augsburger. Besonders deutlich wird das bei seinen Drum Circles. Vom Anfänger bis zum Profi, von Jung bis Alt sind alle von Anfang an mit dabei und machen gemeinsam Musik! Egal, ob als öffentliche Veranstaltung, bei Festen aller Art oder als besonderes Firmenevent – Drum Circles lassen sich ideal den individuellen Wünschen und Vorstellungen anpassen. Darüber hinaus unterrichtet der sympathische Multipercussionist fortlaufende Kurse für Djembes und Basstrommeln, gibt Workshops im Bereich afrikanischer und brasilianischer Percussion und veranstaltet Tranceseminare mit Live-musik. www.benjaminmayr.de, Tel.: 0176/68 2063 09

Kraft der Langsamkeit



Die Katholische Landvolkshochschule in Petersberg hält viele interessante Seminare rund um Gesundheit und Entspannung bereit. Am 7. November dreht sich einen ganzen Tag lang alles um die Kraft der Langsamkeit. Hier erlernen die TeilnehmerInnen Qigong-Übungen, die helfen, die eigene Mitte zu stärken. Die fließenden meditativen Bewegungen lassen den Körper in seiner Ganzheit wahrnehmen, wirken harmonisierend und entspannend, aber auch muskelstärkend. Blockaden werden spürbar und sanft „durchgearbeitet“. Dadurch kann wieder neue Lebensenergie fließen, Entspannung und innere Ruhe kehren ein.

Do 07.11., 9.30 – 17 Uhr: Die Kraft der Langsamkeit: Qigong-Tag, Katholische Landvolkshochschule Petersberg, Petersberg 2, Erdweg, Tel.: 08138/93 13-0, Kurs 0017515, 40 €, www.der-petersberg.de

Integrative Heilkunde



„Ich lächle das Leben an, und das Leben lächelt zurück.“

Dieser Satz einer nach langer schwerer Krankheit geheilten Patientin berührt tief. Der Weg dorthin fordert viel von unserem regulativen System, das täglich mit Stress aller Art konfrontiert wird. Stress ist mehr als die Dysbalance zwischen individuellen Kapazitäten und alltäglichen Herausforderungen. Es ist die Summe aller negativen Einwirkungen auf unsere Zellstrukturen – von Umwelteinflüssen, Schwermetallen, Elektromog, Medikamenten oder falscher Ernährung bis hin zu Schlafmangel und psychischen Belastungen.

Das Resultat ist die steigende Anzahl chronischer Erkrankungen. Krebs, Autoimmunerkrankungen, Stoffwechsellentgleisungen, Allergien, Depressionen, Erschöpfungssyndrom (CFS): Hinter all diesen Krankheiten steht eine geschädigte Zellstruktur. Der oft monokausale Weg der Hochschulmedizin hat bei solch komplexen Erkrankungen leider wenig Antworten. Und so hoffen und suchen viele PatientInnen einen guten Weg mit oder besser aus der Krankheit, der von der individuellen Biografie mit ihrer ganz eigenen seelisch-geistigen Struktur geprägt ist.

In der Praxisgemeinschaft für integrative Medizin werden die PatientInnen nach einer ausführlichen Anamnese, kombiniert mit gezielten Laboruntersuchungen und Messverfahren aus dem Bereich der physikalischen und informativen Medizin, nach einem individuell auf sie abgestimmten Therapiekonzept behandelt: Von der konventionellen allgemeinmedizinischen Versorgung über homöopathische, biologische, naturheilkundliche, mikrobiologische, mitochondriale und biografisch-systemische Strategien bis zum manuellen Angebot der Osteopathie und Faszientherapie.

„Unsere Vision ist eine integrative, holistische Heilkunde, die den Menschen in seiner Ganzheit wahrnimmt und die klassische wissenschaftliche Hochschulmedizin mit der Erfahrung der traditionellen Heilkunst verbindet“, so Alena Beck, Heilpraktikerin in der Praxis. „Im Zentrum unserer Bemühungen stehen die PatientInnen mit all ihren individuellen Bedürfnissen – und wir nehmen uns die Zeit, die sie brauchen.“ Denn Gesundheit ist so viel mehr als Beschwerdefreiheit.



Praxisgemeinschaft integrative Medizin

Max-Josef-Metzger-Str. 15, Augsburg
www.integrative-medizin-augsburg.de

Friseursalon . Deko . Geschenke

Schnipp Schnapp

Natürlich schön mit Pflanzenfarben

Reine Pflanzenfarben: **OLIEBE + CulumNatura**

Ayten Köksal
Badanger 1 · 86157 Augsburg-Pfersee
0821/52 52 48 · Di – Fr: 9 – 18 Uhr · Sa: 8 – 13 Uhr

Stilvolle Geschenkideen
Geschmackvolle Deko, Nostalgisches für Haus & Garten, saisonale Geschenke, Karten & Servietten, besondere Feinkost
Clayre & Eaf, Appletree, Blümchen & Co



Do 17. Oktober, 18.30 Uhr

Es reicht! Für alle.

Hunger ist einer der größten Entwicklungshemmer. In einer Gesellschaft, die im Überfluss lebt, fällt es schwer, sich in die Dramatik des Hungers einzufühlen. Wir kennen ihn eigentlich nur von der letzten Diät oder aus Erzählungen unserer Großeltern. Wenn wir uns schon nicht aus Mitgefühl für eine Welt ohne Hunger engagieren, dann vielleicht aus Eigennutz. Denn Menschen kommen nicht nur aus Kriegsgebieten zu uns, sondern auch aus Regionen, in denen die Familien morgens nicht wissen, was es abends zu essen gibt. Die Welt bietet genug zu essen – es reicht für alle. Wir können uns Hunger einfach nicht mehr leisten. Ein Vortrag mit Sylvia Hank von der Werkstatt solidarische Welt e.V., Augsburg. **The Box, Werner-Heisenberg-Str. 4, Augsburg, ☎, www.thebox-augsburg.de**

Ausstellungen, Kongresse + Festivals

17.–19.10. Komm, Erde retten! Umweltkongress und Festival
Do 17.10., 17–19 Uhr: Auftakt und umweltpolitische Diskussion: Komm Erde retten – durch Verzicht?, Do + Fr: Workshops für Schulklassen
Sa 19.10., ab 14 Uhr Umweltkongress und Festival, buntes Programm, Workshops, 14–17 Uhr: Kleidertauschbörse, 16 Uhr: Umweltkino Tomorrow – Die Welt ist voller Lösungen mit Filmgespräch, 19 Uhr Konzert
Veranstalter: Kreisjugendring Augsburg-Land, Ort: Jugendfreizeitstätte Matrx Königsbrunn, Alter Postweg 2, alles ohne Anm., ☎
www.kjr-augsburg.de/aktuelles/details/komm-erde-retten

Fr 22.11., 9 – 20 Uhr + Sa 23.11., 9 – 18 Uhr Textilmarkt im tim
Textilmuseum tim, Provinostr. 46, Augsburg, ☎, www.timbayern.de

01.12.19 – 06.01.20 Ausstellung: „Heimat.Land“
Ländliches Leben der Augsburger Umgebung in Ölbildern von Jan Walter Jung-hans. Museum Oberschönenfeld, Oberschönenfeld 4, Gessertshausen, 4 €, www.museum-oberschoenenfeld.de

bis 03.11., Mi – So, jeweils 14 – 17 Uhr Sonderausstellung: „Rüben, Kraut und Blütenpracht“
Historischer Blick aus Oettinger Sicht zu Thema Garten – als Ergänzung zur Gartenschau in Wassertrüdingen. Heimatmuseum Oettingen i. Bay., Hofgasse 14, 2,50 €, www.heimatmuseum-oettingen.de

01.12.19 – 02.02.20, Mi – So, jeweils 14 – 17 Uhr Sonderausstellung: „Alles in Milch und Butter“
Von der Tierhaltung bis zur Milchverarbeitung in Haushalt oder Molkerei. Heimatmuseum Oettingen i. Bay., Hofgasse 14, 2,50 €, www.heimatmuseum-oettingen.de

19.07. – 27.10. Sonderausstellung: „Utopie Landwirtschaft“
Gemeinschaftsprojekt von sechs bayerischen Agrar- und Freilandmuseen. Museum KulturLand Ries, Klosterhof 3 und 8, 86747 Maihingen, 3,50 €, www.museumkulturlandries.de

26.11. – 31.12., Mo – Fr: ab 14 Uhr, Sa + So: ab 11 Uhr Tollwood Winterfestival
atemberaubendes Straßentheater, Bio-Gastronomie, Kunsthandwerk aus aller Welt, Theater über Musik und Performances bis hin zu Umweltaktivitäten, Kinderprogramm, ☎, Theresienwiese München, www.tollwood.de

02. – 30.11. Afrikanische Wochen
interessante Vorträge, moderne Literatur, zeitgenössische Kunst, Live-Musik, Kino, Kabarett, Theater, Open Stage, kreative Workshops u.v.m. Veranst.: Werkstatt Solidarische Welt e.V., Weltladen Augsburg, www.werkstatt-solidarische-welt.de

14.02. – 23.02.2020 Brechtfestival Augsburg
Theater, Literatur, Musik und Diskurs. Martini-Park und weitere Orte. www.brechtfestival.de

12.10. – 06.01.
– **Naturparke in Bayern, Erlebnislandschaften in Balance – Wanderausstellung des Naturparkverband Bayern e.V.**
– **Farben im Naturpark Augsburg Westliche Wälder – Fotoausstellung von Cristine Walter**
Naturpark-Haus Oberschönenfeld, Gessertshausen, www.naturpark-augsburg.de

ab 17.12. Die Stadt ohne Juden Ausländer Muslime Flüchtlinge
Rassismus, Fremdenfeindlichkeit, Antisemitismus, Augsburg, Bayern
Eine Ausstellung des Jüdischen Museums Augsburg Schwaben in Kooperation mit dem tim. Staatliches Textil- und Industriemuseum Augsburg, Provinostr. 46, ☎
www.jkmas.de/2018/12/die-stadt-ohne-juden-auslaender-muslime-fluechtlinge

Oktober

Di 15.10., + 22.10., jeweils 9.30 Uhr Handwerksvorführungen
9.30 Uhr Spinnen, 13 Uhr Korbmachen. Fränkisches Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 7 €, www.freilandmuseum.de

Di 15.10., 13 – 16 Uhr Energieberatung
der Stadt Augsburg Thema: Heizungs-pumpen. Ort: Hollbüro am Elias-Holl-Platz 3, Augsburg (hinter dem Rathaus), ☎, Anm.: 0821/324-7322

*** Di 15.10. + 19.11., 19.30 – 21 Uhr Achtsamkeits-Meditation ***
Raus aus dem Hamsterrad, rein ins Hier & Jetzt! Praxis von Ulrike Bach, Johannes-Haag-Str. 3, Augsburg, 18 €/11 €, mit Anm.: www.wirklich-mensch.de

Mi 16.10., + 23.10., jeweils 13.30 Uhr Handwerksvorführung Büttnerie
Fränkisches Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 7 €, www.freilandmuseum.de

Mi 16.10., 18 – 22 Uhr R.E.S.E.T.® Basiskurs – Entspannter Kiefer, entspannter Körper
Dr.-Jaufmann-Mittelschule, Jahnstr. 10, Bobingen, Kurs-Nr.: HB0301g01, 32,10 €, www.vhs-augsburger-land.de

Mi 16.10., 18 Uhr Stadtteilgespräch UNIVIERTEL
Mit Oberbürgermeister und den ReferentInnen diskutieren. TZA Augsburg, www.augsburg.de/stadtteilgespraeche

Mi 16.10., 19 – 22 Uhr Wie kann der Zusammenhalt in vielfältigen Städten erfolgreich gestaltet werden?
Potentiale in der Stadtplanung und Sozialplanung. vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3 a, Kurs-Nr.: RH12772, 6 €, www.vhs-augsburg.de

Mi 16.10., 19.30 – 21 Uhr Totholz steckt voller Leben
Vortrag von Heinz Bussler. Veranst.: NWV für Schwaben, Ort: Zeughaus Reichlesaal 1, Stock Nr. 116, Augsburg, ☎, www.nwv-schwaben.de

Mi 16.10., 19.30 Uhr Ausbeutung raus aus den Töpfen!
Vortrag: Die Tomate zwischen Gewächshaus, EU-Subvention und moderner Sklaverei. Rathaus, Oberer Flez, Rathausplatz 1, Augsburg, ☎, www.annahof-evangelisch.de

Do 17.10. – 07.11., jeweils Do 8.45 – 11.45 Uhr Die kreative Nähwerkstatt

Nähkurs. VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/15 70 31, 48 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Do 17.10. + 24.10., jeweils 10 Uhr Handwerksvorführungen
10 Uhr Brotbacken, 13.30 Uhr Holzschuhmachen. Fränkisches Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 7 €, www.freilandmuseum.de

Do 17.10., 14 – 17.45 Uhr Energiesprechstunde
Für alle Fragen zu den Themen Strom- und Energieeinsparung, erneuerbare Energien und Fördermöglichkeiten bei Neu- und Altbau. Münchener Str. 9, Aichach, je 30 Min., ☎, Anm.: www.aichach.de

Do 17.10., 18 Uhr Kurs: Seifensieden im Kaltverfahren
verführerischer Duft, geschmeidiger Schaum! Umweltstation mooseum, Schlossstr. 7, 89431 Bächen, Anm.: 07325/952583, 40 €, www.moosium.net

Do 17.10., 18.30 Uhr Es reicht! Für alle.
Warum wir uns Hunger nicht mehr leisten können, Vortrag Sylvia Hank. The Box, Werner-Heisenberg-Str. 4, Augsburg, ☎, www.thebox-augsburg.de

Fr 18.10., 13.30 Uhr Handwerksvorführung Wagnerei
Fränkisches Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 7 €, www.freilandmuseum.de

Fr 18.10., 16 – 18 Uhr LEW-Netzleitstelle
Führung im Rahmen von „Offene Türen bei LEW“. Treff: LEW-Energiewelt, Schaezlerstr. 3, Augsburg, Anm.: 0821/328 16 58, ☎, www.lew.de/unternehmen/regionales-engagement/offene-tueren

*** Fr 18.10., 17 – 21 Uhr + Sa 19.10., 10 – 15 Uhr Kurs: Atem Stimme Präsenz ***
Verständliches Sprechen, damit das Gesagte ankommt. Workshop mit Schauspieler Christian Beier. Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbergen, Anm.: 0175/153 98 56, 120 € (2 Tage inkl. Verpflegung), www.christian-beier.com

18. – 20.10., Fr ab 18 Uhr, So bis 14 Uhr Reste, Reste, Reste Patchworkkurs für Anfänger und Fortgeschrittene
Katholische Landvolkshochschule Petersberg, Petersberg 2, 85253 Erdweg, Tel.: 08138/9313-0, Kurs 0016139, 90 €, www.der-petersberg.de

Sa 19. Oktober, 13 – 18 Uhr

Handarbeitsmesse 10.006 Möglichkeiten

Egal ob Nähen, Stricken oder Häkeln, Handarbeitsbegeisterte finden auf diese Messe in Horgau alles, was das Herz begehrt. Vielfältige AusstellerInnen füllen den Markt der Möglichkeiten mit ihren Produkten wie Näh-, Overlock- oder Stickmaschinen, Stoffen (Hilco, Westfalenstoffe, A.U. Maison, Tilda, Albstoff), Dirndl- und Trachtenstoffe, Patchworkstoffe, Hüte, Wolle und Garne sowie Kurzwaren, Schnittmuster und Bücher. Einer der Höhepunkte ist die Kinder- und Damen-Modenschau um 14.30 Uhr. Bei Kaffee und Kuchen können sich die BesucherInnen ganz gemütlich von den selbst gearbeiteten Kreationen der Models inspirieren lassen.

Roththalle, Schwedenweg 201, Horgau, Veranstalter: VHS und Bücherei Horgau, ☎ Info: Monika Hofbeck, www.naehidee-minimo.de

Fr 18.10., 17–21 Uhr

Im Reich der Meisterwurz
Kräuterseminar. Herstellung einer homöopathischen Verreibung. Wesen der Pflanze begegnen. Akademie für Trad. KräuterWissen, Marktstr. 7, 87480 Weitnau, Anm. online erbeten, 45 €, www.allgaeuer-kraeuterland.de

Fr 18.10., 18–21 Uhr

Traditionelle Küche: Kochen mit Kartoffeln
Nach alten Rezepten allerlei Kartoffelgerichte. Bauernhofmuseum Jexhof, 82296 Schöngesing, Anm.: 08141/519-205, 8 €, www.jexhof.de

Fr 18.10., 19–22 Uhr

Vegan kochen: Die Linse! Rot, gelb, braun, grün... bunte Rezepte mit dem Hülsenfrüchtler
Gremolata, Urgetreide, Kürbis, Erdkohlraabi. Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbergen, Anm. bis 11.10.: 0821/243 67 07, haus-der-familie@awo.schwaben.de, Kurs-Nr.: M.44, 34 €, www.awo-haus-der-familie.de

Sa 19.10., 6.30–12 Uhr

Vogelzugbeobachtung
besondere Arten entdecken auf dem Müllberg Gersthofen, evtl. Fernglas mitbringen. Veranst.: Naturwissenschaftlicher Verein für Schwaben e.V., Treff: Parkplatz am Europaweier, Gersthofen, Anm. bis 17.10.: robert_kugler@maxi-dsl.de, ☎, www.nvw-schwaben.de

Sa 19.10., 9–16.15 Uhr

Klöppeln
Kunsthandwerk in Tradition und Moderne für Anfänger und Fortgeschrittene. Grundschule, Schulstr. 7, Emersacker, Kurs-Nr.: HEM210k02, 23,20 €, www.vhs-augsburger-land.de

Sa 19.10., 9–17 Uhr

Gras & Krempel
Gartenflohmarkt & Aktionstag, Vorträge, Führungen, Musik. Staudengärtnerei Gaißmayer, Jungviehweide 3, 89257 Illertissen, 2 €, www.gaißmayer.de

Sa 19.10., 10–17 Uhr

Kurs: Filzhut herstellen
Fränkisches Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 45 € + Mat., www.freilandmuseum.de

Sa 19.10., 10–16 Uhr

Streitet Euch! Über den demokratischen Umgang mit Populismus und Stammtischparolen
Workshop: Zum Streit mit Andersdenkenden ermutigen und befähigen. Museum Oberschönenfeld, Naturpark-Haus, Seminarraum, Kurs-Nr.: HAU102ö01, ☎, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Sa 19.10., 10–11.30 Uhr

Die Körpersprache der Bäume
Naturspaziergang. Treff: Untermeitingen, Parkplatz am Friedhof, Schlossberg 9, Untermeitingen, Veranst.: LPV Lkr. Augsburg e.V., Anm. bis 17.10.: 0821/31 02 28 52, ☎, www.nanu-augsburg.de

Sa 19.10., 10–17 Uhr

Milch sauer einlegen
Seminar: Gemüse einfach und natürlich haltbar machen durch Fermentieren. Theoretische Grundlagen des Fermentierens, Gerätschaften, verschiedene Methoden und Lebensmittel Herstellen verschiedener Ansätze. Akademie für Trad. KräuterWissen, Marktstr. 7, 87480 Weitnau, Anm. online erbeten, 80 €, www.allgaeuer-kraeuterland.de

Sa 19.10., 12–16 Uhr

Medizin 2040 – Utopien einer vielfältigen Stadt
Vorträge, Austausch: Wie menschlich wird die Medizin der Zukunft? Veranst.: Forum Interkulturelles Leben, Treff: Textilmuseum Augsburg, Provinostr. 46, ☎, www.lifeguide-augsburg.de

Sa 19.10., 13–18 Uhr

Messe: Handarbeiten 10.006 Möglichkeiten
Roththalle, Schwedenweg 201, Horgau, Veranstalter: VHS und Bücherei Horgau, Info: Monika Hofbeck, www.naehidee-minimo.de ☎

Sa 19.10., 13.30–16 Uhr

Repair Café – Reparieren statt Wegwerfen
Kleinelektronik, nähen und Fahrräder reparieren mit Experten. Treff: Caritas Tagesstätte, Münchner Str. 19, Aichach, Kursnr.: R00014B, ohne Anm., ☎, www.vhs-aichach-friedberg.de

Sa 19.10., 15–17 Uhr

Im Dornenreich steht ein gedeckter Tisch
Früchte von Sträuchern und Wildobstgehölzen, Essbarkeit. Veranst.: Naturpark-Haus Oberschönenfeld, Treff: Naturpark-Häusle am Spielplatz, Anm. bis 17.10.: 08238/3001 32, 6 €, www.nanu-augsburg.de

Sa 19.10. + 09.11. + 25.01. + 29.02. + 28.03., 16.30–17.30 Uhr

TischLesung
Entspannung, Ruhe und Aufmerksamkeit beim Hören auf ein Buch. Benediktinerabtei St. Stephan, Stephansplatz 6, Augsburg (Klostergarten), Parkmögl. im Klosterhof, Anm. bis: 18.10.: 0821/329 60, klostergarten-st-stephan@web.de, 8 € www.abtei-st-stephan.de

Platz für die Sonne?

