



Besser leben

Jahresthema 2024
der Augsburger Volkshochschule



Jahresthema:

Besser leben

In dieser Broschüre präsentieren wir Ihnen eine Vielfalt an Lehrveranstaltungen aus allen Programmbereichen der Augsburger vhs, die sich mit dem Thema Nachhaltigkeit und den Zukunftsleitlinien der Stadt Augsburg auseinandersetzen.

Diese Leitlinien sind in vier Dimensionen - Ökologie, Soziales, Wirtschaft und Kultur - organisiert, wobei jede Dimension mit fünf Leitlinien vertreten ist. Den 20 Leitlinien sind zudem konkrete Ziele zugeordnet, die gemeinsam eine umfassende Vision für ein nachhaltiges Augsburg formen. Nähere Infos zu den Augsburger Zukunftsleitlinien unter www.nachhaltigkeit.augsburg.de

Wir laden Sie ein, sich von den Vorträgen, Kursen, Führungen und Weiterbildungen in diesem Flyer inspirieren zu lassen. Von Kooperationsprojekten mit der Forstverwaltung über Workshops zur Förderung sozialer Teilhabe bis hin zu Seminaren zu nachhaltigem Wirtschaften bieten wir ein breites Spektrum an Möglichkeiten, um aktiv an einer lebenswerten Zukunft mitzuwirken.

Zusammen können wir einen positiven Beitrag leisten und gemeinsam an einer nachhaltigen Zukunft für Augsburg arbeiten.

Ökologie



Vortragsreihe zum Bericht des Club of Rome

„Earth for all - eine Erde für alle!“

50 Jahre nach „Grenzen des Wachstums“ – Einführung in die Studie

Wissenschaftliche Studien gibt es viele. Kaum eine war so wirkungsvoll wie „Die Grenzen des Wachstums“ von 1972. Dieser wie auch der neuen Studie „Earth for all“ liegen Rechenmodelle zugrunde. Wolfgang Rommel stellt das Earth4all-Modell vor und blickt zurück auf die bahnbrechende Wirkung von „Grenzen des Wachstums“.

Immer Mittwoch 18:00 bis 20:00 Uhr, TH Alte Mensa, Baumgartnerstr, außer am 12. Juni.24 (Gebäude B, Raum 3.05, Brunnenlechgäßchen gegenüber Alter Mensa)

XF12775 | 10. April 2024, Einführung in die Studie „Earth for all – eine gerechte Welt für alle“,

Prof. Dr.-Ing. Wolfgang Rommel

XF12776 | 17. April 2024, Armutskehrtwende durch Veränderung des Welthandels,

Prof. Dr. Florian Diekert

XF12776A | 8. Mai 2024, Ungleichheitskehrtwende,

Prof. Dr. Simon Goebel

XF12776B | 15. Mai 2024, Ermächtigungskehrtwende, Heike Krebs

XF12776C | 5. Juni 2024, Ernährungskehrtwende,

Prof. Dr. Markus Keck

XF12776D | 12. Juni 2024, Energiekehrtwende,

Prof. Dr.-Ing. Christine Schwaegerl

kostenlos

Bits und Bäume

Digitale Welt und Nachhaltigkeit

Instant-Messenger sind aus der heutigen Zeit kaum wegzudenken - ebenso wenig wie Kurznachrichtendienste, die Informationen in Sekunden um den Globus wandern lassen. Die Verknüpfung mit automatisierter Überwachung und personalisierter Werbung ist für uns in gleichem Maße selbstverständlich geworden. Dabei haben viele doch im Hinterkopf, dass die digitale Infrastruktur nicht allzu vertrauenerweckend ist. Dieser Vortrag stellt Forderungen für eine nachhaltige Digitalisierung vor. Er beleuchtet wie „Überwachungskapitalismus“ und Manipulation die Demokratie bedrohen und mit Überkonsum zum Klimawandel beitragen. Politische Initiativen und Gestaltungsoptionen werden skizziert. Darüber hinaus gibt es Einblicke in bestehende technische Alternativen - und soziale Strömungen.

XF12777 | Donnerstag, 11.04.24, 19:00 bis 20:30 Uhr

vhs - Raum 104/I, Willy-Brandt-Platz 3a

Simon Flutura | € 6,00 (AK + € 1,00)

Kranke Bäume - Heilige Bäume

Die dramatischen Aktionen der „letzten Generation“ wollen aufrütteln und zeigen, dass die Bedrohung nicht nur an die Wurzeln der Bäume, sondern an die Wurzeln unseres Daseins geht. Von dort kommt auch die Rettung, sagen uns die heiligen Bäume der Heiligen Schriften und Mythen der Völker als Bilder des tiefsten, tragenden Grundes. Gesinnung wird sich nur dann wandeln, wenn man sich in den Wurzeln der eigenen Existenz betreffen lässt.

XF12153 | Dienstag, 16.04.24, 19:00 bis 21:00 Uhr

vhs - Raum 104/I, Willy-Brandt-Platz 3a

Pater Guido Kreppold | € 6,00 (AK + € 1,00)

KLIMA 01



Reihe „Besser Leben – Gutes Klima“

Alleskönner Stadtwald - „Waldgebiet des Jahres 2024“

Kooperation mit der Forstverwaltung Stadt Augsburg
Kaum ein Wald erfüllt so viele Aufgaben und Waldfunktionen und hat so viele Geschichten zu erzählen wie der Augsburger Stadtwald. Die Städtische Forstverwaltung berichtet über die Besonderheiten des Augsburger Stadtwaldes, die vielfältigen Ökosystemleistungen und über die Herausforderungen der Zukunft dieses einzigartigen Waldes mitten in Augsburg.

XF10136 | Donnerstag, 18.04.24, 17:00 bis 18:30 Uhr

Treff: Umweltbildungszentrum Augsburg,

Dr.-Ziegenspeck-Weg 6, 86161 Augsburg

Eva Ritter, Stellvertretende Amtsleiterin der Städtischen Forstverwaltung | € 6,00



Welterbe Wasserführung

Augsburg hat vermutlich das großartigste historische Wassersystem der Welt. Entlang der Lechkanäle und der Maximilianstraße gehen wir bei dieser Stadtführung von Süden in Richtung Norden etwa 2 - 2 1/2 Kilometer bis zum Kino Liliom. Auf der Strecke besichtigen wir einige von insgesamt 22 Objekten des UNESCO Welterbes. Inhaltlich geht es damit auch um „Das Augsburger Wassermanagement-System“ zum Thema Wasserbau, Wasserkraft, Trinkwasser und Brunnenkunst. Die Führung endet am Kino Liliom.

Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF11655 | Freitag, 19.04.24, 14:30 bis 17:00 Uhr, € 6,00

Treff: Rotes Tor, Eingang Spitalgasse, Am Roten Tor 5, 86150 Augsburg

Oskar Tausend | € 8,00

Elektromobilität im Alltag

Vor dem Kauf eines Elektrofahrzeugs stellen sich Interessierten meist Fragen zur Praxis der Elektromobilität: Soll man sich ein Elektrofahrzeug kaufen? Welche Kosten fallen für Anschaffung, Betrieb und Unterhalt an? Welche Fahrzeuge werden angeboten? Auf welche Kriterien sollte bei der Auswahl geachtet werden? Wo gibt es Ladestationen und welche können genutzt werden? Aus welchen Quellen kommt der Strom und was kostet er? Ist die Verwendung von selbsterzeugtem Solarstrom sinnvoll und welche Vorrichtungen braucht man? Was passiert, wenn der Akku leer ist? Norbert Endres, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern und langjähriger Fahrer eines Pedelecs und eines Elektroautos, führt in das Thema ein und beantwortet Ihre Fragen. Gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

XF18020 | Dienstag, 23.04.24, 19:00 bis 20:30 Uhr
vhs - Raum 103/I, Willy-Brandt-Platz 3a
Norbert Endres | kostenlos

MOBILITÄT Ö2



Online-Vortrag: vhs.wissen live: Verbreitung und Zustand der Moore

In Deutschland, Europa und weltweit

Im Vortrag werden Moore in Deutschland, Europa und weltweit vorgestellt und ihre wichtige Rolle für Klima, Wasserhaushalt und die biologische Vielfalt erklärt - mit Beispielen für die praktische Umsetzung für Moorschutz und zukunftsfähige, nachhaltige Moornutzung.