Solaroffensive Augsburg
Jetzt informieren und beraten lassen:
augsburg.de/solaroffensive




Hochstraße 15
86399 Bobingen
NEUERÖFFNUNG
Mo-Do 9.30 - 13.30
Fr 9.30 - 17.30
Sa 9.30 - 13.30

ökologisch durch
Schwangerschaft
und **Stillzeit**

auch **BIO Baby mode** und
Geschenkideen erhältlich

mom & lino
www.momelino.com

So 20.10., 8–10 Uhr
Vogelbeobachtung
an der Lechtaustufe 23
evtl. Fernglas mitbringen. Veranst.:
Naturwiss. Verein Schwaben, LBV
Aichach-Friedberg, Ort: Lechtaustufe
23 Parkplatz Ostseite, Anm. bis 18.10.:
robert_kugler@maxi-dsl.de, www.nanu-augsburg.de

So 20.10., 8–17 Uhr
TourNatur zu Pferd
Wanderritt zu den Naturdenkmälern im
südlichen Ries, nur sichere Geländereiter,
keine Anfänger. WanderReitbetrieb
Hof Kranichau, Leiheim 10, Bissingen,
Anm.: 09089/920045, 50 € (mit eigenem
Pferd), 80 € (Leihpferd),
www.wanderreiten-donau-ries.de

So 20.10., 8–10 Uhr
Rastende, überwinterte,
ziehende und brütende Arten
an der Staustufe, Wanderung. Veranst.:
LBV, Treff: Parkplatz Mandichosee,
Merching, Anm.: stefan.hoepfel@lbv.de,
www.aichach-friedberg.lbv.de

So 20.10., 9.30–13.30 Uhr
Pilzexkursion
im Hartwald bei Mering, Täublinge und
Milchlinge, festes Schuhwerk + evtl.
Lupe. Veranst.: Pilzverein Augsburg
Königsbrunn, Treff: bei Mering, 5 € (E),
Kinder \emptyset , www.pilze-augsburg.de

So 20.10., 10–17 Uhr
Backofenfest
Dutzende Backöfen in Betrieb, Vor-
führungen Weben, Imkerei, Mühle,
Kaltmang, Führung Museumskirche,
Wandel und Umbrüche des 19. Jhd.,
Kinderprogramm. Fränkisches Freiland-
museum, Eisweiherweg 1, Bad Winds-
heim, 7 €, www.freilandmuseum.de

So 20.10., 10.30–15 Uhr
Traumhafte Pfade:
Jäger- und Hubertussteig
Bewusstes Wandern mit Achtsamkeits-
übungen. Brotzeit mitbringen. Veranst.:
Verein Regionalentwicklung Augsburg
Land West, Treff: Naturparkhäusle
Oberschönenfeld, Anm.: 08236/962149,
karin.hauber@fischach.bayern.de, 10 €,
www.realwest.de

So 20.10., 13–16 Uhr
Lebendiges Museum:
Krauthobeln und -einlegen
Schwäbisches Bauernhofmuseum Iller-
beuren, Museumstr. 8, 87758 Kronburg,
6 €, www.bauernhofmuseum.de

Kleinanzeige für gewerbl.
Anbieter:
5 Zeilen = 35 € netto
jede weitere Zeile = 1 €

So 20.10., 14 Uhr
Öffentliche Führung
Ausstellung „Kuhstall, Kinder, Küche,
Kirche – Frauenwelten auf dem Land“.
Bauernhaus-Museum, Vogter Str. 4,
Wolfegg, ohne Anm., 6 €,
www.bauernhausmuseum-wolfegg.de

*** So 20.10., 16.30–19.30 Uhr**
Ernte & Dank *
neurographischer Erlebnisabend Be-
trachten, in Empfang nehmen, neue
Ideen können wachsen. Kreativraum
Pfersee, Bebo-Wager-Str. 1, Augsb.,
36/27 € inkl. Snacks, Getränke, Anm.:
www.wirklich-mensch.de

So 20.10., 18–19.30 Uhr
Waldbaden – Shinrin Yoku
Wald als eine Kraft- und Energiequelle
erleben. Treff: Eingang Pfarrhof,
Pfarrer-Brümmer-Str. 11, Affaltern,
Kurs-Nr.: HBI301e03, 5,30 €, Anm.:
www.vhs-augsburger-land.de

Mo 21.10., 10–12 Uhr
Stadtrundgang: Nachhaltig
leben in Augsburg
Nachhaltige Akteure an verschiedenen
Stationen. Veranst.: Regio Augsburg
Tourismus GmbH, Treff: Tourist-Info,
Rathauspl., Augsburg, Anm.: 0821/
50207-21, 10 €,
www.augsburg-tourismus.de

Mo 21.10., jeweils Mo 14–15.30 Uhr
Klima und Energie – zentrale Fragen
des Umweltschutzes
Vortragsreihe „Umweltschutz heute /
Teil 2: Energie und Ökologie“.
Bayerisches Landesamt für Umwelt,
Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, \emptyset ,
www.lfu.bayern.de

Mo 21.10., 19–20.30 Uhr
Tanzania Reiseabend
Safari . Mount Meru . Kaffeetour
Wir erzählen mit einer Fotoshow von
unserer letzten Reise und stehen für
Fragen rund um's Reisen nach und in
Tanzania zur Verfügung. MAK Afrika,
Karlstr. 7, Augsburg, \emptyset , Anm.: info@
mak-afrika.com, Tel.: 0821/20835122
oder an der Theke,
www.mak-afrika.com

Mo 21.10., 19.30 Uhr
Von Pflanzen und Tieren am Lech
Vortrag: Historische Bilder der einstigen
und Infos zur noch bestehenden Arten-
vielfalt am Lech. Veranst.: Heimatverein
LK Augsburg, Treff: Großer Sitzungssaal
des Landkreises Augsburg, Prinzregen-
tenpl. 4, \emptyset , [www.heimatverein-
landkreis-augsburg.de](http://www.heimatverein-
landkreis-augsburg.de)

Di 22.10., 19–22 Uhr
1, 2, 3, Plastikfrei!
Bienenwachtücher, Wasch- und Spül-

Mi 23. Oktober, 19 – 20.30 Uhr

Smart City – was ist das?

Die Begriffe „Smart City“ und „Digitalisierung“ sind untrennbar miteinander verbunden. Wissen wir BürgerInnen, was sich da fast unmerklich tut? Weltweit möchten Städte smart werden: in der Verwaltung, der Mobilität, der Energieversorgung, im Umweltschutz u. v. m. Das Zauberwort heißt „Vernetzung“. All das entsteht wie von selbst, ohne öffentliche Diskussion über Chancen und Risiken. Wem nützt es, wer profitiert? Die Tragweite der Entwicklungen ist kaum überschaubar. Wie kann dieser unausweichliche Prozess aktiv gesteuert und in gute Bahnen gelenkt werden? Diese Fragen beantwortet Geographin Ute Hein in ihrem Vortrag.

VHS Augsburg, Raum 100, Willy-Brandt-Platz 3 a,
5 € (AK + 1 €), Kurs-Nr.: RH12776, www.vhs-augsburg.de

mittel, Kosmetika, Zahnputzmittel, Lotion
selbst herstellen. Via-Claudia-Realschule,
Schwabenstr. 35, Königsbrunn, Kurs-
Nr.: HKÖ104n01, 32,40 €, Anm.:
www.bayrischer-wirt.de

Di 22.10., 20–21.30 Uhr
SALZGRÖTTE Orientalischer
Märchenabend
Bio Hotel Bayerischer Wirt, Neuburger
Str. 122, Augsburg, 18 €,
www.bayrischer-wirt.de,
www.maerchenzelt.de

Mi 23.10., 9–12 Uhr
Vertiefungsworkshop NUZ
(Nachhaltige Unternehmen Zukunft)
Beratungsangebot der HWK. Veranst.:
Handwerkskammer Schwaben, Treff:
Außenstelle der HWK Kaufbeuren, Spi-
altor 7, Kaufbeuren, Anm. bis 15.10. on-
line, \emptyset für Mitgliedsbetriebe der HWK,
www.hwk-schwaben.de

Mi 23.10., 16.30 Uhr
Umweltkompetenz vor Ort:
KUMAS-Leitprojekt 2018
„Speed2E – Innovativer Super-Hoch-
drehzahl-Antriebsstrang für die
Elektromobilität“. Veranst.: KUMAS –
Kompetenzzentrum Umwelt, Treff: FZG
Projekthaus Augsburg/Garching, Am
Technologiezentrum 5, Augsburg, Anm.
+ Infos: www.kumas.de

Mi 23.10., 17.30–20 Uhr
Lernerlebnis Energiewende: Was
jede/r über Energie wissen sollte
und warum jede/r mitmachen sollte
Im Rahmen der Energiewende-Veran-
staltungen der Stadt Augsburg gemein-
sam mit den swa. Für SchülerInnen 5.–
10. Kl., Lerntheater mit Show, Quiz und
Gruppenlernen – interaktiv und multi-
medial. Kleiner Goldener Saal, Jesuiten-
gasse 12, Augsburg, Anm.: [umweltamt@
augsburg.de](http://umweltamt@
augsburg.de), 0821/324-7322, \emptyset

Mi 23.10., 18–21.30 Uhr
Nähkurs: Stylishes
Wendetasche statt Plastiktüte
Mittelschule, Hauptstr. 35, Meitingen,
Kurs-Nr.: HME209n02, 17,90 €,
www.vhs-augsburger-land.de

Mi 23.10., 19–21 Uhr
Samen und Wurzelabend
Tinktur, Verdauungslinikör, Beinwellsalbe
herstellen, Imbiss. Holunderhof Lohe,
Lohe 2, Oettingen, 14 €, Anm.:
www.holunderhof-lohe.de

Mi 23.10., 19 Uhr
Too big to tell
Film & Diskussion über die Finanzwelt.
Bücherei, Bachstr. 1, Mering,
www.oikocredit.de

Mi 23.10., 19–22 Uhr
Das Wesen der Pflanzen erspüren:
Der Meerrettich – feurig-scharfes
Antibiotika
Katholische Landvolkshochschule Peters-
berg, Petersberg 2, 85253 Erdweg,
Tel.: 08138/9313-0, Kurs 0017958, 17 €,
www.der-petersberg.de

Mi 23.10., 19–20.30 Uhr
Smart City – was ist das?
Vortrag. Schlaue Städte, dümmere
Bürger? vhs Augsburg, Raum 100, Willy-
Brandt-Platz 3 a, 5 € (AK + 1 €), Kurs-Nr.:
RH12776, www.vhs-augsburg.de

Mi 23.10., 19.30–21 Uhr
Die Geschichte der Bauern
im Lechtal/ Mithrastag
Vortrag von Prof. Dr. Philipp W. Stock-
hammer über den Übergang von der
Steinzeit zur Bronzezeit. Veranst.:
Kulturbüro Königsbrunn, Ort: Infor-
mationspavillon 955, Alter Postweg 1,
Königsbrunn, \emptyset , [www.koenigsbrunn.de/
veranstaltungen](http://www.koenigsbrunn.de/
veranstaltungen)

Mi 23.10., 19.30–21.30 Uhr
Endlich Ordnung!
Richtig aussortieren, aufräumen und
nachhaltiges Ordnungssystem entwik-
keln. Mittelschule, Schulstr. 6, Groß-
aitingen, Kurs-Nr.: HGR104r01, 6,40 €,
Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Mi 23.10. + 27.11. + 22.01. + 26.02.
+ 25.03. + 22.04., jeweils 19.30 Uhr
Stammtisch für plastikfreies Leben
Friedberg
Jeden 4. Mi/Mon., Treff: Angus Club,
Aichacher Str. 7, Friedberg, Info: [fried-
berg@plastikfreies-augsburg.de](http://fried-
berg@plastikfreies-augsburg.de)

Do 24.10., 9.30–17 Uhr
Federn lassen und
dennoch schweben
Widerstandskräfte pflegen – Resilienz
stärken. Was hält uns gesund in Zeiten
von Stress und Hektik? Katholische
Landvolkshochschule Petersberg,
Petersberg 2, 85253 Erdweg, Tel.:
08138/9313-0, Kurs 0017409, 50 €,
www.der-petersberg.de

Do 24.10., 14.30–16.30 Uhr
Frauen in der Kirche.
Berufung der Frau in der Kirche
Vortrag mit Diskussion. Veranst.: KDFB,
Ort: Pfarrzentrum St. Max, Franziskaner-
gasse 4, Augsburg, \emptyset

Fr 25.10., 15–17 Uhr
Schaftag
Einblicke in altes Handwerk. Bauernhof-
museum Jexhof, 82296 Schöngesing,
www.jexhof.de

Sa 26.10. + 16.11. + 30.11., 15 – 17 Uhr Bürgersinn und soziales Engagement

Mit seinen Stiftungen entwickelte Augsburg ein besonderes Profil. Dieser Stadtrundgang durch die Augsburger Innenstadt sucht an historischen Orten verschiedene größere Stiftungen auf, entdeckt ihre Ausformungen und verfolgt ihren Wandel. Er beginnt mit dem spätmittelalterlichen Komplex um St. Anna wie das Hirn'sche Seelhaus sowie dem Pfründhaus von St. Anton in der Wintergasse, führt über die evangelischen Stiftungen des Annakollegs, zum Jesuitenkolleg und reicht bis zu den beiden Waisenhäusern.

St. Anna Kirche, Im Annahof 2, Augsburg,

Anm.: 0821 / 450 17 1200, 8 €, 5 € (erm.), www.annahof-evangelisch.de

Fr 25.10., 18–21 Uhr

Pflanzen-Rendezvous: Esskastanie

Wahrnehmen einer Pflanze mit allen Sinnen. Lebensart, Volksheilkunde, Botanik, Geschichte, Kulinarisches. Akademie für Trad. KräuterWissen, Marktstr. 7, 87480 Weitnau, Anm. online erbeten, 20 €, www.allgaeuer-kraeuterland.de

Fr 25.10. + 29.11. + 27.12., 31.01. + 28.02. + 27.03., 18–20 Uhr

Critical Mass

Fahrradcorso. Rathausplatz, Augsburg, www.criticalmass-augsburg.de

Fr 25.10., 19.30 Uhr

WIE OFT DU AUCH DEN FLUSS ANSIEHST

Lyrisch-musikalischer Brechtabend zum Jubiläum 10 Jahre Text will Töne mit den Künstlern Karla Andrä (SchauspielerIn) und Josef Holzhauser (Gitarrist und Komponist). Brechtthaus Augsburg, Auf dem Rain 7, 8 €, www.textwilltoene.de

* Sa 26.10.

Djembe/Basstrommel-Workshop *

– 9–12.30 Uhr: für Anfänger, Kurs-Nr.: C412.192

– 13.30–17 Uhr für Fortgeschrittene Kurs-Nr.: C413.192

Benjamin Mayr, vhs Buchloe, Bahnhofstr. 60, Anm. bis: 18.10.: 08241/90233, info@vhs-buchloe.de, jeweils 36,50 €, www.benjaminmayr.de/afrikanisches-trommeln-djembe-basstrommel/

Sa 26.10., 9.30–13.30 Uhr

Pilzexkursion bei Rommelsried

Spätherbstpilze, Ritterlinge, Schwefelköpfe und Nebelgraue Trichterlinge, festes Schuhwerk + evtl. Lupe. Veranst.: Pilzverein Augsburg Königsbrunn, Treff: Rommelsried, am Mühlberg, 5 €, www.pilze-augsburg.de

Sa 26.10., 10–17 Uhr

Kurs: Vergolden

Fränkisches Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 69 € + Mat., www.freilandmuseum.de

Sa 26.10., 14–16 Uhr

Bevor die Nase läuft!

Kräuterwanderung, Natur als Vorbeugung gegen Erkältungen, mitbringen: großes Schraubverschlussglas. Verant.: Naturpark-Haus Oberschönenfeld, Treff: Naturpark-Häusle am Spielplatz, Anm. bis 24.10.: 08238/300132, 6 €, www.nanu-augsburg.de

Sa 26.10., 14–17 Uhr

Strickkurs: Von wegen alte Zöpfe

Museum KulturLand Ries, Maihingen, Klosterhof 8, Anm.: 09087/920717-0, mklr@bezirk-schwaben.de, 15 €, mklr.bezirk-schwaben.de

Sa 26.10., 14–16.30 Uhr

Königsbrunn – mein Garten!

Permakultur stadtgarteln für alle, kleine Paradiese in der Stadt, Mitgarteln heißt miternten. Verant.: Umweltstation mit Königsbrunn-mein Garten und Stadt Königsbrunn, Treff: Generationenpark Königsbrunn, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 38–42, Anm. bis 25.10.: 08231/9586555, Ø, www.us-augsburg.de

Sa 26.10. + 16.11. + 30.11., 15–17 Uhr

Bürgersinn und soziales Engagement Stadtrundgang

Augsburg als Stadt der Stiftungen mit Prof. Dr. Rolf Kießling. St. Anna Kirche, Im Annahof 2, Augsburg, Anm.: 0821/450 17 1200, 8 €, 5 € (erm.), www.annahof-evangelisch.de

So 27.10., 10 Uhr

„Schwäbische Kunkelstube“

Austausch und Vorführung alter Handarbeitstechniken, wie Spinnen, Bretchenweben, Klöppeln, Sticken. Schwäb. Bauernhofmuseum Illerbeuren, Museumstr. 8, 87758 Kronburg, 6 €, www.bauernhofmuseum.de

So 27.10., 10–13 Uhr

Kurs: Beanie häkeln

Verant.: Barbara Hübler/Beanifabrik, Treff: Textilmuseum tim, Provinstr. 46, Augsburg, Anm.: order@beaniefabrik.de, 49 € + Mat., www.timbayern.de

So 27.10. + 24.11. + 22.12., jeweils 11–12 Uhr

Die Frauen der Fugger und Welser

Museumsführung „Fugger und Welser Erlebnismuseum, Äußeres Pfaffengässchen 23, Augsburg, Anm.: buchung-fuw@regio-augsburg.de, 9 €, www.fugger-und-welser-museum.de

So 27.10., 13–17 Uhr

Tag des dörflichen Handwerks

Brauer, Büttner, Ziegler, Korbflechter, Weber, Holzschuhmacher, Schuster, Strohnappflechter, Wagner, Spinnerinnen, Müller und Schmiede, Vorführungen, Führungen. Fränk. Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 7 €, www.freilandmuseum.de

So 27.10., 14–18 Uhr

Mädelsflohmarkt – Frauensache

Klamottenüberschuß verkaufen oder Schnäppchen finden. Stadthalle, Brüderstr. 21, Lauingen, 2,50 €, Verkäufer: 15 €/Stand, Anm.: www.rain-events.de

Mo 28.10., jeweils Mo 14–15.30 Uhr

Grundlagen der Nutzung erneuerbarer Energien zur Stromerzeugung – Anwendungsmöglichkeiten in Schwaben

Vortragsreihe „Umweltschutz heute/Teil 2: Energie und Ökologie“. Bayeri-



Greg is back
Weihnachtliches Konzert - A cappella XXL
So., 1. Dezember 2019, 18 Uhr
Singoldhalle Bobingen

MAMMA MIA BAVARIA
Kabarett von und mit Luise Kinseher
Sa., 21. März 2020, 20 Uhr
Singoldhalle Bobingen

Kartenvorverkauf
Kulturamt Stadt Bobingen Tel.: 08234 8002 -36
oder online: www.bobingen.de www.reservix.de
sowie an den bekannten Vorverkaufsstellen

Singoldhalle Bobingen
50+ Stadt Bobingen



KULTURBÜRO
KÖNIGSBRUNN

Populärwissenschaftliche
Ringvorlesung in
Zusammenarbeit mit der
Universität Augsburg im

KÖNIGS BRUNNER CAMPUS

23.4. bis 29.10.2020

Informationspavillon, 955

Kulturbüro Königsbrunn

Do 23.04.20
19 Uhr:
"Roboter-Knigge:
Von höflichen und
musikalischen
Robotern"

NATÜRLICH WAS ERLEBEN!