Referentin: Dr. Franziska Tanneberger, habilitierte Landschaftsökologin an der Universität Greifswald und Leiterin des Greifswald Moor Centrum, Forschungsschwerpunkte sind Niedermoorem insbesondere Brutvögel, Torfbildung und Effekte der landwirtschaftlichen Nutzung, Autorin zahlreicher Fachpublikationen (Herausgeberin des „Europäischen Moorbuchs, Hauptautorin des Global Peatland Assessment.), Vorsitzende des MV Zukunftsrates, ehrenamtliche Tätigkeiten in verschiedenen Umwelt- und Naturschutzinitiativen.

XF10133W | Donnerstag, 25.04.24, 19:30 bis 21:00 Uhr
kostenlos

KLIMA Ö1



Strom sparen und selbst erzeugen mit PV-Kleinanlagen

Dank Balkonkraftwerk kann jede/r eigenen Solarstrom produzieren! Somit können auch Mieter*innen oder Wohnungseigentümer*innen ohne eigenes Hausdach in den Genuss von umweltfreundlichem und günstigem Solarstrom vom Balkon oder von der Terrasse kommen. Doch wie genau funktioniert eine kleine PV-Anlage? Was muss bei der Installation und im Betrieb beachtet werden? Und welche Kosten fallen an? Darüber hinaus werden die Zusammensetzung und die Einsparmöglichkeiten des privaten Stromverbrauchs thematisiert. Norbert Endres ist Energieberater der Verbraucherzentrale Bayern. Gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

XF18022 | Mittwoch, 08.05.24, 19:00 bis 20:30 Uhr

vhs - Raum 104/I, Willy-Brandt-Platz 3a

Norbert Endres | kostenlos

Fahrradtour „Klimawandel und Wasser“

In Kooperation mit dem Umweltamt der Stadt Augsburg

Der Klimawandel macht sich auch in Augsburg zunehmend bemerkbar und der Bereich Wasser ist auf vielfältige Weise betroffen. Die Radtour führt vom Wasserspielplatz im Sheridanpark entlang der Wertach bis zum Rathausplatz. Dabei werden verschiedene Auswirkungen des Klimawandels angesprochen und, welche Maßnahmen die Stadt Augsburg dazu ergreift. Dazu gehören z. B. Abkühlungsmöglichkeiten an heißen Tagen, Trinkwasserversorgung oder Starkregenvorsorge. Auch Möglichkeiten zur Eigenvorsorge durch die Teilnehmer werden aufgezeigt.

Eigenes Fahrrad erforderlich - Minderjährige dürfen aus Versicherungsgründen nur in Begleitung einer verantwortlichen Aufsichtsperson mitradeln. Anmeldung unbedingt erforderlich!

Treffpunkt: Wasserspielplatz im Sheridanpark (Nähe Otto-Sauler-Str. 21)

Christian Heinrich

XF11665 | Freitag, 07.06.24, 16:30 bis 19:00 Uhr

XF11671 | Samstag, 20.07.24, 16:00 bis 18:30 Uhr

Reihe „Besser Leben – Gutes Klima“

Studium generale: Besser leben - Gutes Klima

Geschichte der Waldweide und der Bäche im Stadtwald Augsburg - „Waldgebiet des Jahres 2024“

Kooperationsprojekt mit der Forstverwaltung Wald, Wasser, Weide, mit diesen drei Schlagworten lässt sich der Stadtwald Augsburg gut charakterisieren. Welche spannende Geschichte dahinter steckt, darüber informiert dieser bildreiche Vortrag.

Referent: Nicolas Liebig, Geschäftsführer beim Landschaftspflegeverband Stadt Augsburg e.V.

XF10137 | Donnerstag, 13.06.24, 19:00 bis 20:30 Uhr

Umweltbildungszentrum Augsburg,

Dr.-Ziegenspeck-Weg 6, 86161 Augsburg

€6,00



Licca liber - Faszination Lech - Ein Spaziergang

Die Exkursion führt an den „Augsburger Lech“, vom Hochablass ausgehend flussaufwärts in den Augsburger Stadtwald. Am Hochablass wollen wir uns vergegenwärtigen, welchen entscheidenden Einfluss die Lage am Lech für den Aufstieg Augsburgs hatte: von der Römergründung über die bedeutende europäische Renaissance-Zeit bis zur Industrie-Metropole. Gleichzeitig wollen wir uns zurückversetzen in die größte Wildflusslandschaft des Voralpenlandes, die der Lech unmittelbar vor den Toren Augsburgs geschaffen hat. Sie wurde im ersten Drittel des 20. Jahrhunderts zu einem Kanal verbaut. Vor allem aber wollen wir uns den jetzigen Lech vor Augen führen und deutlich machen, wie dringlich das unmittelbar bevorstehende Flussrenaturierungsprojekt „Licca liber“ sowohl aus wasserbaulichen als auch aus ökologischen Gründen ist. Der Referent ist u. a. Verfasser mehrerer Bücher zum Thema „Lech“.

XF81820 | Freitag, 14.06.24, 14:00 bis 16:00 Uhr

Treff: Hochablass, Zugang Eiskanalabzweig - Ende wieder Hochablass
Dr. Eberhard Pfeuffer | € 7,00



Klimawandel und Stadtgrün

In Kooperation mit dem Umweltamt der Stadt Augsburg und der Umweltstation

Die Folgen des Klimawandels sind auch in Augsburg zunehmend zu spüren. Das Stadtgrün kann einerseits die Resilienz der Stadt erhöhen und ist andererseits selbst von den Klimaänderungen betroffen. Bei dem geführten Stadtpaziergang werden Anpassungsmaßnahmen an den Klimawandel wie Fassadenbegrünung oder klimaresiliente Stadtbäume ebenso wie Herausforderungen für das Stadtgrün im Klimawandel besprochen und Infos zum Stadtklima gegeben. Die Tour startet in der Nähe des Doms und führt durch die Innenstadt bis in die untere Altstadt. Anmeldung unbedingt erforderlich! Treffpunkt: Peutingenstr. 24 vor der DAV-Geschäftsstelle

Elisabeth Miriam Englam

XF11666B | Samstag, 15.06.24, 17:00 bis 19:00 Uhr

XF11684A | Freitag, 19.07.24, 17:00 bis 19:00 Uhr

Waldumbau im Zeichen des Klimawandels

Waldspaziergang im Revier Bergheim

Mit dem Revierleiter der Bayerischen Staatsforsten im Revier Bergheim, Marcel Nentwich, bei einem Waldspaziergang.

Treffpunkt: Parkplatz (ausreichend Parkmöglichkeiten vorhanden)

am Ende Kathreinerstraße, Ecke „Am Langen Berg“, 86199 Augsburg-Bergheim. Öffentliche Verkehrsmittel: Buslinie 38 Richtung Bergheim, Haltestelle Bergheim Nord (von dort ca. 10 Gehminuten).

Marcel Nentwich | € 6,00

XF81855 | Samstag, 22.06.24, 10:00 bis 12:00 Uhr

XF82155 | Samstag, 13.07.24, 10:00 bis 12:00 Uhr

Online-Vortrag: Der Kampf ums Wasser

Jahrhundert der Dürre?

Kooperation mit der vhs Reutlingen

Die Dürre in afrikanischen Ländern führt jedes Jahr zu Hunderttausenden Toten. Auch Deutschland hat die Trockenheit erreicht.

Immer mehr Menschen leiden unter Wassermangel. Der Klimawandel befeuert Verteilungskämpfe um Wasser. Gewalttätige Auseinandersetzungen um die wertvolle Ressource sind an der Tagesordnung. Ob bei den Protesten im Irak, im Syrienkrieg, am Himalaya, beim Nilkonflikt - Wasser ist schon heute ein Kriegsgrund und wird als politisches Machtmittel missbraucht. Der Bau riesiger Staudämme, das gezielte Schließen von Schleusen, Flussumleitungen, Wasser- und Landgrabbing führen zu Auseinandersetzungen um das »blaue Gold«.

Jürgen Rahmig, Redakteur und Journalist mit dem Schwerpunkt Außen- und Sicherheitspolitik, Autor von Büchern zu zeitgeschichtlichen Themen, hat dazu ein topaktuelles Buch geschrieben: „Der Kampf ums Wasser – Im Jahrhundert der Dürre“. Er beschreibt darin in einem globalen Überblick den Kampf um das Wasser im 21. Jahrhundert.

XF12780W | Mittwoch, 26.06.2024, 19:00 – 20:30

vhs.online

€ 6,00

NATÜRLICHE
LEBENSGRUNDLAGEN



Bäume in der Stadt

Wichtig für den Klimawandel

Eine Begehung zu den „Brennpunkten“ der Fragestellung auf dem Bahnhofsvorplatz und in der Fuggerstraße mit Erkenntnissen zum Umgang mit Bäumen in der Stadt Augsburg. Ergebnisse eines wissenschaftlichen Gutachtens und Pläne für die Zukunft erläutern und diskutieren bei der Ortsbegehung:

Umweltreferent Reiner Erben, Baureferent Steffen Kercher und ein Vertreter der Baumallianz Augsburg

Das Baumgutachten Bahnhofsvorplatz Ost finden Sie übrigens auf der städtischen Homepage.

Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF12784 | Donnerstag, 04.07.24, 18:00 bis 19:30 Uhr

Treffpunkt: Bahnhofsvorplatz bei Eingang Post

€ 6,00

Schnupperkurs Imkerei

Bienenhaltung in der Stadt

Sie überlegen, den Einstieg in die Imkerei zu wagen? Dann kann dieser Kurs Klarheit schaffen. Bienenhaltung ist komplex, aber auch spannend. Mit Ihnen möchte ich die Faszination Bienenhaltung erlebbar machen. Was braucht es, um in die Bienenhaltung einzusteigen? Ist es das Richtige für mich? Diese und weitere Fragen werden wir direkt am Bienenstand gemeinsam beantworten. Bitte kein Parfüm/Rasierwasser o. Ä. auftragen!

XF17010 | Sonntag, 07.07.24, 09:00 bis 13:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Bergheimer Baggersee, Pfarrer-Neumeir-Str./ Ecke Diebelbachstr. 86199 Augsburg

Peter Rauscher | € 39,00

BIOLOGISCH
VIELFALTIG



Spaziergang durch den Märchenwald

Lesung mit Schlendern durch den Siebentischwald

Ob Hänsel oder Gretel, Rotkäppchen oder Schneewittchen - sie alle mussten in den dunklen Wald gehen, um sich selbst zu finden. Auf diesem Spaziergang durch den Siebentischwald lauschen wir Auszügen aus bekannten und weniger bekannten, aus althergebrachten und modernen Märchen, in denen Menschen in den Wald gehen und gewandelt wieder herauskommen. - Es handelt sich um einen mittellangen Spaziergang, Sitzgelegenheit bei den Leseinheiten sind nicht garantiert. Die Angabe der Dauer ist ungefähr.

Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF28776 | Freitag, 14.06.24, 19:00 bis 20:00 Uhr

Treffpunkt: Imbiss Hexenhäusle, IIsungstr. 15c

Katharina Maier, € 6,00

Soziales

GESUNDES
LEBEN S1



GANZHEITLICHE
BILDUNG S2



SICHER LEBEN S3



TEILHABE S4



SOZIALER
AUSGLEICH S5



Entscheidungsfindung - oder: Wie Kopf, Herz und Bauch „Ja“ sagen

Bei Entscheidungen ist es wichtig, sich über die tatsächliche Fragestellung klar zu werden, echte von scheinbaren Alternativen zu unterscheiden und herauszufinden, was man eigentlich wirklich will.

Im Gegensatz zu früheren Zeiten haben wir heute kaum noch traditionelle Konzepte, um klare und stimmige Entscheidungen eindeutig treffen zu können. Ignatius von Loyola hat vor über fünfhundert Jahren Kriterien zur Entscheidungsfindung entwickelt, die verblüffend klare Anregungen auch für modernes Entscheidungsverhalten aufweisen. Focusing als moderne wahrnehmungspräzisierende Methode richtet die Aufmerksamkeit auf die unmittelbar gegenwärtige Erfahrung und ermöglicht ein präzises Erleben des eigenen Denkens, Fühlens und Handelns. Focusing schult neben der klaren Strukturierung eines Anliegens besonders das Hören auf die innere Stimme (Intuition), womit das eigene Entscheidungsverhalten praxisnah und konkret auf den Punkt gebracht wird.

XF14050 | Mittwoch, 17.04.24, 18:30 bis 20:00 Uhr
vhs Augsburg, Raum 104/I
Dr. phil. Rainer Eggebrecht | € 12,00 (AK + € 1,00)

Auf die Brote, Bio, los!

Leckere Brotaufstriche im „Handumdrehen“ zubereitet! Ob vegan, vegetarisch oder flexitarisch - hier treffen Geschmack, hochwertige Lebensmittel und Nachhaltigkeit aufeinander. Wir bereiten Brotaufstriche aus aller Herren Länder zu und das in Bio-Qualität! Dazu backen wir unser eigenes Brot.

vhs Augsburg, Raum 207/II

Anca Ghica-Sailer | € 58,00

XF40571 | Mittwoch, 17.04.24, 17:00 bis 21:00 Uhr

XF40658 | Mittwoch, 06.05.24, 17:00 bis 21:00 Uhr

Meditationstag im Kloster St. Stephan

„Religion beginnt im Leib und die Liebe bei den Füßen“

Ein Tag für sich selbst zu höherer Weisheit

Wird Religion überflüssig? Es scheint so! Oder auch nicht! „Wenn ich doch an Gott glauben könnte“, sagte Schauspieler Joachim Fuchsberger, als er seinen Sohn verloren hatte. Man kann Gott nicht beweisen, aber man kann das Organ für religiöse Erfahrung wecken. Es beginnt damit, dass man aus der Hektik des Alltags aussteigt, bewusst die Stille wahrnimmt und nur sich spürt. Wie atme ich? Wie sitze ich? Wie stehe ich? Wie gehe ich? So gewinnt man eine neue Sicht: Was ist wichtig? Was trägt und was macht zufrieden und froh? So kann man eine Spur finden, die zu Gott führt.

Kapuzinerpater Pater Guido Kreppold vermittelt seit vielen Jahren Kontemplation und Zen und ist Autor zahlreicher Bücher.