Sind Sie gerne draußen in der Natur und entdecken ständig Neues und Faszinierendes? Haben Sie Lust, Kindern diese Begeisterung für Tiere und Pflanzen weiterzugeben? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Wir führen Kinder und Jugendliche mit viel Spaß und Spiel an die Natur heran, so dass sie diese zu lieben und zu schützen lernen!

Hierfür suchen wir engagierte BetreuerInnen für Kindergruppen in Augsburg und Nordschwaben! Besondere Vorkenntnisse sind nicht notwendig.



Interesse?

Wir informieren Sie ganz unverbindlich.
Kontakt: Dagmar Blacha, LBV Augsburg,
 Tel. 0173-3621145,
 dagmar.blacha@lbv.de



sches Landesamt für Umwelt,
 Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ☉,
 www.lfu.bayern.de

Mo 28.10., 18 Uhr Vortrag: Strom aus der eigenen Photovoltaik-Anlage: Pack die Sonne auf dein Dach, in den Speicher oder ins Elektroauto!

Nutzen, Wirtschaftlichkeit, Steueraspekte, Förderprogramm. Landratsamt Augsburg, Prinzregentenplatz 4, Augsburg, Großer Sitzungssaal (184 1.0G) Anm. bis 20.10.: 0821/31 02-2682, klimaschutz@LRA-a.bayern.de

Mo 28.10., 19 – 20.30 Uhr Tanzania Reiseabend

Safari . Mount Meru . Kaffeetour
 Wir erzählen mit einer Fotoshow von unserer letzten Reise und stehen für Fragen rund um's Reisen nach und in Tanzania zur Verfügung. MAK Afrika, Karlstr. 7, Augsburg, ☉, Anm.: info@mak-afrika.com, Tel.: 0821/20835122 oder an der Theke, www.mak-afrika.com

Di 29.10., 8.30 – 17.30 Uhr CLEAN AIR Experts Day

Experten-Event für saubere Luft in Städten. Vermeidung von Luftverunreinigungen im und durch den Verkehr, zukunftsweisende Mobilitätskonzepte, intelligentes Verkehrsmanagement, innovative Technologien. Messe Augsburg, Anm.: 0821/45 07 81-20, 149 €, 59 € (erm.), www.clean-air-experts.de

Di 29.10., 13 – 16 Uhr Energieberatung der Stadt Augsburg

Thema: Solar. Ort: Holbüro am Elias-Holl-Platz 3, Augsburg (hinter dem Rathaus), ☉, Anm.: 0821/324-7322

Di 29.10., 19 – 21 Uhr Buchpräsentation: Jüdische Geschichte in Bayern.

Von den Anfängen bis zur Gegenwart. Jüdisches Museum Augsburg Schwaben, Evangelisches Forum Annahof, Augustanasaal, Augsburg, ☉, www.jkmas.de

Do 31.10., 16.30 – 20.30 Uhr Waldbaden

Erholung für Körper und Seele, Gesundheitstrend aus Japan, Achtsamkeit, Regeneration. Treff: Forstmuseum Waldpavillon, Ilsungstr. 15 a, Anm. bis 29.10.: 0177/2133704, 30 €, www.der-innere-aessere-garten.de

Do 31.10., 19.30 Uhr Hormonfreie Verhütung

Informationen und Anregungen zu alternativen, gesunden Verhütungsmitteln. pro familia Augsburg, Hermanstr. 1, Anm.: 0821/450 36 20, ☉, www.profamilia.de/augsburg

Do 31.10., 20 – 22.30 Uhr Halloweenmärchen mit Hand-Pan Klängen

(A. Koller) mit Kürbissuppe. Märchenzelt, Kulturhaus abraxas, Somstr. 30, Augsburg, 15 €, www.maerchenzelt.de

Sa 02.11., 09 – 17 Uhr Bierbraukurs Herbstbiere mit Hagebutte & Co.

Workshop – Theorie und Praxis für Anfänger. Freilichtmuseum Haus im Moos, Kleinhohenried 108, 86668 Karlshuld, Anm. bis 19.10. online, 35 €, www.haus-im-moos.de

Sa 02.11., 9.30 – 13.30 Uhr Waldbaden

Erholung für Körper und Seele, Gesundheitstrend aus Japan, Achtsamkeit, Regeneration. Stadtwald Augsburg, Treffpunkt Forstmuseum Waldpavillon, Ilsungstr. 15 a, Anm. bis 29.10.: 0177/2133704, 30 €, www.der-innere-aessere-garten.de

Sa 02.11., 13 – 20 Uhr + So 03.11., 11 – 18 Uhr

Hausschlachtung wie früher
 Sa + So Vorführung: Schweineschlachtung und Zerlegung, Metzelsuppe, Kaffee und Kuchen, Kinderprogramm, 14 Uhr: Führung „Hoffnung muss den Magen füllen – Notzeiten auf dem Land“. Bauernhaus-Museum, Vogter Str. 4, Wolfegg, 6 €, www.bauernhausmuseum-wolfegg.de

Sa 02.11., 19 Uhr Eröffnungsfest der afrikanischen Wochen

Musik, Kunst, Kultur, Mode und Information. Kolpingsaal, Frauentorstr. 29, Augsburg, 5 €, www.werkstatt-solidarische-welt.de

So 03.11., 09 – 17 Uhr Aufbaukurs Bierbrauen: Brauen am offenen Lagerfeuer Workshop

Theorie und Praxis für Fortgeschrittene. Freilichtmuseum Haus im Moos, Kleinhohenried 108, 86668 Karlshuld, Anm. bis 19.10., 45 €, www.haus-im-moos.de

So 03.11. + 15.12., 11 Uhr BRECHT-BRUNCH zur Kommunalwahl

Gesprächsrunde mit Journalisten und Experten. Brechts Bistro, auf dem Rain, www.buchhandlung-am-obstmarkt.de

So 03.11., 11 – 16 Uhr Küche und Kochen im Wandel der Zeit

Kochen in verschiedenen Museumsküchen wie im Mittelalter, 18. und 19. Jhd.

So 03. November, 14 – 17 Uhr

Vom Leben der Zukunft Teil 1 – Wie und wo werden wir in Zukunft leben?

Ein großes Anwesen für eine Kleinfamilie mit SUV und Zweitwagen vor der Haustür spiegelt kein sonderlich zukunftsfähiges Lebensmodell wider. Aber wie werden wir in Zukunft wohnen, bauen, zusammen leben? Gerade in Hinblick auf die Umwelt gibt es in der Forschung interessante Ansätze. Open Lab veranstaltet diesen kostenlosen Talk mit Diskussionsrunde im Anschluss.

OpenLab Augsburg e.V., Elisenstr. 1, Augsburg, Anm. bis 02.11.: kontakt@openlab.de, ☉, www.openlab-augsburg.de/veranstaltungen/

Di 05.11. + 03.12. + 07.01. + 04.02. + 03.03. + 07.04., jeweils 19.30 Uhr Stammtisch für plastikfreies Leben Augsburg

Jeden 1. Di / Mon., Treff: Café Anna, Annahof 4, Augsburg, Infos: info@plastikfreies-augsburg.de

Di 05.11., 19.30 Uhr Sollen Roboter über Leben und Tod entscheiden?

Kampfmaschinen der Zukunft und wie man sie verhindern kann Vortrag mit Diskussion. Annahof, Hollbau, Ausstellungsraum, Im Annahof 4, Augsburg, ☉, www.annahof-evangelisch.de

Mi 06.11., 10 Uhr + Do 07.11., 9 Uhr 15. Bayerische Wassertage

KUMAS-Fachkongress und Foyerausstellung: nachhaltige Wasserver- und -entsorgung, Gewässerschutz mit den Schwerpunktthemen: Trinkwasserversorgung der Zukunft, Starkregen und Sturzfluten wirksam vorbeugen. Veranst.: KUMAS – Kompetenzzentrum Umwelt, Treff: Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, 345,10 € (Mi), 309,40 € (Do), 476 € (Mi+Do), Erm. für Kumas-Mitglieder u. Behörden, www.wassertage.bayern

Mi 06.11., 16.30 – 18 Uhr Lassen Sie sich FAIR führen und FAIR wohnen

Viele Infos zu fairem Handel und Arbeitsbedingungen mit FAIR.kostung. Fairer Laden, Stummstr. 36, Dillingen, Kurs-Nr. 8100, ☉, Anm.: www.vhs-dillingen.de

Mi 06.11., 18.30 – 20.30 Uhr Leben ohne Müll – geht das?

Kreative Wege um Müll zu vermeiden. Lesebereich in der Bücherei, Albert-Schweitzer-Str. 4 a, Kaufering, Kurs-Nr.: 0414-192, 15 €, Anm.: www.vhs-kauferring.de

Mi 06.11., 19 – 21.30 Uhr Filmvorführung „DAS WUNDER VON WÖRGL“

mit Dialog. Mutmacherfilm gemeinsam ansehen und darüber reden. Veranst.: Forum Fließendes Geld der Lokalen Agenda 21, Ort: Zimmer 300, Zeughaus, Zeugplatz 4, Augsburg, ☉, www.oeconomia-augustana.org

Do 07.11., 9.30 – 17 Uhr Die Kraft der Langsamkeit: Qi Gong-Tag

meditative Bewegungen, Übungen zur Ganzheit. Katholische Landvolkshochschule Petersberg, Petersberg 2, 85253 Erdweg, Tel.: 08138/9313-0, Kurs 0017515, 40 €, www.der-petersberg.de

inkl. Verkauf der Speisen und offener Führung. Fränkisches Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 7 €, www.freilandmuseum.de

So 03.11., 13 Uhr Winterleuchten – Sternstunden in der kalten Jahreszeit

Markt, Floristikworkshop, Kinderbasteln, Filzen, altes Handwerk, Märchen, Kulinarisches. Umweltstation mooseum, Schlossstr. 7, 89431 Bächingen, 3 €, www.mooseum.net

* So 03.11., 10 – 19 Uhr Rauhächte *

Workshop. Praxis Lebenslust Barbara Werner, Allgäuer Str. 1, Augsburg 103 €, Anm.: 0160/96 56 09 00, www.barbara-werner-lebenslust.de

So 03.11., 14 – 17 Uhr Vom Leben der Zukunft Teil 1 – Wie und wo werden wir in Zukunft leben?

Zukunftsforschung, Wohnen, Zusammenleben, Bauen, Platz. OpenLab Augsburg e.V., Elisenstr. 1, Augsburg, Anm. bis 02.11.: kontakt@openlab.de, ☉, www.openlab-augsburg.de/veranstaltungen/

* So 03.11., 19.30 – 22 Uhr NeuroART-Workshop *

Der Palast der Möglichkeiten Entdeckungsreise, neue Räume erkunden, neue neuronale Wege entstehen. Online / freies Webinar, mit Anm.: www.wirklich-mensch.de

Mo 04.11., jeweils Mo 14 – 15.30 Uhr Energieeffizienz: Wichtige Säule der Energiewende + Wärme: Chancen der Wärmewende

Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“. Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ☉, www.lfu.bayern.de

Mo 04.11., 18 – 19.30 Uhr Gesund essen aber wie?

Vortrag zu populären Ernährungsmytthen. VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 10 €, www.verbraucherservice-bayern.de

Mo 04.11., 18.30 – 20 Uhr Einübung in das christliche Meditieren

Offener Kurs mit Impulsen und Austausch. Evang.-Luth. Kirche Zu den Barfüßern, Mittlerer Lech 1, Augsburg, Anm.: 0821/450171200, ☉, www.annahof-evangelisch.de

Mi 06. November, 18.30 – 20.30 Uhr

Leben ohne Müll – geht das?

Kreative Wege, um Müll zu vermeiden und der Umwelt, sich und seinem Geldbeutel dabei auch noch etwas Gutes tun – Aline Pronnet, Zero Waste Aktivistin und Bloggerin (aufdiehand.blog) zeigt im Workshop ganz praxisnah, wie das geht. Mit nachhaltigen „Zutaten“ werden plastikfreie unisex Kosmetik und natürliche Reiniger hergestellt. Zudem können sich die BesucherInnen darüber austauschen, wie wir mit einfachen Veränderungen der alltäglichen Lebensweisen einen ganzen Haufen Müll vermeiden können. Getreu dem Motto: „Do it yourself!“

Lesebereich in der Bücherei, Albert-Schweitzer-Str. 4a, Kaufering,
Kurs-Nr.: 0414-192, 15 €, Anm.: www.vhs-kauferring.de

07.11., 14 – 16 Uhr

Repair Café

Bürgernetz Friedberg, Bahnhofstr. 28,
www.buergernetz-friedberg.de

Do 07.11., 18 Uhr

Sitzung des Nachhaltigkeitsbeirats

Öff. Sitzung: Beratung der Stadt Augsburg in Nachhaltigkeitsthemen. Veranst.: Büro für Nachhaltigkeit, Treff: Rathaus Augsburg, 2. Stock, Sitzungszimmer, www.nachhaltigkeit.augsburg.de/nachhaltigkeitsbeirat

Do 07.11. – 11.11., 18 – 21 Uhr

Grundtechniken des Nähens

Schnupperworkshop. Verbraucher-Service Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 43 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Do 07.11., 18.30 – 21.30 Uhr

Lichterketten gestalten

Umweltzentrum Schmuttertal, Augsburg Str. 24, Diedorf OT Kreppen, Anm. bis 04.11.: 08238/300427, 12 €, www.nanu-augsburg.de

Do 07.11., 19 Uhr

Wie Bio-Röstkaffee Mehrwert für Ruanda schafft

Vortrag mit Vernissage und Verkostung. Veranst.: Weltladen Augsburg/Werkstatt Solidarische Welt, Treff: Weltladen Augsburg, Weiße Gasse 3, 0, www.weltladen-augsburg.de

Do 07.11., 19 – 21 Uhr

Königsbrunner Campus: „Faszination Hinterkaifeck“

Eine Mord(s)geschichte. Populärwissenschaftlicher Vortrag mit Birte Marei Bambusch-Groetzki. Veranst.: Kulturbüro Königsbrunn, Ort: Informationspavillon 955, Alter Postweg 1, Königsbrunn, 0, www.koenigsbrunn.de/veranstaltungen

Do 07.11., 19 – 21 Uhr

Endlich Ordnung!

Richtig aussortieren, aufräumen und nachhaltiges Ordnungssystem entwickeln. Grundschule, Bäcker gasse 2, Aystetten, Kurs-Nr.: HAY104r01, 6,40 €, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Do 07.11.2, 19 – 20.30 Uhr

Webinar: Ist das denn gerecht?

Theorien der Gerechtigkeit in der Geschichte der Philosophie, von Aristoteles bis Kant. Kurs-Nr.: 0404-192, 9 €, Anm.: www.vhs-kauferring.de

Do 07.11. + 05.12. + 02.01. + 06.02.

+ 05.03. + 02.04., jeweils 19.30 Uhr
Stammtisch für plastikfreies Leben Fischach

Jeden 1. Do/Mon., Treff: Erkstuben,

Itzlishofer Str. 7, Fischach, Infos:

fischach@plastikfreies-augsburg.de

Fr 08.11., 8.30 – 16 Uhr

5. Augsburger Begabungstag

Ökologie, Verantwortung und Politik – Austausch, Forum, Vorträge, Workshops. Veranst.: Bildungsbündnis Augsburg, Treff: Rathaus Oberer Fletz, Rathauspl. 2, Augsburg, Anm. Stand: schmitt-bosslet@begabungstag.de, Anm. Teilnahme: www.begabungstag.de

Fr 08.11., 13.30 Uhr + Sa 09.11., 10 Uhr

Wirtschaft wi(e)der WERTE?

Workshop: interaktives Entwickeln eines Wertegerüsts für die Wirtschaft und verschiedene Geschäftsmodelle, Antworten anderer regionaler Akteure. Veranst.: Gemeinwohl-Ökonomie Regionalgruppe Augsburg, Ort: Grandhotel Cosmopolis e.V., Springergässchen 5, Augsburg, Anm.: augsburg@list.ecogood.org, 0, www.bayern.ecogood.org/augsburg

Fr 08.11., 14 – 16.30 Uhr

Moos-Spaziergang zu den Weidetieren und dem Vogelturm am Schurrsee

Novemberstimmung im Gundelfinger Moos. Veranst.: ARGE Donaumoos, Treff: Parkplatz Birkenried, Gundelfingen, Anm.: 08221/7441 oder sekretariat@arge-donaumoos.de, 4 €, www.arge-donaumoos.de

Fr 08.11., 15.30 Uhr

Wunder der Technik. Camera Obscura – wie die Künstler das Zeichnen gelernt haben

Maximilianmuseum, Fuggerplatz 1, Augsburg, nur Eintritt www.kunstsammlungen-museen.augsburg.de/termine

Fr 08.11., 18 – 20 Uhr

LEW Technologiezentrum

Führung im Rahmen von „Offene Türen bei LEW“. Treff: LEW-Technologiezentrum, Nibelungenstr. 16, Königsbrunn, Anm.: 0821/328 1658, 0, www.lew.de/unternehmen/regionales-engagement/offene-tueren

Fr 08.11., 19.30 Uhr

David Mayonga: „Ein Neger darf nicht neben mir sitzen“

Lesung zwischen Beats und Buch im Rahmen der afrikanischen Wochen. Provino Club, Provinostr. 35, Augsburg, 12 €, www.werkstatt-solidarische-welt.de

Fr 08.11., 20 – 21.45 Uhr

Märchen vom Glück mit Hang-Klängen und Stockbrot

15 € (p.P.), Märchenzelt, Kulturhaus abraxas, Sommerstr. 30, Augsburg, www.maerchenzelt.de

Hausmesse im Hörzentrum Böhler Freitag, 25. Oktober von 10-17 Uhr



- Interessante Vorträge
- spannende Hörerlebnissräumen zum „rein Hören“
- Infostände mit Wissensparcour
- tolle Überraschungen

Wo: Im Bohus-Center Augsburg, Halderstraße 29, am Hbf

nur mit
Anmeldung
unter:

0821/36101

weitere Infos: www.hoerzentrum-boehler.de

Hörzentrum Böhler

Ihr Hörakustiker in Augsburg, Neusäß, Schwabmünchen und Gersthofen

EFQM
Committed to Excellence
2 Star - 2018

vhs

Volkshochschule
Augsburger Land e.V.

**Kurse,
Vorträge,
Seminare,
Studienreisen,
Tagesfahrten ...**

vhs Bildung vor Ort

**34 Volkshochschulen
im Landkreis Augsburg**

• auch in Ihrer Nähe

☎ 08 21-3 44 84-0

Termine und Angebote:
www.vhs-augsburger-land.de



Gesellschaft



Beruf



Sprachen



Gesundheit



Kultur



Grundbildung



~ Wolle von Atelier Zitron
~ Häkel-Garne von Gründl
~ Sockenwolle
~ Strickutensilien
~ Zeitschriften & Bücher u.v.m.