Für Geübte und Neulinge, die sich ca. 20-minütige Sitzphasen zutrauen. Inkl. Mittagssuppe, Kaffee und Kuchen

XF21280 | Samstag, 20.04.24, 9:00 bis 18:00 Uhr

Treffpunkt: Haus St. Benedikt, Gästehaus der Abtei St. Stephan, Stephansplatz 6

Pater Guido Kreppold | € 59,50

Schreibend ins Glück

Journaling und Tagebuch sind heute in aller Munde, um das eigene Leben zufriedener zu gestalten. Daneben gibt es aber noch zahlreiche kleinere und größere Methoden aus dem kreativen Schreiben, die einem Wege ins eigene Glück weisen können. Und nebenbei entstehen neben glückbringenden Erkenntnissen beim Schreiben bezaubernde Texte, auf die Sie richtig stolz sein können. Und auch Stolz-Sein macht glücklich. Wir nehmen Sie mit in die wunderbare Welt kurzer Prosa- und Lyrik-Texte, bei deren Entdeckung, Erkundung und natürlich Eigengestaltung Sie Schritt für Schritt individuelle Glücksmomente erkennen und erleben dürfen.

Anhand kreativer Schreibmethoden werden Sie selbst aktiv und schaffen Texte zum Thema Glücklichkeit!

XF28065 | Samstag, 20.04.24, 10:00 bis 16:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 304a/III

Barbara Häckl | € 39,50

Getreide neu entdecken!

Haben Sie Mut, beim Kochen neue alte Wege zu gehen? Entdecken Sie Getreide als Nahrung für Körper und Seele!

Es erwarten Sie in diesem Kurs fast vergessene Speisen aus Hirse, Gerste, Hafer & Co. Ob in Suppen oder Salaten, als Hauptgericht oder Dessert, Vollkorngetreide ist nicht nur sehr gesund und sättigend, es kann auch ein Geschmackserlebnis sein. Neben den besonderen Eigenschaften der verschiedenen Getreidesorten, werden Sie auch deren schonende und für die Verdauung bekömmliche Zubereitung im Alltag kennenlernen. Es werden nur Zutaten in Bio-Qualität verwendet.

vhs Augsburg, Raum 207/II

Anca Ghica-Sailer | € 58,00

XF40587 | Samstag, 27.04.24, 11:00 bis 15:30 Uhr

XF40610 | Mittwoch, 08.05.24, 17.00 bis 21.30 Uhr

GESUNDE
LEBENSST



Workshop Fermentation Für einen gesunden Darm

Wussten Sie, dass Signale aus dem Darm auch an wichtigen Steuerungsprozessen des Organismus beteiligt sind? Sie können sich unter anderem auf die Stimmung, die Gefühle und das Wohlbefinden auswirken! In einem kurzen Theorie-Teil erfahren Sie alles über dieses wichtige Organ und im praktischen Teil erlernen wir die Kunst der Fermentation. Die Methode der Fermentation ermöglicht es uns, leckere und gesunde Milchsäurebakterien für den Darm herzustellen und gleichzeitig Lebensmittel haltbar zu machen.

In diesem Workshop wird fleißig geschnippelt, Sie erhalten leckere Rezepte und wir stellen vor Ort eigene Fermente her.

Die Dozentin bringt die Gläser mit, der Preis ist in die Kursgebühr einkalkuliert.

XF40589 | Montag, 29.04.24, 18:00 bis 21:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 207/II

Nelli Befus-Volkenstern | € 6,00

Impulsvortrag: Authentisch sein - Intuition und achtsame Wahrnehmungsschulung

In diesem Erlebnis-Vortrag erfahren Sie, wie Sie mit Hilfe von Focusing - einer modernen, wahrnehmungspräzisierenden Methode - mit dem in Kontakt treten, was Sie in Ihrem Inneren wirklich fühlen und empfinden. Dabei zentrieren Sie die Aufmerksamkeit auf Ihre unmittelbar gegenwärtige Erfahrung. So kann sich unser Befinden genauer bemerkbar machen: in inneren Bildern, Gefühlen, im Körpererleben und in Gedanken. Auch unklare Entscheidungssituationen und Fragen über Sinn und Bedeutung unseres Lebens können wir mit Focusing klarer thematisieren. Focusing vermittelt uns kreative Impulse zu mehr Freude im eigenen Dasein. In einfachen Wahrnehmungsübungen erfahren Sie an diesem Abend Anregungen zum achtsamen Umgang mit sich selbst und fördern neue, frische und stimmige Schritte im Denken, Fühlen und Handeln.

XF14120 | Donnerstag, 02.05.24, 18:30 bis 20:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 104/I

Dr. phil. Rainer Eggebrecht | € 12,00

Gelassen älter werden - Frauen an der Schwelle zu einer neuen, spannenden Lebensphase

„Du kannst den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen“, sagte schon Aristoteles – und genau das machen wir in diesem Seminar. Wir blicken zurück auf die Fülle von Erlebnissen und Erfahrungen, die unsere Persönlichkeit geprägt und uns Lebensklugheit geschenkt haben. Mit diesem wunderbaren Wissen beginnen wir nun mutig und zuversichtlich, Wünsche zu realisieren, für die erst jetzt die richtige Zeit gekommen ist. Was gut ist bleibt, was wir nicht mehr brauchen, lassen wir hinter uns - wir freuen uns auf alles Neue, was nun in unser Leben kommen darf, uns Freude macht und unsere Lebensqualität steigert.

XF14400 | Samstag, 04.05.24, 10:00 bis 17:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 201/II

Anne Knapp | € 12,00

In Sekunden messbar raus aus dem Stress Stress-Management kurz- und mittelfristig

Stress ist in aller Munde und manchmal wird er bagatellisiert und manchmal überbewertet. Jedoch ist er immer selbstgemacht - wirklich! Sie lernen, wie Sie kurzfristig, messbar und in jeder Situation den Stress durchbrechen können. Außerdem verstehen Sie wie Ihr ganz individueller Stress entsteht. Mittelfristig werden Sie, Stress nur handhaben können, wenn Sie die Dynamik von Stress und Ihren individuellen Anteil daran erkennen. Im nächsten Schritt gilt es dann, die eigene Resilienz zu stärken.

XF14390 | Montag, 13.05.24, 19:00 bis 20:30 Uhr

vhs Augsburg, Raum 133/I

Kay Greiner | € 10,50 (AK + € 1,00)

Was mich ärgert, entscheide ich! Über den konstruktiven Umgang mit sich selbst und anderen im Alltag

Dieses Seminar/Vortrag vermittelt Ihnen Tipps und Tricks für einen erfolgreicherem, konstruktiven Umgang mit sich selbst und anderen. Sie erfahren, wie Sie etwas präzise wahrnehmen und dabei die gefühlte Bedeutung im eigenen Inneren im Blick behalten. Mit mangelnder Konzentration wandern wir oft unkontrolliert von einem Thema zum anderen – ohne dass wir dafür unser Einverständnis gegeben haben. So erlauben wir unserem Umfeld, unser Bewusstsein von einem Bereich des Geistes in den nächsten zu schubsen, ohne uns selbst mit ausreichendem Freiraum authentisch wahrzunehmen. Beispiel: Sie haben eine ärgerliche Mitteilung vom Finanzamt erhalten – jetzt sind Sie sauer! Bitte denken Sie an die Schritte beim Film-Anschauen! Es bringt nichts, den ganzen Tag sauer zu sein! Sie beschließen mit etwas Freiraum: Morgen Vormittag gehe ich die Sache an! Jetzt trinken Sie erst mal einen Kaffee, freuen sich am Sonnenschein und auf die baldige Mittagspause!