Glückstr. 15 · 86153 Augsburg
Tel.: 0821-47 86 45 06 · info@augenstern-wolle.de

Öffnungszeiten:
Di., Mi., Fr.: 14 bis 18 Uhr & Do.: 14 bis 20 Uhr

Sa 09.11., 9 – 15 Uhr
Achtsam werden

Einführung in Focusing Katholische Landvolkshochschule Petersberg, Petersberg 2, 85253 Erdweg, Tel.: 08138/93 13-0, Kurs 0017700, 40 €, www.der-petersberg.de

Sa 09.11., 9 – 12 Uhr
Näh-Reparatur-Werkstatt

Naht reparieren, kürzen, Löcher flicken. Mittelschule, Theresienstr. 12, Gersthofen, Kurs-Nr.: HGE209n01, 15,80 €, www.vhs-augsburger-land.de

Sa 09.11., 9.30 – 13.30 Uhr
Pilzexkursion bei Schwabegg

Stockschwämmchen, Schwefelköpfe und andere Holzfresser, festes Schuhwerk + evtl. Lupe. Verant.: Pilzverein Augsburg Königsbrunn, Treff: Schwabegg, 5 €, www.pilze-augsburg.de

Sa 09.11., 10 – 12 Uhr
Kulturwanderung – auf den Spuren des Wassers durch Augsburg

Vortrag mit Wanderung entlang den Altstadt-Kanäle. Treff: Vogelort Augsburg, ohne Anm., 5 €, www.vhs-augsburger-land.de

Sa 09.11., 10 Uhr
Zukunftswerkstatt: Kreative Aktionsformate

Workshop: Einführung in Flashmobs, Theater und Performance, Puppentheater und Verkleidungen, Prophetische Intervention und Kreative Störung. Verant.: Ulmer Netz für eine andere Welt, Treff: Ulm, Anfrage, Anm. & Info: www.ulmer-netz.org

Sa 09.11. – 16.11., 10 – 13.30 Uhr
Grundtechniken des Nähens

Schnupperworkshop II. Verbraucher-Service Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 51 €, www.verbraucherservice-bayern.de

Sa 09.11., 10 – 16 Uhr
Kurs: Occhi I: Schiffenarbeit – eine alte Handarbeitstechnik

Spitzenherstellung. Fränkisches Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 45 € + 10 € Mat., www.freilandmuseum.de

Sa 09.11., 10 – 17 Uhr
Kurs: Textiler Schmuck

Verant.: Sabine Kinder, Treff: Textilmuseum tim, Provinostr. 46, Augsburg, Anm.: email@sabine-kinder.de, 60 € + Mat., www.timbayern.de

Sa 09.11., 11 – 17 Uhr
Martinsmarkt

Schäfflerbach-Werkstätten, Provinostr. 52, Augsburg, www.schaefflerbach-werkstaetten.de

Sa 09. – So 10.11., 11 – 18 Uhr
ALB-GOLD Adventsmarkt 2019

Zahlreiche Aussteller präsentieren Regionales, Kulinarisches + Kreatives. ALB-GOLD Kundenzentrum, Im Grindel 1, Trochelfingen, 0, www.alb-gold.de

Sa 09.11., 13 – 18 Uhr + 10.11., 10 – 17 Uhr
Kunst-Antik-Markt im Sisi-Schloss

30 Aussteller. Sisi-Schloss Unterwittelsbach, Klausenweg, 1,50 €, www.aichach.de

Sa 09.11., 14 – 18 Uhr
Biodiversitätstag für den Landkreis Aichach-Friedberg

Vorträge, Plattform zur Wissensvermittlung und zum Meinungsaustausch. Schloss Blumenthal, Blumenthal 1, Aichach, Anm. online, 0, www.schloss-blumenthal.de

Sa 09.11., 15.30 – 21.30 Uhr
Volkstänze für Jung und Alt

Freilichtmuseum Haus im Moos, Kleinhohenried 108, 86668 Karlshuld, Anm. bis 25.10.: steinborn.fritz@web.de, 10 €, www.haus-im-moos.de

Sa 09.11., 18 – 19.30 Uhr
Waldbaden – Shinrin Yoku

Wald als eine Kraft- und Energiequelle erleben. Treff: Ortseingang Birkach bei den Glascontainern, Schwabmünchen, Kurs-Nr.: HSC301e01, 8,80 €, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Sa 09.11., 20 Uhr
Greg is back: 21 Superhits für „einsmehr“

Herbstkulturreihe zugunsten des Hotels einsmehr. Stadthalle Neusäß, 21 €, www.hotel-einsmehr.de

So 10.11., 10 – 12 Uhr
Kurs: Stempel und Embossing

Verant.: Bastelkiosk, Treff: Textilmuseum tim, Provinostr. 46, Augsburg, Anm.: hallo@bastelkiosk.de, 45 €, www.timbayern.de

So 10.11., 11 – 13 Uhr
Lebenslinien 2.0

Parallele Geschichten/Miriam Friedmann, Josef Pröll Matinee zum Gedenken an das Novemberpogrom. Verant.: Jüdisches Museum Augsburg Schwaben, Ort: Sensemble Theater, Bergmühlstr. 34, Augsburg, Tickets: 0821/513658, 5 €, www.jkmas.de

So 10.11., 12 – 18 Uhr
Kneipp-Gesundheitstag

Gesundheitsausstellung. Stadtsaal am Kolpingplatz, Adolph-Kolping-Platz 1, Dillingen, 0, www.dillingen-donau.de

Di 12. November, 19 – 20.30 Uhr

Vortrag: Mikroplastik – Unscheinbarer Umweltsünder

Mikroplastik ist inzwischen allgegenwärtig. Da sich Mikroplastik nur schwer abbaut, wird die Konzentration in der Umwelt immer weiter steigen, wenn nicht aktiv dagegen gesteuert wird. Was es mit dem Phänomen auf sich hat, wie man es erkennt und wie man es vermeiden kann, erfahren ZuhörerInnen im Vortrag mit der freiberuflichen Fotografin und Journalistin Pia Winterholler. Sie beschäftigt sich mit allen Themen rund um Ökologie und Nachhaltigkeit.

vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH17015, 6 €, www.vhs-augsburg.de

So 10.11., 14 – 19 Uhr
Mädelsflohmarkt – Frauensache

Klamottenüberschuß verkaufen oder Schnäppchen finden. Stadthalle, Donauwörther Str., Rain a.L., 2,50 €, Verkäufer: 7 €/Stand, Anm.: www.rain-events.de

So 10.11. + 17.11., jeweils 14 – 18 Uhr
Mein alter Laptop – mit Linux unbeschwert im Internet surfen

Kurs. Ausrangierten Laptop als Surf-Station verwenden, Einführung in Linux-Grundlagen. vhs Augsburg, Raum 300, Willy-Brandt-Platz 3a, 59 €, Kurs-Nr.: RH67515, Anm.: www.vhs-augsburg.de

So 10.11., 14 – 18 Uhr
Repair Café

WERKRAUM, Provinostr. 52, Halle B3, Augsburg, www.werkraum-augsburg.de

3x So, 10. – 24.11., 17 – 18.30 Uhr
Wellness für die Seele – Richtig entspannen, gut schlafen

Qigong, Yoga, PMR, Atemtechniken. Gymnastikraum, EG, Donnersbergstr. 23, Kaufering, Kurs-Nr.: 1205-192, 19,50 €, Anm.: www.vhs-kauferring.de

Mo 11.11., jeweils Mo 14 – 15.30 Uhr
Wasserkraft: Energieträger mit Tradition und Zukunft + Wasserkraftnutzung und Gewässerökologie

Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“. Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, 0, www.lfu.bayern.de

Di 12.11., 13 – 16 Uhr
Energieberatung der Stadt Augsburg

Thema: natürliche Dämmstoffe. Ort: Holzbüro am Elias-Holl-Platz 3, Augsburg (hinter dem Rathaus), 0, Anm.: 0821/324-7322

Di 12.11., 19 – 20.30 Uhr
Vortrag: Mikroplastik – Unscheinbarer Umweltsünder

vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH17015, 6 €, www.vhs-augsburg.de

Di 12.11., 19.30 – 21.30 Uhr
Nachhaltiger leben – der Selbstversuch

Strom und Energie im Haushalt bei monatl. thematische Treffen eigenen Lebensstil nachhaltiger gestalten. Verant.: Umweltstation Augsburg, Ort: N.N., Anm. bis 11.11.: l.kaindl@us-augsburg.de, Tel.: 0821/6502236, 0, www.us-augsburg.de

Di 12.11., 19.30 – 21.30 Uhr
Atherische Öle zur Stressbewältigung

Seminar Aromatherapie. Freilichtmuseum Haus im Moos, Kleinhohenried 108,

86668 Karlshuld, Anm. bis 05.11.: online, 8 €, www.haus-im-moos.de

Di 12.11., 19.30 Uhr
Nordafrika und der Nahe Osten

Staatszerfall und neue Kriegsgefahr. Vortrag im Rahmen der afrikanischen Wochen. Augustanasaal, Im Annahof 4, Augsburg, 0, www.werkstatt-solidarische-welt.de

Mi 13.11., 9 Uhr
Kurs: Zwirnknöpfe – Zarter Stern auf hartem Kern

Altes Handwerk – neu entdeckt. Umweltstation mooseum, Schlossstr. 7, 89431 Bächingen, Anm.: 07325/952583, 30 €, www.mooseum.net

Mi 13.11., 9 – 17 Uhr
Konflikte und ihr kreatives Potenzial: Gewaltfreie Kommunikation

Katholische Landvolkshochschule Petersberg, Petersberg 2, 85253 Erdweg, Tel.: 08138/9313-0, Kurs 0018833, 35 €, www.der-petersberg.de

Mi 13.11. + 27.11. + 11.12. + 29.01. + 12.02. + 26.02. + 11.03., 9.30 – 12.30 Uhr
Wir packen BabyWillkommenssäckchen

sich ehrenamtlich beim Projekt meins. ist.deins engagieren. pro familia Augsburg, Hermanstr. 1, www.profamilia.de/augsburg

Mi 13.11., 17 – 19 Uhr
Lebensmittel vor der Tonne retten

Vortrag, Foodsharing und wie man selbst aktiv werden kann, inkl. Verpflegung. Haupthaus, De-Lenoncourt-Str. 5, Dillingen, Kurs-Nr. 8130, 0, Anm.: www.vhs-dillingen.de

Mi 13.11., 19 – 21 Uhr
KDFB Frauenfilmabend „Die Komponistinnen“

Film mit Talk und ExpertIn. Verant.: KDFB, Ort: Haus St. Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg, Filmsaal, ohne Anm., 0, www.frauenbund-bezirk-augsburg.de

Mi 13.11., 19.30 – 21 Uhr
Der Steinadler in Bayern (Werdenfelser – Land)

Vortrag von Jochen Fünfstück. Verant.: NWW Schwaben, Treff: Zeughaus Reichlesaal, 1. Stock Nr. 116, Augsburg, 0, www.nww-schwaben.de

Mi 13.11. + 11.12. + 08.01. + 12.02. + 11.03. + 08.04., jeweils 19.30 Uhr
Stammtisch für plastikfreies Leben

Thierhaupten
Jeden 2. Mi/Mon., Treff: Pizzeria Giovanni, Benedikt-Gaugenrieder-Str. 2, Thierhaupten, Infos: thierhaupten@plastikfreies-augsburg.de

Sa 16. November, 14 – 16 Uhr

Postkolonialer Stadtrundgang

500 Jahre Kolonisation in Amerika war für die Werkstatt Solidarische Welt Anlaß, hier in Augsburg nach Spuren einer kolonialen Stadtgeschichte zu suchen. Der Stadtrundgang beginnt mit der Zeit, als Augsburg von den römisch-kaiserlichen Truppen entdeckt wurde, führt weiter zur Epoche der großen Handelshäuser, die die Stadt zum Zentrum internationalen Warenhandels machten, bis in unsere Gegenwart, zu den vor Ort sichtbaren Auswirkungen globaler wirtschaftlicher und politischer Zusammenhänge. Die MacherInnen möchten mit diesem Rundgang einladen, die Stadt aus einer neuen und etwas ungewohnten Perspektive heraus zu „entdecken“.

Treff: Rathausplatz, Augsburg, 0, Anm. bis 11.11.: augsburg.postkolonial@gmail.com, www.werkstatt-solidarische-welt.de

Do 14.11. – 28.11.,
jeweils 8.45 – 11.45 Uhr

Die kreative Nähwerkstatt am Vormittag

Nähkurs. VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821 / 157031, 48 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Do 14.11., 18 – 22 Uhr

Nachhaltige Heimatküche

Zukunft braucht Herkunft, saisonalen und nachhaltigen Lebensmitteln aus der Region Augsburg. vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH71914, 35 €, www.vhs-augsburger-land.de

Do 14.11., 18.30 – 21 Uhr

Achtsam im Alltag

Achtsamkeitsübungen. Infopavillon 955, Alter Postweg 1, Königsbrunn, Kurs-Nr.: HK0301r01, 8,80 €, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Do 14.11., 19 Uhr

30 Jahre Memminger Prozesse

Podiumsdiskussion: mit Zeitzeugen zur Schwangerschaftskonfliktsituation in Bayern. Veranst.: pro familia, Ort: N.N., Gästeliste: 0821 / 4503620, 0, www.profamilia.de/augsburg

Do 14.11., 19.15 Uhr

Welcome to Sodom

Dokumentarfilm über Europas größte Müllhalde mitten in Afrika. Im Rahmen der afrikanischen Wochen. Hörsaal 1, Gebäude C, Universität Augsburg, Universitätsstr. 2, www.werkstatt-solidarische-welt.de

2x Do, 14. + 21.11., 19.30 – 22 Uhr

FitzEngel – seelenvoller Begleiter aus Wolle

Mittelschule, Werkraum, Bayernstr., Kaufering, Kurs-Nr.: 8208-192, 36,70 €, Anm.: www.vhs-kauferring.de

Do 14.11., 19.30 Uhr

Motivier dich selbst. Sonst macht's keiner!

Ein Vortrag, der aktiviert zum Lachen und Mitmachen. Veranst.: KDFB Diözesanverband Augsburg, Ort: Bürgersaal Stadtbergen, Am Hopfengarten 12, 20 €, www.frauenbund-augsburg.de

Fr 15.11., 9 – 12.30 Uhr

Nähkurs: Stylishche Wendetasche statt Plastiktüte

Ehemaliges Rathaus, 1. Stock, Bürgermeister-Kaifer-Str. 10, Neusäß, Kurs-Nr.: HNE209n02, 17,90 €, www.vhs-augsburger-land.de

Fr 15.11., 18 – 21 Uhr

Frauenkram

Secondhand-Klamotten-Event, Mode verkaufen und kaufen, mit Stylingberatung, Schminkservice und Kurzmassagen. Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbergen, nur beschränkte Parkplätze, Anfahrt mit der Linie 3, Haltestelle Stadtberger Hof. Verkaufstische ab 21.10.: www.awo-haus-der-familie.de 0

Fr 15.11., 18.30 – 21 Uhr

Achtsam im Alltag

Achtsamkeitsübungen. Mittlere Mühle, Römerstr. 53, Bobingen, Kurs-Nr.: HBO301r01, 8,80 €, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Sa 16.11., 10 – 16 Uhr

Kräuterseifen – ein altes Handwerk wieder entdeckt

Seminar. Akademie für Trad. KräuterWissen, Marktstr. 7, 87480 Weitnau, Anm. online erbeten, 75 €, www.allgaeuer-kraeuterland.de

Sa 16.11., 14 – 16 Uhr

Faszination Räuchern – mit Harzen und heimischen Kräutern

Seminar. Freilichtmuseum Haus im Moos, Kleinhohenried 108, 86668 Karlshuld, Anm. bis 08.11.: online, 8 €, www.haus-im-moos.de

Sa 16.11., 14 – 16 Uhr

Postkolonialer Stadtrundgang

Bedeutung der Kolonialgeschichte in Augsburg – über Begriffe, Bilder und globale wirtsch. Machtverhältnisse. Im Rahmen der afrik. Wochen. Treff: Rathausplatz, Augsburg, 0, Anm. bis 11.11.: augsburg.postkolonial@gmail.com, www.werkstatt-solidarische-welt.de

Sa 16.11., 14.30 – 17 Uhr

Waldbaden – Shinrin Yoku

Wald als eine Kraft- und Energiequelle erleben. Gersthofen, Treff: N.N., Kurs-Nr.: HGE301e01, 8,80 €, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Sa 16.11., 20 Uhr

Jedermann

Hugo von Hoffmannsthal's berühmtestes Mysterienspiel, Theater-Schmiede Bobingen mit 75 Mitwirkenden. Singoldhalle Bobingen, Willi-Ohlen-dorf-Weg 1, VVK ab 16.10.: Kulturamt der Stadt Bobingen, Tel.: 08234/8002-36 + -31, 24 €, www.stadt-bobingen.de

So 17.11., 13.30 – 16 Uhr

Waldbaden – Shinrin Yoku

Wald als eine Kraft- und Energiequelle erleben. Königsbrunn, Treff: N.N., Kurs-Nr.: HK0301e01, 8,80 €, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Hol' die Natur in Dein Leben!

**NEU
naturell**

natürliches Ustersbacher
MINERALWASSER
WITAQUELLE
aus dem Naturpark Westliche Wälder

WITAQUELLE
natürliches Ustersbacher Mineralwasser

Redaktionsschluss:
25.03.2020

Di 19. November, 10 – 15.30 Uhr

Fachtagung: Luftreinhalteplanung 2019 – Luftqualität und Mobilität

Die Fachtagung Luftreinhalteplanung beschäftigt sich dieses Jahr hauptsächlich mit den Themen Luftqualität und Mobilität. So werden neue Entwicklungen der Luftreinhalteplanung des Landes Hessen sowie mögliche ÖPNV-Potenziale für Stadt und Umland gezeigt, um so häufige Verkehrskollaps durch Pendler zu vermeiden. Auch Aktuelles im Bereich der Digitalisierung in der Mobilität, synthetische Kraftstoffe und deren Potenziale und Wasserstoffmobilität wird vorgestellt.

Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ☉, Anm. bis 11.09.: www.lfu.bayern.de/veranstaltungen

Sa 23. November, 18 Uhr

Kulturrempfang: Weltkultur – Klimaschutz – Nachhaltigkeit

Kultur ist DAS verbindende Element in unserer Stadt. Augsburg ist reich an Kultur und lebt von einer lebendigen Kulturszene. Augsburg ist auch reich an Geschichte und steht unter anderem für Brecht, Frieden und nun auch für Wasser als Weltkulturerbe. Die grüne Stadtratsfraktion lädt alle Kulturschaffenden und Kulturinteressierten ein, miteinander zu diskutieren, wie wir eine vielfältige „Geschichte“ schreiben können. Keynotesprecher: Unesco Botschafter Dr. Peter Reuss, Podiumsdiskussion mit Claudia Roth und weiteren Kulturakteuren Foyer Kongress am Park, Verant.: Stadtratsfraktion von BÜNDNIS 90/Die GRÜNEN, ☉, www.gruene-augsburg.de

So 17.11., 19 Uhr

Sinfonia concertante
Königsbrunner Kammerorchester, Herbstkulturreihe zugunsten des Hotels einsmehr. Kleiner Goldener Saal, Jesuitengasse 12, Spendenbasis, www.hotel-einsmehr.de

Mo 18.11. – 16.12.,

jeweils Mo 8.45 – 11.45 Uhr
Die kreative Nähwerkstatt am Vormittag

Nähkurs. VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 80 €, www.verbraucherservice-bayern.de

Mo 18.11., jeweils Mo 14 – 15.30 Uhr
Geothermie: Wärme und Strom aus dem Untergrund + Windenergie – aktueller Stand und Umweltaspekte

Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“. Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ☉, www.lfu.bayern.de

Mo 18.11., 18 – 20.30 Uhr

1, 2, 3, Plastikfrei!
Bienenwachstücher, Wasch- und Spülmittel, Kosmetika, Zahnputzmittel, Lotion selbst herstellen. Grund- / Mittelschule Fischach, Mühlstr. 15, Kurs-Nr.: HFI104n01, 30 €, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Mo 18.11., 18 Uhr

Stadtteilgespräch Herrenbach/Spickel
Mit Oberbürgermeister und den ReferentInnen diskutieren. martini Park, Augsburg, www.augsburg.de/stadtteilgespraeche

Mo 18.11., 19.30 Uhr

Geschichte des Stickstoffs: Vom Weizenproblem zur Überdüngung
Vortrag über die Nutzung von Stickstoff in Landwirtschaft, Sprengstoff und das Umweltproblem Überdüngung von Chemiker und Philosoph Dr. Jens Soentgen. Gemeindesaal in der ev. Kirche, Hochfeldstr. 7, Bobingen, Verant.: BUND Naturschutz, Ortsgruppe Bobingen, www.stadt-bobingen.de

Di 19.11., 10 – 15.30 Uhr

Fachtagung: Luftreinhalteplanung 2019 – Luftqualität und Mobilität

Neue Entwicklungen, mögliche ÖPNV-Potenziale, Digitalisierung in der Mobilität, synthetische Kraftstoffe, Wasserstoffmobilität. Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ☉, Anm. bis 11.09.: www.lfu.bayern.de/veranstaltungen

Di 19.11. – 26.11.,

jeweils Di 18 – 21.30 Uhr
Nähen für Fortgeschrittene und

Wiedereinsteiger

VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 51 €, www.verbraucherservice-bayern.de

3 x Di, 19.11. – 03.12., 19 – 21 Uhr
Kraftquelle im Menschen – die Kraft der Gedanken

Gedankenqualität, Entspannungs- und Meditationsübungen. Ursula Ost, Augsburg Str. 37, Königsbrunn, Kurs-Nr.: HK0301k02, 86 €, www.vhs-augsburger-land.de

Di 19.11., 19.30 – 22 Uhr

Fundsache des Jahres

Begutachtung ornithologischer Fundstücke aus 2019. Verant.: Naturwissenschaftlicher Verein für Schwaben e.V., Treff: Gasthof Krone, Bgm.-Wohlfahrtstr.44, Königsbrunn, Anm. bis 17.11.: robert_kugler@maxi-dsl.de, ☉, www.nwv-schwaben.de

Di 19.11., 20 – 21.30 Uhr

SALZGROTTE

Märchen vom Schenken und Zufriedensein können. Bio Hotel Bayerischer Wirt, Neuburger Str. 122, Augsburg, 18 € (E) www.bayrischer-wirt.de, www.maerchenzelt.de

* Mi 20. – Fr 22.11. (Modul 1) +

Di 21. – Fr 24.01. (Modul 2)

Seminar: „Vom Mut, Ich selbst zu sein“ *

Bausteine zur Entfaltung von Resilienz und Lebensfreude, „Das Resilienz Training“. Theater Eukitea Diedorf, Lindenstr. 18 b, auch einzeln buchbar, Anm. bis 04.11.: 08238/964743-0, www.eukitea.de

Mi 20.11., 14 – 17 Uhr

Filmvorführung „DER GELDMÄCHER“

mit Dialog und Utopieren, Zielgruppe: PädagogInnen, SchülerInnen, StudentInnen. Verant.: Forum Fließendes Geld der Lokalen Agenda 21, Ort: Zimmer 300, Zeughaus, Zeugplatz 4, Augsburg, ☉, www.oeconomia-augustana.org

Mi 20.11., 9.30 – 17 Uhr
Du, meine Seele, singe! Oasentag für Frauen

Legenden und Musik, achtsames Hören, gemeinsames Singen und Tanzen. Katholische Landvolkshochschule Petersberg, Petersberg 2, 85253 Erdweg, Tel.: 08138/9313-0, Kurs 0016982, 40 €, www.der-petersberg.de

Mi 20.11., 19 Uhr

Über die Stille – eine Kulturschicht des Lautlosen und Ruhigen
Buß- und Bettag, Multimediavortrag. vhs, Raum Rosarium, Hubert-von-Herkomer-Str. 110, Landsberg am Lech, 10 €, www.vhs-landsberg.de

Mi 20.11. + 18.12. + 15.01. + 19.02.

+ 18.03. + 15.04., jeweils 19.30 Uhr
Stammtisch für plastikfreies Leben Schwabmünchen

Jeden 3. Mi/Mon., Treff: Hotel Deutschbauer, Fuggerstr. 11, Schwabmünchen, Info: schwabmuenchen@plastikfreies-augsburg.de

Do 21.11., 9 – 12.30 Uhr
Kurs: Weidenflechtworkshop „Leuchtschirm“

Inkl. Weidenerte. Umweltstation mooseum, Schlossstr. 7, 89431 Bächingen, Anm.: 07325/952583, 35 €, www.moosum.net

Do 21.11., 17 – 17.30 Uhr

Antikes am Abend: Die Via Claudia – von einem Hafen zum anderen

Wissenswertes zu römischen Funden, Ausstellungshighlights, Neuaufstellungen oder Sonderaktionen. Römerlager im Zeughaus, Zeugplatz 4, Augsburg, nur Eintritt, www.kunstsammlungen-museen.augsburg.de/termine

Do 21.11. + 28.11. + 12.12., 18 – 21 Uhr
Schachteln, Mappen und Co – Kreativer Vorweihnachtsworkshop

Herstellung von Ordnungshelfern und Aufbewahrungsutensilien. Stadtarchiv Augsburg, Zur Kammgarnspinnerei 11, Anm. bis 04.10.: 0821/324-34152, 30 €, www.stadtarchiv-augsburg.de

Do 21.11., 19 – 21 Uhr
Nachhaltigkeit im Alltag

Umwelt, FFF, Reflexion, Diskussion, Tipps. OpenLab Augsburg e.V., Eisenstr. 1, Augsburg, Anm. bis 20.11.: kontakt@openlab.de, ☉, www.openlab-augsburg.de/veranstaltungen/

Do 21.11., 19.30 Uhr

**„Bin i da Boarisch Hiasl...“
Gesungene Geschichten aus der Bayerischen Geschichte**

Technikmuseum Furthmühle, Furthmühle 1, 82281 Egenhofen, Reserv. erbeten: tickets@furthmuehle.de, ☉, www.furthmuehle-egenhofen.de

Fr 22.11., 9 – 20 Uhr +

Sa 23.11., 9 – 18 Uhr
Textilmarkt im tim
Textilmuseum tim, Provinostr. 46, Augsburg, ☉, www.timbayern.de

Fr 22.11., 17.30 – 21 Uhr
Traditionelle Küche: KLETZEN- UND FRÜCHTENBROT

Zum Beginn der Klöpfelnächte am Andreastag traditionelles Kletzenbrot mit Dörrobst. Bauernhofmuseum Jexhof, 82296 Schöngesing, Anm.: 08141/519-205, 8 €, www.jexhof.de

Fr 22.11., 19 – 22 Uhr

Veganer Freundinnenkochabend: Salam Aleikum – wir kochen syrisch

Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbergen, Anm. bis 15.11.: 0821/2436707, haus-der-familie@awo.schwaben.de, Kurs-Nr.: M.45, 34 €, www.awo-haus-der-familie.de

Fr 22.11., 19 Uhr
Bildervortrag: Zentral- und Westafrika

Unterwegs in Angola, beiden Kongos, Gabun, Kamerun, Nigeria und Niger. Im Rahmen der afrikanischen Wochen. Raum 103/I, VHS Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3 a, 6 €, www.werkstatt-solidarische-welt.de

Fr 22.11., 19 – 21.30 Uhr

Achtsam im Alltag

Achtsamkeitsübungen. Grund- und Mittelschule, Ganghoferstr. 12, Welden, Kurs-Nr.: HWL301r01, 8,80 €, Anm.: www.vhs-augsburger-land.de

Fr 22.11., 20 – 22.30 Uhr

Märchen vom Schenken und Zufriedenseinkönnen

mit Bio-Glühweinprobe und Percussion. Märchenzelt beim abraxas, Sommerstr. 30, Augsburg, 29 €, www.maerchenzelt.de

Sa 23.11., 9.30 – 16.30 Uhr

Ich bin – goldrichtig – so, wie ICH BIN

Kreativer-meditativer Oasentag, meditative Bewegung und Stille, Symbolen aus dem Pflanzen- und Tierreich. Katholische Landvolkshochschule Petersberg, Petersberg 2, 85253 Erdweg, Tel.: 08138/9313-0, Kurs 0017383, 35 €, www.der-petersberg.de

Sa 23.11., 10 – 17 Uhr

Schlüsselerlebnis – mit gewaltfreier Kommunikation

das Leben vielfältig sehen und auch verstehen. Jugendverkehrsübungsplatz, Bahnhofstr., Kutzenhausen, Schulungsraum, Kurs-Nr.: HKU106k01, 41,90 €, www.vhs-augsburger-land.de

Sa 23.11., 10 – 16 Uhr

Kurs: Occhi II: Schiffchenarbeit – eine alte Handarbeitstechnik

(Forts.) Spitzenherstellung. Fränk. Freilandmuseum, Eisweiherweg 1, Bad Windsheim, 55 €, www.freilandmuseum.de

* Sa 23.11., 11 – 19 Uhr

Basis-Klangschalenmassagekurs *

Praxis Lebenslust Barbara Werner, Allgäuer Str. 1, Augsburg 140 €, Anm.: 0160/96560900, www.barbara-werner-lebenslust.de

Di 26. November, 14 – 16.30 Uhr

Räuchern, Mistelzweig und die Rauhächte

Gerade in unserer schnelllebigen Zeit ist es besonders wichtig, alte Bräuche und Rituale wieder aufleben zu lassen. Bei diesem besinnlichen Nachmittag am Holunderhof Lohe können sich die BesucherInnen auf die Adventszeit einstimmen und von Bräuchen rund um die Weihnachtszeit hören. Gemeinsam mit Kräuterpädagogin Sieglinde Beck stellen sie eine Räucher Mischung her und genießen bei Tee, Punsch, Gebäck und Kerzenschein den Nachmittag.

Holunderhof Lohe, Lohe 2, Oettingen, 14 €,

Anm.: www.holunderhof-lohe.de

Sa 23.11., 13–14.30 Uhr

Weihnachtssterne aus Weiden flechten

Veranst.: bunt und draußen, Treff: Kreativraum Pferssee, Bebo-Wager-Str. 1, Ecke Kirchbergstr., Augsburg, Anm. bis 26.10.: 0821/20962292, 18 €, www.buntunddraussen.de

So 24.11., 11 Uhr

Asylpolitischer Frühschoppen: Fokus Westafrika

Wer Fluchtursachen verstehen möchte, darf vom kolonialen Erbe nicht schweigen. Im Rahmen der afrik. Wochen. Café Tür an Tür, Wertachstr. 29, Augsburg, ☉, www.werkstatt-solidarische-welt.de

So 24.11., 14 Uhr

Themenführung „Wilde Donau“

Führung: Hochwasser – früher und heute, Wasserkraft – grüner Strom und mehr. Umweltstation mooseum, Schlossstr. 7, 89431 Bächingen, Anm.: 07325/952583, 3 €, www.moosium.net

So 24.11., 18–20 Uhr

Zum 100. Geburtstag von Mieczyslaw Weinberg

Sonderkonzert der bayerischen kammerphilharmonie und des Klarinettenisten Thorsten Johanns. Große Synagoge, Halderstr. 6–8, Augsburg, Tickets: 0821/5213620, ab 21 €, www.jkmas.de

So 24.11., 20 Uhr

Schwarz drüber!!!

Ein interkulturelles Kabarett, senegalant und saarkastisch. Im Rahmen der afrik. Wochen. Kulturhaus Kresslesmühle, Barfußberstr. 4, Augsburg, 15 €, VVK im Weltladen, www.werkstatt-solidarische-welt.de

Mo 25.11., 14–15.30 Uhr

Solarenergie – die Kraft der Sonne nutzen + Entsorgung von Photovoltaik-Anlagen

Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“. Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ☉, www.lfu.bayern.de

Mo 25.11., 17 Uhr

NEIN HEISST NEIN

Mahnwache und Aktionen zum internationalen Tag „NEIN ZU GEWALT AN FRAUEN“. Manzù-Brunnen, Königsplatz Augsburg, www.annahof-evangelisch.de

Mo 25.11., 18 Uhr

Über die Stille – eine Kulturge-

schichte des Lautlosen und Ruhigen Buß- und Bettag, Multimediavortrag. Stadteibibliothek Haunstetten, Tattenbachstr. 15, Augsburg, Anm.: 0821/324-2726, buecherei.haunstetten@augzburg.de

Mo 25.11., 20 Uhr

Benefizkonzert von Rotary Club Augsburg: Musikkorps der Bundeswehr

Herbstkulturreihe zugunsten des Hotels einsmehr. Kongress am Park, 19–37 €, www.hotel-einsmehr.de

Di 26.11., 13–16 Uhr

Energieberatung der Stadt Augsburg

Thema: Solar. Ort: Holbüro am Elias-Holl-Platz 3, Augsburg (hinter dem Rathaus), ☉, Anm.: 0821/324-7322

Di 26.11., 14–16.30 Uhr

Räuchern, Mistelzweig und die Rauhächte

Räuchermischung, Bräuche, Tee, Punsch, Gebäck und Kerzenschein. Holunderhof Lohe, Lohe 2, Oettingen, 14 €, Anm.: www.holunderhof-lohe.de

Di 26.11., 14 Uhr

3. Nachhaltigkeitstag

Wirtschaft A³ Input und Arbeitstische rund um „Die nachhaltige Zukunft der Industrie“. Veranst.: Stadt Augsburg, Ort: Parktheater Kurhaus Göggingen, ☉, Anm.: www.region-a3.com/service-fuer-unternehmen/corporate-social-responsibility

Mi 27.11., 18 Uhr

Stadteilgespräch Haunstetten

Mit Oberbürgermeister und den ReferentInnen diskutieren. Gemeindesaal St. Pius, Augsburg, www.augsburg.de/stadteilgesprach

Mi 27.11., 19 Uhr

Tandem-Zusammenführung der Mentoring-Partnerschaft Augsburg

Vernetzung qualifizierter MigrantInnen mit Fachkräften aus der Region für sechsmonatigen Austausch zum Einstieg in den Arbeitsmarkt. Veranst.: Tür an Tür – Integrationsprojekte, Treff: Rathaus Augsburg, Anm. bis zum 17.10.: mentoring@tuerantuer.de, www.migranet.org/mentoring

Mi 27.11., 19–22 Uhr

Das Wesen der Pflanzen erspüren: Die Eibe – geheimnisvoller Baum der Ahnen

Katholische Landvolkshochschule Petersberg, Petersberg 2, 85253 Erdweg, Tel.: 08138/9313-0, Kurs 0017959, 17 €, www.der-petersberg.de

Mi 27.11., 19–21 Uhr

Via de la plata

Vortrag über Jakobsweg von Sevilla nach Santiago de Compostela mit Wolfgang Niederzoll. Veranst.: Kulturbüro Königsbrunn, Ort: Informationspavillon 955, Alter Postweg 1, Königsbrunn, ☉, www.koenigsbrunn.de/veranstaltungen

Kunst & Handwerk im Stadt präsentiert den

DER ETWAS ANDERE WEIHNACHTSMARKT!

WEIHNACHTSZAUBER MAISACH

19. - 22. Dezember FESTIVAL 2019

Volksfestplatz Maisach

www.weihnachtszauber-maisach.de

Kultur

Live-Musik

Walking Acts

Food & Drinks

Kunsth Handwerk

Kinderprogramm

GENUSS SCHENKEN!

GUTSCHEIN

ANNA
TISCH UND TRESSEN

Im Annahof 4
86150 Augsburg
0821.455 07 80
www.das-anna.de

REGIONAT

Fleisch- und Wurstwaren aus eigener Metzgerei

Käse von der Bio Molkerei aus Andechs

Bio-Gemüse von der Klostersgärtnerei Ursberg

Nudeln und Eier von der Familie Habersetter u.v.m.

24h

Unser Bestes rund um die Uhr

NATÜRLICH VOM SCHWEIGERHOF

Hofladen Schweiger - Friedrich-Ebert-Str. 50 - 86199 Augsburg - www.hofladenschweiger.de
Geöffnet Donnerstag 8-12 Uhr, Freitag 8-18 Uhr, Samstag 8-12 Uhr

Di 03. Dezember, 19.30 – 21.30 Uhr

Nachhaltiger Leben – der Selbstversuch: Geschenke verpacken mal anders

Nachhaltiger Leben – wie kann das gehen? Zum Beispiel durch wiederverwendbare Materialien, die recyclefähig sind. Die Selbstversuchsreihe der Umweltstation informiert mit praktischen Ideen für den Alltag. Elke Kinner zeigt in der Vorweihnachtszeit eine tolle Möglichkeit, Geschenke durch eine japanische Stoffmethode wunderschön und ressourcenschonend zu verpacken.