Wir benötigen eine gute Konzentrationsfähigkeit, um unser Bewusstsein aktiv zu steuern und nur so lange bei einer Sache zu bleiben, bis wir uns bewusst entscheiden, etwas anderes zu tun. Sie lenken Ihr Bewusstsein mit Willenskraft zu verschiedenen Themen, können es dann aber wieder fest im Hier und Jetzt verankern.

Die wahrnehmungspräzisierenden Techniken der Focusing-Methode fördern intuitiv erlebte, gefühlte Bedeutungen, indem Sie als Ihr eigener innerer Beobachter aus einer kleinen inneren Distanz die gefühlte Bedeutung des soeben Erlebten bewusst wahrnehmen. In diesem Seminar lernen Sie, Ihre Wahrnehmungsfähigkeit zu präzisieren und in unterschiedlichen Gesprächs- und Konfliktsituationen authentisch zu intervenieren.

XF14055 | Donnerstag, 06.06.24, 18:30 bis 20:00 Uhr
vhs Augsburg, Raum 100/I
Dr. phil. Rainer Eggebrecht | € 12,00

SOZIAL
AUSGLEICH



Resilienz stärken

Stärke aus der Mitte Ihrer Persönlichkeit

Manchmal wird Ihnen alles zu viel? Sie sind oft gestresst, ausgelaugt oder überfordert? Stärken Sie Ihre persönliche Widerstandskraft. Nehmen Sie sich Zeit, um Ihre Akkus wieder aufzufüllen! Wir erarbeiten in dem Kurz-Workshop Ihre Ressourcen und decken blinde Flecken auf, damit Sie gestärkt den Alltag angehen können. Resilienz funktioniert nämlich nur auf einer breiten Basis und oft haben wir wichtige Bereiche nicht auf dem Schirm oder lassen diese schleifen.

XF14391 | Montag, 10.06.24, 19:00 bis 20:30 Uhr
vhs Augsburg, Raum 311/III
Kay Greiner | € 10,50 (AK + € 1,00)

Authentische vegane Köstlichkeiten aus Indien **Nachhaltige Geschmackserlebnisse**

Entdecken Sie die vegane Seite der indischen Küche in unserem Kochkurs! Lernen Sie, wie man nährstoffreiche pflanzliche Gerichte zubereitet, die den Körper mit Energie versorgen und den Gaumen verwöhnen.

Von cremigen Currys mit einer Fülle von Gemüsevariationen bis hin zu herzhaften Linsengerichten wie Dal und aromatischem Basmatireis: Die indische Küche bietet eine Fülle von veganen Optionen ohne jegliche künstliche Ersatzprodukte. Damit entstehen Gerichte zusammen mit hausgemachten frischen Gewürzen, die sowohl sättigend als auch voller Geschmack sind.

Erfahren Sie mehr über die indische vegane Küche und lassen Sie sich von ihrer Vielfalt begeistern.

vhs Augsburg, Raum 207/II

Ajay Babu | € 46,00

XF14120 | Mittwoch, 12.06.24, 18:00 bis 22:00 Uhr

XF40720 | Freitag, 12.07.24, 18:00 bis 22:00 Uhr

GANZHEITLICHE
BILDUNG **S2**



Asiatische Philosophie und Kampfkunst

Das Konzept des Frieden-Schaffens in der japanischen Kampfkunst Aikido

„Die Kunst des Friedens ist eine Religion, die keine Religion ist; sie vervollkommt und vervollständigt alle Religionen“, so beschreibt der Gründer des Aikido, O-Senseo Morihei Ueshiba, die von ihm geschaffene friedvolle Kampfkunst. Gegensätze, die im Westen schwerlich auflösbar sind, werden in der östlichen Denkweise „umarmt“.

Die theoretischen Ausführungen und Zitate werden durch Erleben und Üben von Aikido ergänzt. So können Sie selbst erfahren, was die Schönheit dieser Kampfkunst und deren Philosophie ausmacht.

XF21175 | Mittwoch, 27.07.24, 18:00 bis 19:30 Uhr

Treffpunkt: AIKIKAN Augsburg e.V. in der Depotstraße 3, 1. Stock
Norbert Vogelmaier | € 6,00

Waldwissen und Walderleben im Kloster Plankstetten

Meditatives Wandern, Waldbaden, Sanftes Yoga, Meditation

Gönnen Sie sich eine Auszeit im Kloster, in der Natur und im Wald. Vor allem mit der Heilkraft des Waldes können Sie sich erholen und Stress abbauen. Mit gezielten Übungen stärken Sie Körper, Geist und Seele. So tanken Sie wieder neue Kraft und finden zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit. Für ein ganzheitliches Erlebnis ist der Aufenthalt im Kloster der geeignete Rahmen. Selbstverständlich wird auch Wissenswertes um Wald und Meditation mitvermittelt.

Termin: Fr., 26. Juli 14:00 - So., 28. Juli 2024, 14:00 Uhr

Leitung: Lothar Manhart, Dr. Iris Hafner

Kurskosten: € 180,00 + Übernachtung/Vollpension je nach Zimmerkategorie zwischen 229,00 Euro (DZ) und 161,00 Euro (EZ)

Günstigste Kategorie: EZ 161,00 Euro - DZ 153,00 Euro

Mittlere Kategorie: EZ 203,00 Euro - DZ 187,00 Euro

Obere Kategorie: EZ 299,00 Euro - DZ 229,00 Euro

Der Kursbetrag inkl. gewählter Zimmerkategorie wird mit Anmeldung von Ihrem Konto abgebucht.

Kostenlose Stornierung bis 6 Wochen vor Kursbeginn.

XF21282

Resilienz stärken

Stärke aus der Mitte Ihrer Persönlichkeit

Manchmal wird Ihnen alles zu viel? Sie sind oft gestresst, ausgelaugt oder überfordert? Stärken Sie Ihre persönliche Widerstandskraft. Nehmen Sie sich Zeit, um Ihre Akkus wieder aufzufüllen! Wir erarbeiten in dem Kurz-Workshop Ihre Ressourcen und decken blinde Flecken auf, damit Sie gestärkt den Alltag angehen können. Resilienz funktioniert nämlich nur auf einer breiten Basis und oft haben wir wichtige Bereiche nicht auf dem Schirm oder lassen diese schleifen.

XF14391 | Montag, 10.06.24, 19:00 bis 20:30 Uhr

vhs Augsburg, Raum 311/III

Kay Greiner | € 10,50 (AK + € 1,00)



Wirtschaft

STANDORT
W1



LEBEN + ARBEITEN
W2



ORIENTIERUNG AM
GEMEINWOHL
W3



NACHHALTIGE
FINANZEN
W4



FLÄCHEN
+ BEBAUUNG
W5



Günstig nachhaltig leben

Die Lebenshaltungskosten steigen und Sparen steht für Viele auf dem Plan. Nachhaltigkeit bleibt dabei häufig auf der Strecke. Doch ein guter, gesunder und ökologischer Lebensstil ist auch mit wenig Budget möglich! Wie das geht, erfahren Sie an diesem Abend. Die Tipps reichen von „clever haushalten“ über „selbermachen“ bis zu „langlebig und plastikfrei“ einkaufen.

XF17008 | Mittwoch, 10.04.24, 19:00 bis 20:30 Uhr
vhs Augsburg, Raum 103/I
Sylvia Schaab | € 7,00 (AK + € 1,00)

Das Internetportal „Lifeguide Augsburg“ ist die praktische Antwort auf den Wunsch vieler Menschen, in unserer Region umweltbewusst zu leben und fair zu handeln: Es bietet mehr als 400 nachhaltige Orte, Porträts sowie praktische Tipps und Termine für den klimafreundlichen Alltag.

Als gemeinnütziger Verein ist der Lifeguide ist unabhängig, werbefrei, spendenfinanziert sowie Teil der Augsburger Lokalen Agenda 21 und wurde mehrfach ausgezeichnet.
www.lifeguide-augsburg.de

lifeguide

nachhaltig leben in
und um Augsburg
www.lifeguide-augsburg.de

Online-Vortrag:

Die 15-Minuten-Stadt – klimaschonende Mobilität für alle?

Prof. Dr.-Ing. Stefan Siedentop, TU Dortmund

Wie wäre es, wenn alles, was Menschen regelmäßig nachfragen – Geschäfte, Schulen, Restaurants, Gesundheitseinrichtungen oder Erholungsflächen – zu Fuß oder mit dem Rad in maximal 15 Minuten anzutreffen wäre? Das Konzept der „15-Minuten-Stadt“ formuliert die Idee einer dezentralen Versorgung mit Gütern und Dienstleistungen. Der mögliche Verzicht auf das eigene Auto würde Städte und Quartiere von Luft- und Lärmbelastungen entlasten. Es gäbe mehr Raum für Grünflächen und öffentliche Begegnung, mehr gesundheitsfördernde aktive Mobilität und Lebensqualität. Aber es stellen sich Fragen: Wie kann ein solches Leitbild umgesetzt werden? Und ist die „15-Minuten-Stadt“ auch abseits der Großstädte ein Versprechen? In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen e. V.

XF18002W | Mittwoch, 10.04.24, 19:00 bis 20:00 Uhr

vhs.online

€ 12,00

Zusatzqualifikation Erlebnispädagogik

Kooperationsangebot mit der Universität Augsburg

Unsere Zusatzqualifikation richtet sich an alle, die mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in Bildungs- und Freizeiteinrichtungen arbeiten, im Unternehmensbereich tätig sind oder sich persönlich fortbilden wollen. Die Ausbildung besteht aus vier Seminaren plus einem ca. 30-stündigen Praktikum. Fortlaufend wird der Begleitordner zur Ausbildung bearbeitet, ein Instrument zur Selbstreflexion und Lernbegleitung. Außerdem wird in Interventionsgruppen selbstorganisiert zusammengearbeitet. Werden die vier Seminare, das Praktikum und die Bearbeitung des Ordners abgeschlossen, stellt der Arbeitsbereich Erlebnispädagogik der Universität Augsburg das Abschlusszertifikat zur erlebnispädagogischen Handlungskompetenz aus. Studierende aus Hochschulen und Universitäten erhalten mit der Urkunde 5 ECTS-Punkte gutgeschrieben.

Alle Informationen zu Terminen und Anmeldung:

siehe Kursausschreibung vhs-Webseite

XF60055 | ab Samstag, 04.05.24, 09:00 bis 17:30 Uhr

vhs Augsburg, Raum 132/I

€ 695,00

Nachhaltige Gewinne: Geld verantwortungsvoll anlegen für eine bessere Zukunft!

Immer mehr Menschen wollen Geld klimafreundlich anlegen. Aus „fridays for future“ wird „finance for future“.

Unser Vortrag informiert Sie über folgende Themen: Entstehung und Aktuelles; Nachhaltige Geldanlage: ein Wachstumsmarkt!; Nachhaltigkeitsbegriffe und -definitionen; Grüne Anlage oder „Greenwashing“; verschiedene Anlageformen.

XF13290 | Donnerstag, 16.05.24, 19:00 bis 20:30 Uhr

vhs Augsburg, Raum 104/I

Markus Borutta | €12,00 (AK + € 1,00)

KI im Berufsalltag

Schneller und leichter texten mithilfe von KI

Künstliche Intelligenz ist eine wertvolle Hilfe im beruflichen Alltag. Damit geht Texten ganz leicht! Egal ob E-Mails, Einladungen oder Kundenschreiben - in diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie den größtmöglichen Nutzen aus den Chatbots ziehen. Von der korrekten Bedienung bis hin zur vollen Bandbreite der Einsatzgebiete. Damit können Sie in Zukunft mit Ihren Texten glänzen und wertvolle Zeit sparen. Die Kursreihe „KI-Kompetenzen in Beruf und Alltag“ wird durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus gefördert.

XF60022 | Samstag, 29.06.24, 09:00 bis 16:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 302/III

Christiane Kreutmair | € 34,00

LEBEN + ARBEITEN W2



Kultur

K1
KUNST + KULTUR



K2
WERTE



K3
VIELFALT



K4
BETEILIGUNG
+ ENGAGEMENT



K5
STÄRKEN ZEIGEN



Das Wahre, Gute, Schöne

Die Trias des Wahren, Guten und Schönen ist ein klassisches Ideal, das über eine sehr lange Zeit das kulturelle und künstlerische Leitbild unserer westlichen Kultur entscheidend geprägt hat. Heute ist sie nahezu vergessen. Warum? Und könnten diese Ideen nicht gerade eine Orientierung für unsere Zeit sein? Ein philosophischer Streifzug durch die Jahrhunderte lädt zum Reflektieren ein. Rebecca Solnit: „Wir brauchen Schönheit. Wir brauchen etwas, zu dem wir immer wieder zurückkehren können, wenn das Leben schwierig ist.“

XF20348 | 2 Termine, ab Montag, 08.04.24, 19:00 bis 21:00 Uhr
vhs Augsburg, Raum 100/I
Susanne Niemann | € 16,50

Glück und Leid in den Religionen

Der Umgang mit dem Leid ist das Scheidewasser, das das Gold echter Religion vom Glanz falscher Heilsbotschaften trennt. Dieser Vortrag will keine Theorie vermitteln und auch keiner Theodizeefrage nachgehen. Er schildert Erfahrungen und bringt Beispiele aus den großen Religionen wie Buddhismus, Schamanismus und Christentum. Nach dem Vortrag wird Gelegenheit für Fragen und fürs Gespräch untereinander gegeben.

Eine geführte Meditation beendet den Abend.

XF21210 | Dienstag, 09.04.24, 19:00 bis 21:00 Uhr
vhs Augsburg, Raum 104/I
Matthias Möller | € 6,00 (AK + € 1,00)

Studium generale: Weltphilosophie

Von den großen Gründergestalten Buddha, Konfuzius, Sokrates und Jesus angestoßen, entwickeln sich überall metaphysische Systeme mit strukturellen Ähnlichkeiten. In China wird nach der Einigung des Reiches der Konfuzianismus Staatsphilosophie. In Indien vermittelt der Mahajana-Buddhismus über eine Schar von Bodhisattwas den Weg zum Nirwana. In Europa vollendet sich die hellenisch-römische Welt in der plotinischen Metaphysik, der sich das Christentum assimiliert und zur Staatskirche avanciert.

XF10130 | 5 Termine, ab Freitag, 12.04.24, 16:00 bis 17:30 Uhr
vhs Augsburg, Raum 104/I
Berndhard Reichl | €47,50

Online-Vortrag: vhs.wissen live: Philosophie in der islamischen Welt

Dieser Vortrag thematisiert eine wichtige und oft unterschätzte Tradition der Geschichte der Philosophie, nämlich die Philosophie in der islamischen Welt.

Die chronologischen und geographischen Grenzen dieser Tradition werden skizziert, mit einem Überblick der Verbindung zwischen arabischsprachiger und altgriechischer Philosophie.