Veranst.: Umweltstation Augsburg, Ort: Mehrgenerationenhaus Herrenbach, Herrenbachstr. 5, Anm. bis 02.12.: l.kaindl@us-augsburg.de, Tel.: 0821/6502236, ø, www.us-augsburg.de

Do 28.11., 19.30 Uhr
Über die Stille – eine Kulturschicht des Lautlosen und Ruhigen
Multimedialvortrag. vhs Aichach, Mehrzweckraum, Ludwigstr. 58, 9,50 €, www.vhs-aichach-friedberg.de

Do 28.11., 19.30 Uhr
Rüstung mordet: Deutsche Waffen im Jemen-Krieg.
Vortrag im Rahmen der afrikanischen Wochen. Hollbau, Im Annahof 4, Augsburg, www.augsburger-friedensinitiative.de

Do 28.11., 20 Uhr
Mantra-Konzert
Konzert mit den Love Keys: meditativ bis rockig. Planetarium Augsburg, Ludwigstr. 14, VVK: 14 €, AK: 17 €, www.s-planetarium.de

Fr 29.11., 17 Uhr – So 01.12., ca. 9.30 Uhr
wenn es nur einmal so ganz stille wäre 1
Schweigewochenende für Frauen und Männer. Benediktinerabtei St. Stephan, Stephansplatz 6, Augsburg (Gästehaus), Anm. bis: 22.11.: 0821/32960, schweigen-st-stephan@web.de, 150 €, www.abtei-st-stephan.de

Fr 29.11., 18–21 Uhr
Pflanzen-Rendezvous: Hirschzungenfarn
Wahrnehmen einer Pflanze mit allen Sinnen. Alles rund um Lebensart, Volksheilkunde, Botanik, Geschichte, Kulinarisches, Zubereitung verschiedener Darreichensformen. Akademie für Trad. KräuterWissen, Marktstr. 7, 87480 Weitnau, Anm. online erbeten, 20 €, www.allgaeuer-kraeuterland.de

Fr 29.11., 19–20.30 Uhr
Fakt oder Fake
Über die Bedeutung von Wahrheit für unsere Demokratie vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH12790, 6 €, www.vhs-augsburg.de

Fr, 29.11., 19.30–22.30 Uhr
Halt an, wo laufst du hin?
Stilleangebot zur Augsburgs Shop-ping-Night, zu jeder halben Stunde geistlicher Impuls mit Musik. Kirche St. Moritz, Moritzplatz 5, Augsburg, www.moritzkirche.de

Fr 29.11., 20 Uhr
Palmstreet
Herbstkulturreihe zugunsten des Hotels einsmehr. Galerie Krügling, Singerstr. 7, Augsburg, Spendenbasis, www.hotel-einsmehr.de

*** Sa 30.11.**
– 9–12.30 Uhr **Amadinda Workshop*** (Xylophon aus Uganda) 35 €
– 13.30–17 Uhr **Krin Workshop** (Schlitztrommel aus Westafrika) 35 €
– 18.30–20 Uhr **Drum Circle – Der Trommelkreis für alle!** Spende.
Benjamin Mayr, Rudolf Steiner Schule, Schäfflerbachstr. 26, Augsburg, Anm. bis 22.11.: 0176/68206309, info@benjaminmayr.de, www.benjaminmayr.de/amadinda/

Sa 30.11. + 07.12., jeweils 10–18 Uhr
Kurs: Die Kitteljacke
Veranst.: Trachtenkultur-Beratung Bezirk Schwaben, Treff: Textilmuseum tim, Provinostr. 46, Augsburg, Anm.: trachtenkulturberatung@bezirk-schwaben.de, 110 €, www.timbayern.de

Sa 30.11., 10–15 Uhr
Kurs: Weidenflechtworkshop „Wundertüten: von klein bis groß“
Inkl. Weidenerte. Umweltstation mooseum, Schlossstr. 7, 89431 Bachingen, Anm.: 07325/952583, 45 €, www.mooseum.net

Sa 30.11., 11–21 Uhr
Bratapelfest
Mahl's Obsthof, Haunsried 1, Adelhäusen, ø, www.mahls-obsthof.de

Sa 30.11., 19–21.30 Uhr
Heilsame Wege 2019
Ein nächtlicher Pilgergang durch Augsburg (Kerzen oder Taschenlampen mitbringen!). Nähere Infos: moritzpunkt, Maxstr. 28, Augsburg, Tel.: 0821/25925333, www.moritzkirche.de

So 01.12., 10–13 Uhr
Kurs: Druckwerkstatt
Weihnachtskarten und Geschenkpapier selbstgemacht. Veranst.: Bastelkiosk, Treff: Textilmuseum tim, Provinostr. 46, Augsburg, Anm.: hallo@bastelkiosk.de, 45 € + Mat., www.timbayern.de

So 01.12., 11–21 Uhr
Bratapelfest
Mahl's Obsthof, Haunsried 1, Adelhäusen, ø, www.mahls-obsthof.de

So 01.12., 14–16 Uhr
Zu Besuch bei den Wildpferden
Alles über Heide, Wald und Beweidungsprojekt. Veranst.: LPV Augsburg, Treff: Parkplatz Sportanlage, Karwendelstr. 20, Königsbrunn, 5 €, www.nanu-augsburg.de

Mo 02.12., jeweils Mo 14–15.30 Uhr
Stromnetze und Elektromobilität: Anwendungsmöglichkeiten und

Fallbeispiele
Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“. Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ø, www.lfu.bayern.de

Mo 02.12., 17–21.30 Uhr
Schweinefleischseminar in der Bio-Hofmetzgerei
auf dem Moirhof mit Fleischsommelière Katharina Mayer. Biolandhof Mayer, Wertinger Str. 17, Hirblingen, Kurs-Nr.: RH72002A, 115 €, www.vhs-augsburg.de

Mo 02.12. – 16.11., 18.30–21 Uhr
Die kreative Nähwerkstatt am Abend
VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 39 €, www.verbraucherservice-bayern.de

Di 03.12. – 10.12., 18–21 Uhr
Grundtechniken des Nähens: Schnupperworkshop I
VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 43 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Di 03.12., 18.30–20 Uhr
Vortrag: „... Am 8.12.1942 der Polizei übergeben...“ – Jüdische Frauen in der Strafanstalt Aichach 1933–1943
Jüdisches Museum Augsburg Schwaben, Standort Ehemalige Synagoge Kriegshaber, Ulmer Str. 228, Augsburg, 5 €, www.jkmas.de

Di 03.12., 19 Uhr
Denken hilft
Ein kleiner aber denkwürdiger Streifzug durch die Geschichte der Philosophie. vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, 6 €, www.annahof-evangelisch.de

Di 03.12., 19.30–21.30 Uhr
Nachhaltiger Leben – der Selbstversuch: Geschenke verpacken mal anders
bei monat. thematische Treffen eigenen Lebensstil nachhaltiger gestalten. Veranst.: Umweltstation Augsburg, Ort: Mehrgenerationenhaus Herrenbach, Herrenbachstr. 5, Augsburg, Anm. bis 02.12.: l.kaindl@us-augsburg.de, Tel.: 0821/6502236, ø, www.us-augsburg.de

Mi 04.12.
A³ Wirtschaftsdialog vor Ort bei Schöffel
Nachhaltigkeit als Chance für Mittelständler. Veranst.: Regio Augsburg Wirtschaft, Treff: Schöffel Sportbekl., Ludwig-Schöffel-Str. 15, Schwabm., Anm.: ø, Anm.: www.regio-augsburg-wirtschaft.de/veranstaltungen

Mi 04.12., 15 Uhr
Augsburger Klimakonferenz
Die Veranstaltung ist Bestandteil des aktuellen Klimaschutzkonzeptes „Augsburger Klimadialog“. Augustanasaal, Im Annahof, Augsburg, Anm.: umweltamt@augsburg.de, 0821/324-7322

Do 05.12. – 19.12., jeweils Do 8.45–11.45 Uhr
Die kreative Nähwerkstatt am Vormittag
Nähkurs. VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 48 €, www.verbraucherservice-bayern.de

Do 05.12., 17 Uhr
Präsentation der Fotoausstellung „Stadtteil Inklusiv 1.0“
Martin Beck und Weihnachtssingen des Justizchors, Herbstkulturreihe zugunsten des Hotels einsmehr. Landgericht Augsburg, Am Alten Einlaß 1, Spendenbasis, www.hotel-einsmehr.de

Fr 06.12., 14–17 Uhr – Sa 07.12., 9–17 Uhr
Kurs: Weidenkorbflechten – Anfänger
Inkl. Weidenerte. Umweltstation mooseum, Schlossstr. 7, 89431 Bachingen, Anm.: 07325/952583, 45 €, www.mooseum.net

Fr 06.12., 15–17 Uhr
Repair- und PC-Café mit Radlerwerkstatt
BRK Stadtteilzentrum Haunstetten, Johann-Strauß-Str. 11, Augsburg, Info: 0821/8087720

Fr 06.12., 19.30 Uhr
Konstantin Wecker
Poesie und Musik mit Cello und Klavier. Stadthalle Gersthofen, Rathausplatz 1, Tickets: 0821/2491550, 39,20–48,20 €, www.stadthalle-gersthofen.de

Sa 07.12., 10–16 Uhr
Vergolden – Das Arbeiten mit Blattmetallen und Farben
für Anfänger und Fortgeschrittene. Museum Oberschönenfeld, Oberschönenfeld, Raum der Museumspädagogik, Kurs-Nr.: HAU210001, 26,60 €, www.vhs-augsburger-land.de

Sa 07.12., 10–17 Uhr
Sinn des Lebens
Seminartag. Annahof, Hollbau, Ausstellungsraum, Im Annahof 4, Augsburg, 70 €, Anm. bis 23.11.: www.annahof-evangelisch.de

Sa 07.12., 11–14 Uhr
Vom Leben der Zukunft (Teil 2): Wie kriegen wir alle Menschen satt?
Kochen, Ernährung, Lebensmittelherzu-

Dezember

Mo 09. Dezember, 19 – 21 Uhr

Auftaktveranstaltung Plastikfrei Stammtisch Markt Diedorf

Stammtische zum plastikfreien Leben gibt es bereits in vielen Städten rund um Augsburg. Hier treffen sich Interessierte und tauschen sich darüber aus, wie man im Alltag Plastik vermeiden kann, wie etwa Putzen ohne Plastik oder Naturkosmetik. Es findet sich Zeit, Fragen zu beantworten, Adressen weiterzugeben oder NeueinsteigerInnen zu motivieren. In Diedorf gründet sich nun erstmals ein neuer Stammtisch. Zur Auftaktveranstaltung können Interessierte reinschnuppern.

DieZ – Diedorfer Zentrum für Begegnung, Bahnhofstr. 18, Diedorf, 0,
www.markt-diedorf.de

gung, Zukunftsforschung, Umdenken. OpenLab Augsburg e.V., Eisenstr. 1, Augsburg, Anm. bis 01.12.: kontakt@openlab.de, 2,50 € Mat., [www.openlab-augsburg.de/veranstaltungen/](http://www.openlab-augsburg.de/)

Sa 07.12., 14.30 – 16.30 Uhr Weihnachtsfilzen

Windlichtfilzen. Veranst.: Umweltstation Augsburg, Treff: Brunnen am Eingang, im Botanischen Garten, Dr.-Ziegen-speck-Weg 10, Augsburg, Anm. bis 03.12.: 0821/324-6074, 7 €, www.us-augsburg.de

So 08.12., 11 Uhr + 26.12., 15 Uhr + 29.12., 15 Uhr + 05.01., 11 Uhr + 06.01., 15 Uhr + 12.01., 11 Uhr + 19.01., 15 Uhr + 26.01., 15 Uhr + 02.02., 11 Uhr
Führung durch die Sonderausstellung „Heimatlich und orientalisches – Krippen berühren Herzen: 100 Jahre Krippenfreunde Augsburg und Umgebung e. V.“
Museum Oberschönenfeld, Oberschönenfeld 4, Gessertshausen, ohne Anm., 4 €, mos.bezirk-schwaben.de/veranstaltungen

So 08.12., 11 Uhr

Mord unterm Sternenhimmel
Krimilesung mit Angela Eßer, Bernhard Jaufmann, Wolfgang Kemmer und Willibald Spatz mit musikalischer Begleitung von Andreas Kalb, Herbstkulturreihe zugunsten des Hotels einsmehr. S-Planetarium Augsburg, Ludwigstr. 14, Veranstalter: vhs Augsburg, 12 €, www.hotel-einsmehr.de

Mo 09.12., jeweils Mo 14 – 15.30 Uhr
Funktionale Energiespeicher – Ein-satzoptionen und Ökobilanzierung
Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“.
Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, 0,
www.lfu.bayern.de

Mo 09.12., 19 – 21 Uhr
Auftaktveranstaltung Plastikfrei Stammtisch Markt Diedorf
DieZ – Diedorfer Zentrum für Begegnung, Bahnhofstr. 18, Diedorf, 0,
www.markt-diedorf.de

Di 10.12., 18 – 21 Uhr Ach du grüne Neune

Kochkurs: vegetarische Wintergerichte. VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 34 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Mi 11.12., 18 Uhr Stadtteilgespräch Innenstadt

Mit Oberbürgermeister und den ReferentInnen diskutieren. Oberer Fletz im

Rathaus, Augsburg, www.augsburg.de/stadtteilgesprach

Mi 11.12., 19 – 21 Uhr KDFB Frauenfilmabend „Mein Blinddate mit dem Leben“

Film mit Talk und ExpertIn. Veranst.: KDFB, Ort: Cafe am Milchberg, Milchberg 12, Augsburg, Filmsaal, ohne Anm., 0,
www.frauenbund-bezirk-augsburg.de

Mi 11.12., 19 – 20 Uhr Webinar: Smart Democracy – Letzte Rettung für unser Klima?

Hinter den Kulissen des Weltklimagipfels. Mail vorab mit den Zugangsdaten.
– Kurs-Nr.: 0409-192, 0,
Anm.: www.vhs-kaufering.de
– Kurs-Nr.: RH12793, 6 €,
Anm.: www.vhs-augsburg.de

Do 12.12., 19 – 21 Uhr Vortrag „Mensch SEIN. Neu DEFINIEREN.“

Die WAKE UP Tour – by David Hejazi
Was ist der Mensch im 21. Jahrhundert noch wert? Stadtbücherei Augsburg, Ernst-Reuter-Platz 1, EG, S-Forum, Anm.: kontakt@davidhejazi.com, 19,50 €, www.davidhejazi.com

Fr 13.12., 14 – 17 Uhr – Sa 14.12., 9 – 17 Uhr Kurs: Weidenkorbflechten – Fortgeschrittene

Umweltstation mooseum, Schlossstr. 7, 89431 Bächingen, Anm.: 07325/952583, 65 €, www.moosum.net

Fr 13.12., 15.30 Uhr Kunst und Kultur kompakt: Wunder der Technik. Die Vermessung des Himmels – drei Augsburger auf dem Mond

Maximilianmuseum, Fuggerplatz 1, Augsburg, nur Eintritt
www.kunstsammlungen-museen.augsburg.de/termine

Fr 13.12., 17 Uhr – So 15.12., ca. 9.30 Uhr wenn es nur einmal so ganz stille wäre 2

Schweigewochenende für Frauen und Männer. Benediktinerabtei St. Stephan, Stephansplatz 6, Augsburg (Gästehaus), Anm. bis 22.11.: 0821/32960, schweigen-st-stephan@web.de, 150 €, www.abtei-st-stephan.de

Sa 14.12., 13 Uhr – So 15.12., 20 Uhr
Weihnachtliche Stunden auf dem Holunderhof
Handwerkermarkt. Holunderhof Lohe, Lohe 2, Oettingen, www.holunderhof-lohe.de



Freiraum entdecken
Sinn finden • Leben spüren

eselalpe

Bei uns erleben Sie

• Entschleunigung & Achtsamkeit
• Respekt & Vertrauen • Lebensfreude & Humor

Esel-Mensch-Begegnungen genießen. Interessiert? Neugierig?

www.eselalpe.de

* Sa 14. – So 15.12. + Sa 21. – So 22.12., jeweils Sa 14 – 20 Uhr + So 11 – 20 Uhr Advents- und Handwerksmarkt in Kloster Holzen *

Weihnachtliche Marktstände mit schöner Handwerkskunst, lebender Krippe, Christbaumverkauf, Klosterführungen und herzhaften und süßen Speisen. Samstags jeweils von 14 – 16 Uhr Kinder-Weihnachtsbäckerei (Unkostenbeitrag), sonntags jeweils um 15 Uhr Hotelführung „Tradition trifft Moderne“. Samstag, 14.12., 14 Uhr Klosterrunde mit Schwester Katharina.
www.kloster-holzen.de

Mo 16.12., jeweils Mo 14 – 15.30 Uhr Die Speicherung und Integration erneuerbarer Energien: Herausforderungen und Perspektiven

Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“.
Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, 0,
www.lfu.bayern.de

Mo 16.12., 19 – 21 Uhr MBSR – was ist das eigentlich?

Vorstellung der Methode „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“. Annahof, Hollbau, Ausstellungsraum, Im Annahof 4, Augsburg, 0,
www.annahof-evangelisch.de

Di 17.12., 18 Uhr Ausstellungseröffnung: Die Stadt ohne.

Juden Ausländer Muslime Flüchtlinge Rassismus, Fremdenfeindlichkeit, Antisemitismus, Augsburg, Bayern. Ausstellung des Jüdischen Museums Augsburg Schwaben in Koop. mit tim, Ort: Textil- und Industriemuseum Augsburg, Provi-nostr. 46, Augsburg, 0,
www.jkmas.de

* 19. – 22.12., Do: 15 – 20 Uhr, Fr + Sa: 15 – 22 Uhr, So: 11.30 – 20 Uhr Weihnachtszauber Maisach *

traditionelles Kunsthandwerk im beheizten Zirkuszelt und Freigelände, Live-Musik, Lichtermeer, Welt der Schneekönigin, Feuerkünstler und einzigartige Eisskulpturen, kulinarische Köstlichkeiten. Volksfestplatz Maisach, 2,50 €, www.weihnachtszauber-maisach.de

Januar

Mi 08.01., 19 – 21 Uhr KDFB Frauenfilmabend „Die Stille schreit“

Film mit Talk und ExpertIn. Veranst.: KDFB, Ort: Haus St. Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg, Filmsaal, ohne Anm., 0,
www.frauenbund-bezirk-augsburg.de

Mi 08.01., 19 – 20.30 Uhr Der Sinn fürs Wesentliche – Orientierung in einer komplexen Welt.

Lesebereich in der Bücherei, Albert-Schweitzer-Str. 4a, Kaufering, Kurs-Nr.: 2126-192, 9 €, Anm.: www.vhs-kaufering.de

Do 09.01., 19 – 20.30 Uhr Es geht auch ohne Plastik

Vortrag mit Sylvia Schaab. Kolpinghaus Lauingen, Herzog-Georg-Str. 56, ohne Anm., 6 €, www.vhs-donauszusam.de

Do 09.01., 19.30 – 21.30 Uhr Homöopathie und Pflanzenheilkunde: Erkältungen und Husten, Hals- und Ohrenschmerzen

Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbbergen, Anm. bis 02.01.: 0821/2436707, haus-der-familie@awo.schwaben.de, Kurs-Nr.: M.37 a, 12 €, www.awo-haus-der-familie.de

Sa 11.01., 10 – 17 Uhr Goldschmiede: Workshop

Mittelschule, Werkraum, Bayernstr., Kaufering, Kurs-Nr.: 8201-192, 49,50 €, Anm.: www.vhs-kaufering.de

Sa 11.01. – 18.01., 10 – 13.30 Uhr Nähen für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger

VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 51 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Mo 13.01. – 10.02., jeweils Mo 8.45 – 11.45 Uhr Die kreative Nähwerkstatt am Vormittag

Nähkurs. VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 80 €, www.verbraucherservice-bayern.de

Mo 13.01., jeweils Mo 14 – 15.30 Uhr Das autistisch-undisziplinierte Denken im Klimadiskurs und seine Überwindung

Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“.
Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, 0,
www.lfu.bayern.de

8x, 13.01. – 02.03., jeweils Mo, 18.30 – 21 Uhr + Sa 22.02., 9.30 – 15.30 Uhr Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR-Kurs. Annahof, Hollbau, Meditationsraum, Im Annahof 4, Augsburg, Anm. bis 18.12., 195 €, www.annahof-evangelisch.de

4. SAATGUT- UND PFLANZENBÖRSE

IM UMWELT ZENTRUM **21.03.2020**

Infos: www.markt-diedorf.de oder Umweltzentrum@markt-diedorf.de

10:00 - 14:00 Uhr
kaufen, tauschen, finden für den heimischen Garten und Balkonkiste



Umweltzentrum Schmuttertal
Natur • Kultur • Energie • Bildung

8x Mo, ab 13.01., 19 Uhr
MBSR Stressbewältigung durch Achtsamkeit
Dem Alltag Ruhe, Stärke, Lebensfreude geben. vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3 a, Kurs-Nr.: RH43052, 330 €, www.vhs-augsburg.de

Do 16.01. – 13.02., jeweils Do 8.45 – 11.45 Uhr
Die kreative Nähwerkstatt am Vormittag
Nähkurs. VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 80 €, www.verbraucherservice-bayern.de

Do 16.01., 19.30 – 21.30 Uhr
Homöopathie und Pflanzenheilkunde
Magen-Darmerkrankungen, Verdauungsprobleme, Immunsystem-Stärkung. Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbergen, Anm. bis 09.01.: 0821/2436707, haus-der-familie@awo.schwaben.de, Kurs-Nr.: M.37b, 12 €, www.awo-haus-der-familie.de

Fr 17.01., 17 Uhr – So 19.01., ca. 9.30 Uhr
wenn es nur einmal so ganz stille wäre 1
Schweigewochenende für Männer. Benediktinerabtei St. Stephan, Stephansplatz 6, Augsburg (Gästehaus), Anm. bis: 22.11.: 0821/32960, schweigen-st-stephan@web.de, 150 €, www.abtei-st-stephan.de

*** Sa 18.01., 9.30 – 16 Uhr**
STOPmal – Entschleunigungstag / Burnout-Phyxylaxe *
Übungen zu Achtsamkeit – Entspannung – Kreativität – Ausdruck.
Ort: Therapeutische Praxis Heinecker/Peric, Schaezlerstr. 8, Augsburg. 35 €, Anm.: 0821/8842047, www.heinecker-therapie.de oder www.therapeutisch-begle

Sa 18.01., 10 – 16 Uhr
Wohlfühltag – Die Seele baumeln lassen
Mittlere Mühle, Römerstr. 53, Bobingen, Kurs-Nr.: HBO301k02, 31,80 €, www.vhs-augsburger-land.de

So 19.01., 10 – 16 Uhr
Ein Tag für mich
Meditation ergänzt durch Tiefenentspannung. vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH43505, 38 €, www.vhs-augsburg.de

Mo 20.01., jeweils Mo 14 – 15.30 Uhr
Wasserkraft in Brasilien
Infrastruktur-Großprojekte im Widerstreit der Interessen. Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie

und Ökologie“. Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ☎, www.lfu.bayern.de

Di 21.01. – 28.01., jeweils Di 18 – 21.30 Uhr
Grundtechniken des Nähens – Schnupperworkshop II
VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 51 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Di 21.01., 19.30 – 21 Uhr
Webinar: Extremwetterereignisse
Auswirkungen und Schutz vor Extremwetterereignisse aufgrund des Klimawandels. Mail vorab mit den Zugangsdaten. Kurs-Nr.: 0411-192, 9 €, Anm.: www.vhs-kaufering.de

Mi 23.01., 14.30 – 16.30 Uhr
Hildegard von Bingen
Vortrag mit Diskussion. Verant.: KDFB, Ort: Pfarrzentrum St. Max, Franziskanergasse 4, Augsburg, ☎, www.frauenbund-augsburg.de

Fr 24.01., 19.30 Uhr
Miroslav Nemeč: Kroatisches Roulette
Lesung und Vortrag. Stadthalle Gersthofen, Rathausplatz 1, Tickets: 0821/2491550, 22,40 €, www.stadthalle-gersthofen.de

Fr 24.01., 19.30 Uhr
Expedition Erde: Rückenwind – 36.000 km mit dem Rad um die Welt
Reisereportage: 35 Länder auf drei Kontinenten. Parktheater im Kurhaus Göggingen, Klausenberg 6, Augsburg, Tickets: 0821/9062222, 18 – 22 €, www.parktheater.de

*** Sa 25.01.**
Djembe/Basstrommel-Workshop *
– 9 – 12.30 Uhr für Anfänger, Kurs-Nr.: C414.192
– 13.30 – 17 Uhr für Fortgeschrittene, Kurs-Nr.: C415.192.
Benjamin Mayr, vhs Buchloe, Bahnhofstr. 60, Anm. bis: 18.10.: 08241/90233, info@vhs-buchloe.de, jeweils 36,50 €, www.benjaminmayr.de/afrikanisches-trommeln-djembe-basstrommel/

Sa 25.01., 9 – 14 Uhr
Flohmarkt für Handarbeitsmaterial
Stoffe, Wolle, Handarbeitshefte, Knöpfe, Fäden, Kurzwaren als Spende abgeben oder selbst stöbern. Erlös für sozialen Zweck. Dr.-Josef-Zimmermann-Haus, Bernhardsplatz 3, Kissing, Tel.: 08233/5369

Redaktionsschluss:
25.03.2020

Mo 27.01., 19 – 21 Uhr

Bedingungsloses Grundeinkommen

Das BGE ist aufgrund der zunehmenden Rationalisierung der Gesellschaft für VertreterInnen aller politischen Richtungen mittlerweile auf Dauer ein gesellschaftliches „Muss“. Doch wie kann es konkret realisiert werden? Wie hoch soll es sein? Wie kann es finanziert werden? Wie kann der Kreis Anspruchsberechtigter realistisch gehalten werden? An diesem Abend mit Politik-, Kommunikationswissenschaftler Dr. Christoph Rohde werden verschiedene Modelle des BGE vorgestellt und auf ihre Realisierungschancen hin überprüft.

vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH12800, 6 €, www.vhs-augsburg.de

Mo 27.01., jeweils Mo 14 – 15.30 Uhr
Energie und Ökologie im Anthropozän
Vortragsreihe „Umweltschutz heute / Teil 2: Energie und Ökologie“. Bayerisches Landesamt für Umwelt, Bgm.-Ulrich-Str. 160, Augsburg, ☎, www.lfu.bayern.de

Mo 27.01., 19 – 21 Uhr
Bedingungsloses Grundeinkommen
Zahlen – Fakten – Realisierungschancen. vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH12800, 6 €, www.vhs-augsburg.de

Di 28.01., 19 – 20.30 Uhr
Ökologischer Umbau der Industriegesellschaft
Brauchen wir ein neues Wohlstandsmodell? vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH12810, 5 €, www.vhs-augsburg.de

Di 28.01., 20 – 21.30 Uhr
Natürlich gesund – Wickel und Hausmittel für Kinder
Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbergen, Anm. bis 09.01.: 0821/2436707, haus-der-familie@awo.schwaben.de, Kurs-Nr.: M.39, 12 €, www.awo-haus-der-familie.de

Do 30.01., 19.30 Uhr
Zukunft ohne Plastik
Strukturen für Plastikfreiheit gestalten, Vortrag mit Dr. W. Rommel, Umweltreferent R. Erben, Autorin S. Schaab. Haus St. Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg, 6 €, www.augsburg-evangelisch.de

Sa 01.02., 10 – 13 Uhr
Qigong zum Kennenlernen
vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH44112, 27,50 €, www.vhs-augsburg.de

Sa 01.02. – 08.02., 10 – 13 Uhr
Grundtechniken des Nähens: Schnupperworkshop I
VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: 0821/157031, 43 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Sa 01.02., 15 – 20 Uhr
(Bäcker-) Brotbacken auf dem Moirhof
Warenkunde, helles Mischbrot, Roggenvollkornbrot mit Sauerteig, Dinkelbaguettes und Seelen selbst herstellen, Verkostung. Biolandhof Mayer, Wertinger Str. 17, Hirblingen, Kurs-Nr.: RH72201B, 100 €, www.vhs-augsburg.de

Sa 01.02., 13 – 18 Uhr
Lichtmess-Markt

Markt im Zeichen des bäuerlichen Brauchs. Bauernhofmuseum Jexhof, 82296 Schöngesing, 3 €, www.jexhof.de

Sa 01.02. – 08.02., 14 – 15 Uhr
Nähen mit der Nähmaschine
(Inklusiv) VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Anm.: begegnungshaus@malteser-augsburg.de, 32 €, www.verbraucherservice-bayern.de/termine

Di 04.02., 18 – 20 Uhr
Sich engagieren, aber wie!?
Treff: Freiwilligen-Zentrum, im Paritätischen Jakobsstift, Mittlerer Lech 5, Kurs-Nr.: RH12792A, 5 €, www.vhs-augsburg.de

Di 04.02., 18 – 19.30 Uhr
Fitnesstraining für den Haushalt – Waschen mit Köpfchen
VerbraucherService Bayern, Ottmarsgäßchen 8, Augsburg, Kurs-Nr.: RH70618, 15 €, www.vhs-augsburg.de

Mi 05.02., 19 – 21 Uhr
KDFB Frauenfilmabend „Die Wüstenblume“
Film mit Talk und ExpertIn. Verant.: KDFB, Ort: Haus St. Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg, Filmsaal, ohne Anm., ☎, www.frauenbund-bezirk-augsburg.de

Fr 07.02., 17 Uhr – So 09.02., ca. 9.30 Uhr
wenn es nur einmal so ganz stille wäre 2
Schweigewochenende für Männer. Benediktinerabtei St. Stephan, Stephansplatz 6, Augsburg (Gästehaus), Anm. bis: 22.11.: 0821/32960, schweigen-st-stephan@web.de, 150 €, www.abtei-st-stephan.de

*** Sa 08.02., 15 – 18.30 Uhr**
Trance-Tanz-Seminar *
mit dem Live Percussion Ensemble Axé Seminar mit Judith Bosch und Benjamin Mayr. Rudolf Steiner Schule, Schäfflerbachstr. 26, Augsburg, Anm. bis 25.01.: 0176/68206309, info@benjaminmayr.de, 50 €, www.benjaminmayr.de/trance-seminare/ *

Mo 10.02., 19.30 – 21.30 Uhr
Endlich Ordnung!
nachhaltiges Ordnungssystem und Struktur. vhs Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, Kurs-Nr.: RH70610, 9 €, www.vhs-augsburg.de

Mi 12.02., 19.30 – 21.30 Uhr
Näh-Reparatur-Werkstatt
Haus der Familie, Goethestr. 12, Stadtbergen, Anm. bis 05.02.: 0821/2436707, haus-der-familie@awo.schwaben.de, Kurs-Nr.: M.39, 12 €, www.awo-haus-der-familie.de

Februar

Mi 05.02., 19 – 21 Uhr

Frauenfilmabend „Die Wüstenblume“

Der Katholische Deutsche Frauenbund zeigt jeden Monat einen Film zu aktuellen gesellschaftlichen, frauenpolitischen oder interreligiösen Themen. Der Film im Februar porträtiert das Leben von Waris, einer jungen somalischen Nomadin in der Wüste. Sie flüchtet, um der Hochzeit mit einem viel älteren Mann zu entgehen. Sie findet eine Anstellung als Dienstmädchen in Londons, wo sie jedoch wie eine Sklavin behandelt wird. Nach ihrer erneuten Flucht entdeckt sie der berühmte Modephotograph Terry Donaldson. Zur anschließenden Diskussion ist die gebürtige Somalierin Fadumo Korn, Gründerin und Leiterin von Nala e. V. sowie Autorin aus München zu Gast.

Haus St. Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg, Filmsaal,
ohne Anm., 0, www.frauenbund-bezirk-augsburg.de

Sa 15.02.

Die Lange Brechnacht

Konzernacht im Rahmen des Brechtfestivals. Kongress am Park, www.brechtfestival.de

Di 18.02., 17–22 Uhr

Weidenflechten: Offener Holzkorb

Mittelschule, Werkraum, Bayernstr., Kaufering, Kurs-Nr.: 8105-192, 37,50 €, Anm.: www.vhs-kaufering.de

Di 18.02., 19–21 Uhr

Plastikfrei Stammtisch Markt Diedorf

Thema Fasching – Kostüme ohne synthetische Stoffe. DieZ – Diedorf Zentrum für Begegnung, Bahnhofstr. 18, Diedorf, 0, www.markt-diedorf.de

März

So 01.03. + So 15.03., 13.30–16 Uhr

Mühlen im Karthäuseral

Historische Wanderung, Weglänge 5 km. Verant.: Geopark Ries e.V., Treff: Wanderparkplatz nördlich Anhausen, bei der Abzweigung Christgarten DON 1 zum Karlsruhof. 5 €, www.geopark-ries.de/veranstaltungen

Mi 04.03., 19 Uhr

Loslassen und dranbleiben.

Wie wir Veränderungen mutig begegnen. Annahof, Hollbau, Augustanasaal, Im Annahof 4, Augsburg, 6 €, www.annahof-evangelisch.de

Sa 07.03., 9–17 Uhr

4. Augsburger Zukunftstagung

Wir gestalten unsere Zukunft – Nachhaltige Entwicklung durch bürgerschaftliches Engagement! Fachtagung um nachhaltige Initiativen zu stärken und Akteure zu vernetzen, den gesellschaftlichen Wandel zu forcieren, Organisationsprozesse zu verbessern und Ehrenamt zu stärken. Verant.: Umweltstation Augsburg, Ort: Rathaus Augsburg, Rathausplatz 2, Anm. bis 05.03.: www.us-augsburg.de/zukunftstagung, Infos: 0821/650 2236, l.kaindl@us-augsburg.de, 0, www.us-augsburg.de

Sa 07.03.

Illertisser Saatgutmarkt

Aussteller, Vorträge und Aktionen rund um die Kultur- und Wildpflanzenvielfalt. Staudengärtnerei Gaißmayer, Jungviehweide 3, 89257 Illertissen, www.gaissmayer.de

Mi 11.03., 19–21 Uhr

KDFB Frauenfilmabend „An den Rändern der Welt“

Film mit Talk und ExpertIn. Verant.: KDFB, Ort: Haus St. Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg, Filmsaal, ohne Anm., 0, www.frauenbund-bezirk-augsburg.de

Fr 13.03., 19.30 Uhr

Expedition Erde: Das große BULLI Abenteuer – Von Istanbul ans Nordkap

Roadmovie: in 99 Tagen 15 Länder Europas. Parktheater im Kurhaus Göggingen, Klausenberg 6, Augsburg, Tickets: 0821/906 2222, 18–22 €, www.parktheater.de

Sa 14.03., 19.30 Uhr

Konzert: Heinz Rudolf Kunze

Stadthalle Gersthofen, Rathausplatz 1, Tickets: 0821/249 1550, 41,40 €, www.stadthalle-gersthofen.de

* Sa 21.03., 9.30–16 Uhr

STOPmal – Entschleunigungstag / Burnout-Prophylaxe *

Übungen zu Achtsamkeit – Entspannung – Kreativität – Ausdruck. Ort: Therapeutische Praxis Heinecker/Peric, Schaezlerstr. 8, Augsburg. 35 €, Anm.: 0821/884 2047, www.heinecker-therapie.de oder www.therapeutisch-begleiten.de

Sa 21.03., 10–14 Uhr

4. Saatgut- und Pflanzenbörse

kaufen, tauschen, finden für den heimischen Garten oder Balkonkiste, große Sortenauswahl bei Gemüse, Kartoffel und div. Pflänzchen, grünes Rahmenprogramm. Umweltzentrum Schmuttertal, Augsburger Str. 24, Diedorf/OT Kreppen, Standanm. bis 18.03.: 08238/300-40, 0, www.markt-diedorf.de

So 29.03., 15–16.30 Uhr

Marienhöhe – von Steinen, Pflanzen, Hexen und alten Bierkellern

Wanderung. Verant.: Geopark Ries e.V., Treff: Nördlingen, Parkplatz Freibad Marienhöhe. 5 €, www.geopark-ries.de/veranstaltungen

April

Mi 08.04., 19–21 Uhr

KDFB Frauenfilmabend „Brot“

Film mit Talk und ExpertIn. Verant.: KDFB, Ort: Haus St. Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg, Filmsaal, ohne Anm., 0, www.frauenbund-bezirk-augsburg.de

Do 09.04., 19.30 Uhr

Marianne Sägebrecht, Josef Brustmann und Andreas Arnold: Sterbelieder fürs Leben

Lesung mit Musik. Parktheater im Kurhaus Göggingen, Klausenberg 6, Augsburg, Tickets: 0821/906 2222, 22–28 €, www.parktheater.de

Sa 11.04., 15 Uhr

Musikalische Wassertour

Radtour. Treff: ehem. Fischmarkt, und Rathaus Nordseite, Augsburg, Anm.: 0821/453 4367, 10 €, 5 € (erm.), www.sonimages.de

bio
Naturmarkt
G Ö G G I N G E N

Das Gute liegt so nah ...

... Bio-Qualität frisch aus der Region: Uns liegt eine ökologische und sozial verträgliche Wirtschaftsweise sehr am Herzen. Je nach Jahreszeit beziehen wir deshalb viele unsere biologisch erzeugten Lebensmittel aus der Region.

Überzeugen Sie sich vor Ort selbst:

Bgm.-Aurnhammer-Str. 29
86199 Göggingen | T 0821.99 31 50

MO – FR 8.00 bis 19.00 Uhr
und SA 8.00 bis 14.00 Uhr



Naturheilkunde
verinnerlicht!

Kompetente Beratung für Sie.



GUDJONS-APOTHEKE AUGSBURG
ROSEN-APOTHEKE FRIEDBERG
ANNA-APOTHEKE AUGSBURG
SCHLOSS-APOTHEKE AFFING
(INH.: DR. (UNIV. URBINO) H. PROELLER)
ROTHENBERG-APOTHEKE FRIEDBERG
(INH.: DR. (UNIV. TRIEST) C. PIROLO)

DAS

unentbehrliche Nachschlagewerk



HeilpraktikerInnen

Homöopathie

Osteopathie

Kinesiologie

Physiotherapie

Chiropraktik

Sportliches

Medizinisches

Yoga + Qi Gong

Ayurveda

Alternative
Therapieformen

Stressbewältigung

Coaching

Massage

Klangschale

Kosmetik

Naturkosmetik

Wellness

Spa

Broschüre an den
liesLotte-Verteilstellen

Food

ALB-GOLD

Trocken- und Frischteigwaren, Alb-Natur in Bioqualität, Kundenzentrum mit Laden, Kräutervelt u.v.m.
Im Grindel 1, Trochtelfingen, www.alb-gold.de

André Heuck Bäckermeister

Biobäckerei, Hochstr. 3, Bobingen
Di – Fr: 7 – 18 Uhr, Sa: 7 – 12, So: 7 – 11 Uhr
www.andreheuck.de

Bio • Back • Haus

(ehemals Bäckerei Gerum), Ferdinand-Wagner-Str. 17, Schwabmünchen
Di – Fr: 7 – 18 Uhr, Sa: 7 – 12 Uhr
www.bioback.haus

Biokuchenversand

Maria Speck, Annastr. 11, Mering
www.bio-kuchenversand.de

Bio & Vollwert Bäckerei Schubert

100 % Bio aus hauseigener Mühle alle Filialen: www.baecerei-schubert.de

BIOS Naturmarkt Göggingen

Familiengeführter Bio-Supermarkt, Fachberatung zu Bio-Lebensm., Naturkosm., Bgm.-Aurnhammer-Str. 29, Augsburg
Tel.: 0821/993150, www.bios-goeggingen.de
Mo – Fr: 8 – 19 Uhr, Sa: 8 – 14 Uhr,

Brauerei Ustersbach

Hauptstr. 40, Ustersbach
Hausverkauf: Mo – Do: 9 – 12 + 13 – 16 Uhr, Fr: 9 – 13 Uhr, www.ustersbacher.com

Cumpanum

Bio-Brotbäckerei
Annastr. 1/Ecke Steingasse, Augsburg
Mo – Fr: 10 – 19 Uhr, Sa: 10 – 17 Uhr
www.cumpanum.de

Destillerie Zott

Hauptstr. 32, Ustersbach
Tel.: 08236/1518
Mo – Do: 13 – 18 Uhr, Fr – Sa: 9 – 12 Uhr
www.zott-destillerie.de

Die rollende Gemüsebox

Regionales Biogemüse und Obst, Naturkost, Backwaren, Lieferung direkt vor die Haustüre, Onlineshop. Tel.: 0821/9997950, www.rollende-gemuesebox.de

Dorfladen Naturfein

Augsburger Str. 28, Rehrosbach
www.dorfladen-naturfein.de

Hofladen Schweiger

Frische Lebensmittel direkt vom Bauernhof
Friedrich-Ebert-Str. 50, Augsburg, Hofladen:
Fr: 8 – 18 Uhr, Sa: 8 – 12 Uhr, Metzgerei:
Do: 8 – 12 Uhr, Tel.: 0821/92593,
www.hofladenschweiger.de

Holunderhof Lohe

Hofladen, Kräuter-, Eselwanderungen
Lohe 2, 86732 Oettingen, Tel.: 09082/4717
www.holunderhof-lohe.de

Marktschwärmer

Frische Lebensmittel online bestellen, in einer „Schwärmerei“ in der Nähe abholen.
Marktschwärmerei Augsburg,
Do: 17 – 18 Uhr, Ort: AKTI: F CAFE,
Klinkertorstr. 1, Augsburg
www.marktschwaermer.de

Mayers Bio Hofladen/Moirhof

Frische Bio-Lebensmittel direkt vom Hof
Wertinger Str. 17, Gersthofen, Do + Fr: 9 – 18 Uhr, Sa: 9 – 12 Uhr, Tel.: 0821/463549,
www.biolandhof-mayer.de

Ocha Ocha

Pure, zucker(ersatzstoff)freie Teevariationen
Tel.: 0173/3954563, www.ocha-ocha.de

Pfänder-Hof

Frische Bio-Lebensmittel
Krumbacher Str. 71, Schwabmünchen,
Tel.: 08232/8501, www.pfaender-hof.de

rutaNatur – Unverpackt Augsburg

Bioprodukte plastikfrei einkaufen
Prinzregentenstr. 7, Augsburg
Tel.: 0821/50829448
www.rutanatur.de

Solawi Augsburg

www.solidarische-landwirtschaft-augsburg.de

Solawi Blumenthal

Blumenthal 1, Aichach-Klingen
Tel.: 08251/8904132
www.solawiblumenthal.wordpress.com

Tee Wolf – Teespezialistin Iris Wolf

Bäckergasse 11, Augsburg
www.tee-wolf.de
rund 200 Sorten offener Tee
viele japanische BioGrünTees

Uli Scheffler Weinhandel

Ökologische Weine, Biere und Säfte
Neidhartstr. 25, Augsburg, Tel.: 0821/586110, Di – Fr: 13 – 19 Uhr + Sa: 10 – 16 Uhr,
www.wein-augsburg.de

Wasserprinz

Gesunde Wässer und Biogetränke
Eisackstr. 3, Augsburg, Tel.: 0821/72989365, www.wasserprinz.de

Cafés & Restaurants

ANNA Tisch & Tresen

Im Annahof 4, Augsburg
Mo: 9 – 18 Uhr, Di – Sa: 9 – 23 Uhr,
1. So/ Monat: Brunch, www.das-anna.de

BioHotel Bayerischer Wirt

Zertifiziertes Biorestaurant, Salz & Wellness
Neuburger Str. 122, Augsburg
Tel.: 0821/790975-0
www.bayerischer-wirt.de

ERTLS BITTERSÜSS

Schokoladen- und Pralinspezialitäten, selbst gefertigte Pralinen, Torten und Kuchen, feine Liköre und Schnäpse von Zott, leckeres Konditormeister-Eis
Vorderer Lech 18, Augsburg
Mo – Fr: 10 – 18 Uhr, Sa: 10 – 17 Uhr
www.cafe-ertl.de

Kappeneck

Kappeneck 30, Augsburg, Mo – Sa: 18 – 0 Uhr, Tel.: 0821/512660, www.kappeneck.de

Kloster Holzen

Hotel, Gastronomie, Tagungen
Klosterstr. 1, Allmannshofen,
Tel.: 08273/9959-0, www.kloster-holzen.de

MAK Coffee

Nachhaltige Kaffeespezialitäten
Karlstr. 7, Augsburg, Mo: 14 – 18.30 Uhr,
Di – Do: 11 – 18.30 Uhr, Fr + Sa: 9 – 18.30 Uhr,
Tel.: 0821/20835122, www.mak-coffee.com

Mom's Table

Organic | Vegan | with LOVE
Maximilianstr. 77, Augsburg
Mo – Sa: 11 – 23 Uhr, So: 11 – 21 Uhr
www.momstable.com

Osteria Kuckuck

Mediterranes Slow Food und Catering
Uhandstr. 35, Augsburg, Tel.: 0821/544682
www.osteria-kuckuck.de

Restaurant „Wilde 13“ – Hotel Alpenhof

Gourmetrestaurant, Donauwörther Str. 233, Augsburg, Tel.: 0821/42040
Di – Sa: 17 – 23 Uhr, www.alpenhof-hotel.de

Tante Emma Laden und Café

– Am Fischertor 2, Augsburg,
Tel.: 0821/4508660
Mo – Fr: 8 – 18 Uhr, Sa: 8 – 14 Uhr
– Ellinor-Holland-Haus,
Otto-Lindemeyer-Str. 45, Augsburg
www.facebook.com/TanteEmmaAugsburg

Kleidung & Textil

Augenstern Wolle

Wolle und Kunsthandwerk
Glückstr. 15, Augsburg, Di + Mi + Fr: 14 – 18 Uhr, Do: 14 – 20 Uhr, Tel.: 0821/47864506,
www.augenstern-wolle.de

Blütenstern

Naturkleidung, -kosmetik und -behandlung
Barfüßerstr. 8, Augsburg
Tel.: 0821/5082595, www.bluetenstern.de

life-Tree

Store: Oberer Graben 15, Augsburg
Di + Do: 13 – 19 Uhr, Sa: 11 – 19 Uhr
Tel.: 0821/20719928, www.life-tree.de

momelino

Umstandsmode, Still- und Babykleidung
online + im Shop, Paul-Gerhardt-Str. 10,
Bobingen, Di + Do: 9.30 – 13.30 Uhr oder
nach Vereinbarung, Tel.: 08234/9986622,
www.momelino.com

perletti

Handgemachter Glasperlenschmuck
Barfüßerstr. 8, Augsburg, Mo – Fr: 11 – 18 Uhr,
Sa: 11 – 14 Uhr, Tel.: 0821/704877,
www.perletti.de

Haus, Garten & Natur

AK Urbane Gärten

Infos über urbanes Gärtnern, Gemeinschaftsgärten und Termine.
www.urbane-gaerten.org

CityFarm

Tiere, Farming, Kurse
Gablinger Weg 36, Augsburg
www.cityfarmaugsbuerg.wordpress.com

der regalladen

Designermöbel und Wohnaccessoires
Pranchochstr. 1, Augsburg, Di – Fr: 12 – 19 Uhr,
Sa: 10 – 18 Uhr, Tel.: 0821/522025,
www.facebook.com/regalladen

Florian Hoyer

Restaurierungsatelier
Bergmühlstr. 34 (Kulturfabrik), Augsburg
Tel.: 0821/2615885

Interkultureller Garten Augsburg

Grow!Up
Gartenadresse: Sommestr. 40, Augsburg
(Hinter dem Reese-Theater)
www.growup-augsburg.de

Permakulturgarten Krautkreise

Schmiedgasse 6, Emersacker
www.permakultur.de

Permakulturhof Eselgarten

Blumenstr. 4, Reichertshofen
www.permakulturhof-eselgarten.de

Schreinerei Mairle

Möbel aus ökologischen Materialien
Hauptstr. 7, Meitingen
Tel.: 08271/6614, www.schreinerei-mairle.de

Umweltzentrum Schmuttortal

Augsburger Str. 24, Diedorf/Kreppen
www.markt-diedorf.de

Dienstleistungen

BKK Pro Vita

Service Center in Augsburg, Holbeinstr. 7,
Tel.: 0821/45 01 30, www.bkk-provita.de

BKK Stadt Augsburg

Willy-Brandt-Platz 1, Augsburg
Tel.: 0821/324-3205
www.bkk-stadt-augsburg.de

Deka Messebau

Karl-Nolan-Str. 5, Augsburg
www.deka-messebau.de

Friseur Gerhard Henkel

Aveda-Naturkosmetik
Lindauer Str. 22, Bobingen, Di–Fr: 9–18 Uhr,
Sa: 8–14 Uhr, Tel.: 08234/706 65 50,
www.friseur-gerhardhenkel.de

Friseur Schnipp Schnapp

Pflanzenfarben
Badanger 1, Augsburg, Tel.: 0821/525248

imageOn

Filmproduktion, Werbung, Marketing
Guttenbrunnstr. 1, Augsburg,
Tel.: 0177/543 49 51 oder 0176/66 51 20 62,
www.image-on.eu

Markus Hofko

Studio Von Morgen: www.von-morgen.de
Grafik- & Videodesign:
www.bowbowbow.co

Weltladen

Weiße Gasse 3, Augsburg
Mo–Mi: 10–18 Uhr, Do+Fr: 10–19 Uhr,
Sa: 10–16 Uhr, www.weltladen-augsburg.de

Wißner-Verlag

Im Tal 12, Augsburg, Tel.: 0821/259 89-0,
www.wissner.com

Energie & Verkehr

E-Bike Center

Augsburger Str. 6, Neusäß
Tel. Verkauf: 0821/4480-6197
Tel. Werkstatt: 0821/4480-6198
Mo–Fr: 9.30–18 Uhr, Sa: 9.30–14 Uhr
www.ebike-augsburg.de

Energieberatung

Stadt Augsburg
Tel.: 0821/324-7320, umweltamt@augsburg.de
Landkreis Augsburg
Tel.: 0821/3102-2884
Landkreis Aichach-Friedberg
Tel.: 08251/924814

Hörmann Solartechnik

Holzappelstr. 1, Zusmarshausen
www.hoermann-solar.de

LEW

Schaezlerstr. 3, Augsburg, www.lew.de

ninebot center Augsburg

Beratung, Verkauf, Vermietung von
Elektrofahrrädern, Südtiroler Str. 7,
Augsburg, Tel.: 0821/720 44 44,
www.segway-augsburg.de

swa

Hoher Weg 1, Augsburg, www.sw-augsburg.de

Gesundheit & Wellness

Benjamin Mayr

Kurse, Workshops & Seminare Djembe &
Basstrommeln, Percussion
Tel.: 0176/68206309
www.benjaminmayr.de

Einklang

Seminare zu Klangschalenmassage +
Meditation, Tel.: 0176/66 51 20 62
[Facebook.com/Seelenklingen](https://www.facebook.com/Seelenklingen)

Eselalpe

Eselwanderungen, Seminare
Alpenstr. 3, Mittelneufnach
Tel.: 08262/96 87 38, www.eselalpe.de

Gudjons Apotheke

Homöopathie aus eigener Herstellung,
Friedrich-Merz Str. 1, Augsburg
Mo–Fr: 9–20 Uhr, Sa: 9–14 Uhr
www.gudjons-apotheke.de

Hörzentrum Böhler

Halderstr. 29, Augsburg
Augsburger Str. 22, Gersthofen
Remboldstr. 4, Neusäß
Feyerabendstr. 13, Schwabmünchen
www.hoerzentrum-boehler.de

Praxisgemeinschaft Integrative Medizin

Max-Josef-Metzger-Str. 15, Augsburg
www.integrative-medin-augsburg.de

Kultur & Bildung

Ballonmuseum

Bahnhofstr. 12, Gersthofen,
Tel.: 0821/249-506,
www.ballonmuseum-gersthofen.de

Eukitea

Prävention + internationale Theaterprojekte
Lindenstr. 18 b, Diedorf, Tel.: 08238/964743-0,
www.eukitea.de

Katholische Landvolkshochschule

Petersberg 2, Erdweg, Tel.: 08138/93 13-0,
Kurs 0017515, 40 €, www.der-petersberg.de

Kulturbüro Königsbrunn

Marktplatz 9, Königsbrunn,
Tel.: 08231/606260, www.koenigsbrunn.de

Kunst im Stadt

Kunst + Handwerk, www.kunst-im-stadt.de

Museum Oberschönenfeld

Oberschönenfeld 4, Gessertshausen,
Di–So: 10–17 Uhr, Tel.: 08238/3001-0,
mos.bezirk-schwaben.de

Museum KulturLand Ries

Klosterhof 3 + 8, Maihingen,
Tel.: 09087/92 07 17-0
www.museumkulturlandries.de

ProjektSchmiede

Eigene Projekte umsetzen, Kulturevents
Hanauer Str. 6, Augsburg
www.projekt-schmiede.info

tim – Staatliches Textil- und Industriemuseum Augsburg

Provinost. 46, Augsburg
Di–So: 9–18 Uhr, www.timbayern.de

vhs Augsburger Land e.V.

www.vhs-augsburger-land.de

Vereine & Verbände

die Grünen

www.gruene-augsburg.de

Landschaftspflegeverband

www.lpv-augsburg.de
www.lpv-landkreis-augsburg.de
www.lpv-aichach-friedberg.de

NANU! e.V.

Bildungsprogramm zu Natur und Klima
Dr.-Ziegenspeck-Weg 10, Augsburg
www.nanu-augsburg.de

Naturpark Augsburg Westliche Wälder

Umweltbildung, Freizeitgestaltung
www.naturpark-augsburg.de

Oikocredit Förderkreis Bayern e.V.

Sozial verantwortliche Geldanlagen
www.gutesgeld.de

Regionalgruppe der GWÖ Augsburg

www.bayern.ecogood.org/augsburg

Rolf Banholzer

Revierleiter Forstrevier Affing
www.aelf-au.bayern.de

Umweltstation Augsburg

Umweltbildung und nachhaltiger Lebensstil
Dr.-Ziegenspeck-Weg 10, Augsburg
Tel.: 0821/324-6074, www.us-augsburg.de

Verbraucherservice Bayern

Beratung für Verbraucher, Vorträge, Kurse
Ottmarsgässchen 8, Tel.: 0821 / 15 70 31
www.verbraucherservice-bayern.de

Verbraucherzentrale Bayern

Beratung in versch. Bereichen wie Energie
oder Ernährung, www.verbraucherzentrale-bayern.de

Werkstatt Solidarische Welt e.V.

Bildungsarbeit, Veranst., Materialstelle
www.weltladen-augsburg.de/werkstatt

Engagement

Barfußherz

www.barfusserz.de

Forum Plastikfreies Augsburg

www.plastikfreies-augsburg.de

Forum Fließendes Geld

Monatstreffen: 4. Mi/Mon., 19 Uhr, Zum
bayerischen Herzl, Spitalgasse 8, Augsburg
www.oeconomia-augustana.org

Freiwilligen Zentrum Augsburg

Beratung, Schulung, Information und Austausch
für freiwilliges Engagement
www.freiwilligen-zentrum-augsburg.de

Grandhotel Cosmopolis

regelmäßig Spieleabende und Picknick mit
gemeins. Essen, Veranstaltungen, Termine:
www.grandhotel-cosmopolis.org

Greenpeace Augsburg

www.augsburg.greenpeace.de

Herzstück Horgau

Genossenschaft mit zukünftigem Dorf Laden
und Kaffeewirtschaft, Anteile à 300 €
www.herzstueck-horgau.de

Lebensraum Schwabencenter

Wilhelm-Hauff-Str. 32, Augsburg
www.facebook.com/LebensraumSchwabencenter

Lifeguide Augsburg

Onlineportal rund um Nachhaltigkeit
www.lifeguide-augsburg.de

Lokale Agenda 21

www.nachhaltigkeit.augsburg.de



PRAXIS FÜR GANZHEITLICHE MEDIZIN
Zertifizierte Osteopathie, TCM, Frauenheil-
kunde, Qi Gong & Taijiquan
Heilpraktiker Tom Allhoff & Feryal Genç
Mergenthauer Weg 12, Friedberg
Tel.: 0821 / 20 91 02 15
www.ganzheitlichemedizin-friedberg.de



Bio Kuchenversand
Tortenmanufaktur: Kreationen aus Lebens-
mittel in bester Bio-Qualität, regional,
saisonal, auch vegan, glutenfrei...
Maria Speck, Annenstr. 11, Mering
www.bio-kuchenversand.de



Destillerie Zott
Edelbrände & Craft Spirits
Hauptstr. 32, Ustersbach
Tel.: 08236/15 18
www.zott-destillerie.de



Tee Wolf – Teespezialistin Iris Wolf
rund 200 Sorten offener Tee
viele japanische BioGrünTees
Bäckergasse 11, Augsburg
www.tee-wolf.de



Für eine Zukunft, die fairer, ökologischer und lebenswerter wird – für alle!

lifeguide

nachhaltig leben in und um Augsburg

- ✓ Infos zu nachhaltigen Angeboten im Web, als Buch oder persönlich
- ✓ Mehr als 300 Lifeguide-Orte in Augsburg
- ✓ Von fair und bio, bis zu regional, „Made in Aux“, vegan oder plastikfrei
- ✓ Aktuelle Lifeguide-Termine
Projekte, Initiativen und Aktionen
- ✓ Lifeguide-Magazin
Menschen, Ideen, nachhaltige Visionen



Adobe Stock-flyalone

www.lifeguide-augsburg.de

ab
1. Nov.
4. Auflage

DAS unentbehrliche Nachschlagewerk

Alles rund um Gesundheit und alternative Heilweisen, Kosmetik & Wellness

Broschüre an den liesLotte-Verteilstellen mitnehmen oder im Web reinschauen:

www.gesundheit-wellness.lieslotte.de



Impressum

Herausgeberin

Purpur® erscheint im liesLotte MEDIEN VERLAG – Uta Börger
Schillstr. 129 b | 86169 Augsburg
Tel.: 0821 / 5085 111
E-Mail: redaktion@purpur-magazin.de
Web: www.lieslotte-medien-verlag.de
www.purpur-magazin.de



PurpurMagazin

Redaktion

Chefredaktion: Uta Börger
Chefin vom Dienst: Angelina Blon redaktion@purpur-magazin.de
Redaktion: Angelina Blon, Johanna Batjargal
Terminredaktion: Johanna Batjargal termine@purpur-magazin.de

Anzeigen

Anzeigenleitung: Uta Börger anzeigen@purpur-magazin.de
Anzeigen & Kundenbetreuung:
Robert Dunz media@purpur-magazin.de
Anja Rattanaray kunden@lieslotte-medien-verlag.de
Gabi Cyran-Sylla kunden@purpur-magazin.de



Auflage: 15.000 Stück
Erscheinungsweise: 2x im Jahr
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 1 vom 01.08.2017

Gestaltung/Layout: liesLotte Agentur in Wort & Bild
Lektorat: Martina Walz
Vertrieb: an über 500 ausgewählten Verteilstellen in Augsburg Stadt & Land
Info: vertrieb@lieslotte.de

Druck

Druckerei Joh. Walch GmbH & Co KG Augsburg

Unser bisheriges Papier konnte leider nicht mehr geliefert werden. Die Purpur-Redaktion musste daher kurzfristig eine Alternative suchen. Das jetzige Papier stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen, hergestellt nach strengen Umweltvorgaben, elementarchlorfrei gebleicht (ECF), lebensmittelunbedenklich (BfR-Empfehlung), Produktionsrückstände werden wiederverwertet.



Fotonachweis

Titelfoto: Veit Stößel, www.veitograf.de
Alle ungekennzeichneten Fotos: Redaktion/Veranstalter (Veranstalter sind verantwortlich für die Einholung der Veröffentlichungsgenehmigung der abgebildeten Personen). Es gelten unsere AGB für Bildrechte: www.purpur-magazin.de/agb

Hinweise

Namentlich gekennzeichnete Artikel und Leserbriefe geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Texte, Bilder und Vorlagen übernehmen wir keine Haftung, sie sind uns aber herzlich willkommen. Wir behalten uns das Recht vor, Pressemitteilungen und Texte aller Art umzuschreiben und zu kürzen. Alle Fotos, Beiträge und von uns gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Abdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Wir geben keine Gewähr für die Richtigkeit der Veranstaltungangaben. Bei allen Gewinnspielen ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

Anzeigenschluss nächste Ausgabe: 25.03.2020
Redaktionsschluss nächste Ausgabe: 25.03.2020
Erscheinungstag nächste Ausgabe: 15.04.2020



2020 GRÜN
WÄHLEN!

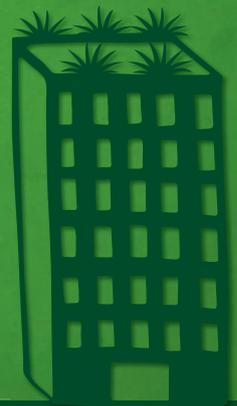


**Zukunft neu
gemacht.**

Wir und jetzt!

Für ein buntes, nachhaltiges und lebenswertes Augsburg – Grün wählen bei der Kommunalwahl 2020.

#wirundjetzt
für Augsburg



wirundjetzt-2020.de

NEU: swa Mobil-Flat

Fahr alles, was geht

Bus & Tram + Carsharing + Rad

Einfach
online einsteigen
swa.to/mobilflat

79,-

Euro/Monat

Startangebot*
nur bis 31.12.



Von hier. Für uns.

 **swa**
Energie Wasser Mobilität

* Wer bis zum 31.12.2019 die swa Mobil-Flat S oder M abschließt, erhält die ersten 6 Monate der Vertragslaufzeit den vollen Leistungsumfang der swa Mobil-Flat M (109,- Euro) zum Einsteigerpreis von 79,- Euro. Zu weiteren Details, insbesondere den Möglichkeiten einer Preisanpassung, zum Datenschutz sowie zum Widerrufsrecht siehe die Allgemeinen Nutzungsbedingungen für die Mobil-Flat unter swa.to/mobilflat.