Schließlich werden einige zentrale Ideen des wichtigsten islamischen Philosophen Ibn Sina (Avicenna, gest. 1037) besprochen. Prof. Dr. Peter Adamson lehrt Geschichte der Philosophie an der LMU München. Zuvor war er Professor am King's College London. Zu seinen Forschungsschwerpunkten zählen die arabische, antike und mittelalterliche Philosophie.

XF20122W | Sonntag, 14.04.24, 19:30 bis 21:00 Uhr
vhs.online

Gibt es so etwas wie Philosemitismus?

Speziell in Deutschland gibt es bestimmte Inszenierungen des Jüdischen von Musik (z. B. Klezmer) über Kulinarisches (z. B. Bagels) über Filme bis hin zu scheinbar historischen Orten jüdischen Lebens (z.B. Scheunenviertel Berlin). Der Abend möchte zum Nachdenken anregen, wieweit hierbei aufrichtiges Interesse an jüdischem Leben oder eher dessen Vereinnahmung oder gar Verzerrung im Vordergrund stehen. Im letzten Fall wären dies philosemitische Inszenierungen - eine Spielart von „Antisemitismus“, die das gegenseitige Verständnis von Juden und Nichtjuden gerade nicht befördert?

Impulsvortrag und Diskussion über aussagekräftige Textstellen (werden ausgeteilt).

XF12777A | Donnerstag, 18.04.24, 19:00 bis 21:00 Uhr
vhs Augsburg, Raum 104/I
Dr. Alexander Jungmann | € 9,50

Die Augsburger Synagoge

Geschichte und Architektur des Hauses

Wie ist ein jüdisches Gotteshaus aufgebaut? Was ist das Besondere der Augsburger Synagoge? Die Führung erklärt die Anlage und Ausstattung des 1917 eingeweihten Kuppelbaus und zeigt Details, die das Selbstbewusstsein und die religiöse Aufgeschlossenheit der Erbauergemeinde zum Ausdruck bringen. Sie erinnert zudem an die Auslöschung der jüdischen Gemeinde durch die Nationalsozialisten sowie an den schwierigen Neuanfang der heutigen Israelitischen Kultusgemeinde nach 1945. Und: Wie sieht das neue Gemeindeleben seit der Zuwanderung von Jüdinnen und Juden aus der ehemaligen Sowjetunion in den 1990ern aus?

Herren bitte mit Kopfbedeckung!

Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF11656 | Donnerstag, 25.04.24, 16:00 bis 17:30 Uhr

Treffpunkt: Synagoge, Halderstr. 6

Frank Schillinger | € 11,00



Online-Vortrag: Europa zu Hause

Wie wirkt sich Europa auf die Verbraucher*innen aus?

Im Rahmen der Diskussionsreihe „Perspektive Europa“ des Deutschen Volkshochschulverbands

Die EU schützt mit einer starken Verbraucherpolitik die Rechte und Interessen der Verbraucher*innen, die EU wird so im Alltag sichtbar. Wenn wir Lebensmittel, Kleidung oder andere Dinge einkaufen, hat das immer mit der EU zu tun. Dies bringt viele Vorteile, schürt aber auch Ängste in Bezug auf die Einschränkung eigener Autonomie. Sie erhalten direkt aus Brüssel Einblicke in die Geschichte und Struktur der Verbraucherpolitik - aber auch in die damit verbundenen Probleme. Natürlich wird es auch um die zukünftige Entwicklung und die künftigen Schwerpunkte der Verbraucherpolitik in der EU gehen. Referentin: Isabelle Buscke, Leiterin des EU-Verbindungsbüros der Verbraucherzentrale e.V. (vzbv) in Brüssel. Sie vertritt den vzbv im Vorstand der Europäischen Verbraucherorganisation BEUC sitzt im Lenkungsausschuss des Transatlantischen Verbraucherdialogs (TACD).

XF12512W | Mittwoch, 24.04.24, 19:00 bis 20:30 Uhr

vhs.online

Der japanische Shintoismus

Eine Naturreligion, die bis heute prägt

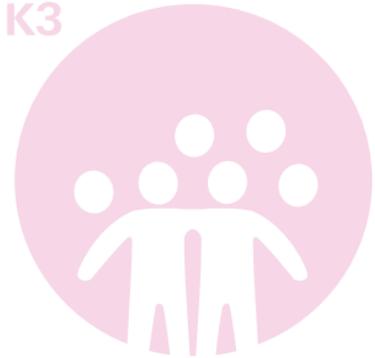
Die ursprüngliche japanische Glaubensform ist der Shinto. Dieser mystische Glaube, der auf naturreligiösen, animistischen Vorstellungen beruht, bildet eine Art „seelische Wahrheit“ in Japan, die quasi als Hintergrundmusik bis heute in der Gesellschaft mitschwingt. Inmitten von Katastrophen - wir denken z. B. an die Reaktorkatastrophe 2011 - reagieren die Menschen in Japan erstaunlich sanft und geduldig. Kann also der Shinto zu einer glücklicheren Lebensart beitragen? Neben dem Glaubenssystem und der Geschichte des Shinto beschäftigen wir uns mit der Fragestellung, inwieweit der Shinto gerade auf die gesellschaftlichen Verwerfungen der heutigen Zeit eine Antwort geben kann und inwieweit er z. B. den Erfolg des Waldbadens mit allen Sinnen erklären kann.

XF21150 | Freitag, 26.04.24, 19:00 bis 21:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 104/I

Takuro Okada | € 6,00 (AK + € 1,00)

VIELFALT



Was bedeutet Spiritualität heute?

Spiritualität im Sufismus, Schamanismus, Buddhismus und Christentum

Ramakrishna hat einmal gesagt, die verschiedenen Religionen sind wie der Weg zur Quelle am Grund eines tiefen Brunnens. Die einen seilen sich ab, die anderen bauen eine Treppe, wieder andere nehmen eine Leiter und es mag Menschen geben, die mit einem Sprung den Grund erreichen. Wir beschäftigen uns mit dem Unterschied von moderner und klassischer Spiritualität, aber auch mit Unterschieden und Gemeinsamkeiten der verschiedenen Erfahrungswege. Worin besteht die Chance echter Spiritualität für die Menschheit?

Nach einem Impuls-Vortrag gibt es Gelegenheit für Fragen und Gespräch. Eine geführte Meditation beendet den Abend.

XF21220 | Montag, 29.04.24, 19:00 bis 21:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 104/I

Matthias Möller | € 6,00 (AK + € 1,00)

Ausstellungsführung „TRANSITIONS. Jüdische Perspektiven auf die Gegenwart“

Unsere Gesellschaft erlebt gerade eine Zeit der Umbrüche und des Wandels. Es gilt, die Zukunft neu zu gestalten. Vor diesem Hintergrund präsentiert die von Daniel Laufer kuratierte Ausstellung TRANSITIONS Werke internationaler jüdischer Künstler*innen, die den Zustand des „Dazwischen“ untersuchen und seine Potenziale erkunden. Die multimedialen Arbeiten nehmen ganz unterschiedliche Positionen zu aktuellen Entwicklungen und Diskursen ein und doch verbindet sie ihr Eintreten für ein vielfältiges Miteinander.

Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF11658A | Donnerstag, 02.05.24, 17:00 bis 18:30 Uhr

Treffpunkt: Ehemalige Synagoge Kriegshaber, Ulmer Straße 228
Dr. Malin Drees

Augsburger Wege der Erinnerung

Links und rechts der Wertach

In Kooperation mit der Erinnerungswerkstatt und der Stolpersteininitiative sowie dem Evangelischen Forum Annahof Erinnerungsbänder und Stolpersteine zeigen uns den Weg zu Orten der NS-Zeit in Augsburg. Sie erhalten Informationen über Widerstand und Ausgrenzung, Verfolgung und Vernichtung Augsburger Bürger*innen. Bei mehreren Stadtrundgängen an historischen Terminen wird Zeitgeschichte anhand diverser Biografien deutlich und erkennbar. Die Stadtführungen widmen sich unterschiedlichen Biografien und Wegen, unterscheiden sich also voneinander - und werden von unterschiedlichen Akteur*innen geführt.

Ende: Senkelbach.

Anmeldung für die Stadtführung unbedingt erforderlich!

XF11659 | Samstag, 04.05.24, 11:00 bis 13:00 Uhr

Treffpunkt: Oberhauser Bahnhof

Friedrich Schwarzbäcker, Inge Kroll | € 5,00

Augsburg mitten in Europa

Das Handelsnetz der Augsburger Kaufleute vor 500 Jahren

Seit Jahrhunderten existieren Wirtschaftsbeziehungen innerhalb Europas. Von Augsburg aus wurde ein weitreichendes Handelsnetz geknüpft. Wie kann man sich eine europäische Wirtschaftsunion vor 500 Jahren vorstellen? Mit welchen Schwierigkeiten hatte man zu rechnen und wie überwand man diese? Wie war das mit der internationalen Kommunikation? Wie kam man mit Handelspartnern, Investoren und Netzwerken in Kontakt? Wie bewältigte man logistische Anforderungen? Wie überwand man Grenzen? Diesen Fragen gehen wir am Beispiel der Handelsfamilien Fugger und Welser nach.

Anmeldung zur Stadtführung erforderlich!

XF11662 | Donnerstag, 09.05.24, 11:00 bis 13:00 Uhr

Treffpunkt: Eingang Perlachstüble

Heike Abend-Sadeh | € 7,00

„Europa ist mein Bier“

Erfrischende Diskussionsrunde mit jungen Kandidierenden fürs Europaparlament

In Kooperation mit der Europa-Union und den Jungen Europäischen Föderalisten Augsburg

Eine interaktive Diskussionsrunde mit sechs jungen Kandidierenden für das EU-Parlament bei der Europawahl am 09. Juni. Welche Themen liegen ihnen besonders am Herzen? Interessierte erfahren, was bis 35-Jährige bewegt, zur Wahl anzutreten, welche Positionen sie vertreten. Sie haben die Gelegenheit über die Zukunft Europas mit denen zu diskutieren, um deren Zukunft es auch in Anbetracht des Lebensalters in besonderem Maße geht.

Moderiert wird das Format durch den ehrenamtlich tätigen Landesvorsitzenden der Europa-Union Bayern e.V., Thorsten Frank. „Unsere Idee war es neben den etablierten Podiumsdiskussionen auch ein frisches Format anzubieten, eines das mehr Interaktion ermöglicht und junge Menschen in besonderem Maße anspricht“.

XF12560 | Dienstag, 14.05.24, 19:00 bis 20:30 Uhr
vhs Augsburg, Raum 104/
Frank Thorsten

Sich engagieren, aber wie!?

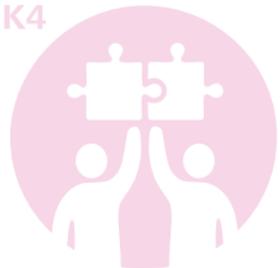
Für Unentschlossene und Aufgeschlossene auf der Suche nach dem passenden Ehrenamt

Viele Menschen wollen sich engagieren, wissen aber oft nicht, wo und wie. Wenn Sie solche Fragen bewegen, dann ist dieser Abend genau passend für Sie! Es wird über die Bedeutung des freiwilligen Engagements, die Vielfalt von Einsatzmöglichkeiten in der Region informiert und der Frage nachgegangen, welches freiwillige Engagement am besten zu Ihren Vorstellungen und Wünschen passt. Eingeladen sind alle, die sich engagieren möchten - egal, ob Sie schon Erfahrungen im Ehrenamt haben oder sich erstmals dafür interessieren. Wir freuen uns auf Neugierige!

Birgit Ritter, Birgit Burkart, Freiwilligen-Zentrum
Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF12778 | Donnerstag, 16.05.24, 17:00 bis 19:00 Uhr
Treffpunkt: Freiwilligen-Zentrum Augsburg
Birgit Burkart

BETEILIGUNG
+ ENGAGEMENT



Jüdisches Leben in Deutschland nach 1945

Wir wollen uns vergegenwärtigen, wie es dazu kam, dass es nach der Shoah, also der massenhaften Vertreibung und Vernichtung von Jüdinnen und Juden durch die Nazis in Deutschland und Europa während des 2. Weltkriegs, überhaupt wieder jüdisches Leben in Deutschland gibt.

Impulsvortrag und Diskussion über aussagekräftige Textstellen (werden ausgeteilt)

XF11420 | Donnerstag, 16.05.24, 19:00 bis 21:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 137/I

Dr. Alexander Jungmann | € 12,50

Der jüdische Friedhof in der Haunstetter Straße

Der 1876 angelegte jüdische Friedhof wird bis heute belegt. Die Grabsteine dokumentieren die wechselvolle jüdische Geschichte Augsburgs in den letzten eineinhalb Jahrhunderten. Nach einer allgemeinen Einführung in den Umgang mit Tod und Trauer im Judentum erfahren Sie, wie sich in der Gestaltung der Grabstätten die Lebenserfahrungen und das Selbstverständnis der Jüdinnen und Juden widerspiegeln, die den Friedhof für Bestattungen genutzt haben und nutzen.

Herren bitte mit Kopfbedeckung! Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF11663 | Donnerstag, 16.05.24, 16:00 bis 17:30 Uhr

Treffpunkt: Israelitischer Friedhof Haunstetten

Frank Schillinger | € 6,00

Online-Vortrag: Europa & Du

Alltagswissen zur Mitgestaltung der EU

Im Rahmen der Diskussionsreihe „Perspektive Europa“ des Deutschen Volkshochschulverbands

Die EU polarisiert: einerseits genießen viele Bürger*innen die Freiheiten und Möglichkeiten, andererseits wird über kleinteilige Bevormundung und Einschränkung von Freiheiten geschimpft. Was viele nicht wissen: es gibt Möglichkeiten der Mitbestimmung. „Neuer Schwung für Demokratie in Europa“ war z.B. in den vergangenen fünf Jahren eine Priorität der Kommission - doch es fehlt an Wissen. Dem will der Vortrag abhelfen.

Referentin: Tamara Ehs, Politikwissenschaftlerin, Demokratieberaterin und politische Bildnerin. Sie berät aktuell u.a. die Landesregierung von Baden-Württemberg in Fragen der Bürgerbeteiligung sowie die European Association für local Democracy (ALDA) in Brüssel.

XF12595W | Mittwoch, 29.05.24, 19:00 bis 20:30 Uhr

vhs wählt Europa!

Dozierende aus verschiedenen Ländern informieren

XF12598 | Donnerstag, 06.06.24, 17:00 bis 19:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 104/I

Diana-Maria Kraus

Bronislawa Kozub

Davide Alfinito

Rubén Palacios Gomez

Anasoara Paula Ciupag

Heutiges jüdisches Leben in Deutschland

Das Judentum gilt als eine der ältesten und bedeutendsten Religionen der Menschheit. Doch worin besteht hierzulande jüdisches Leben heute über das Religiöse hinaus? Kann man von einer Art Renaissance sprechen oder doch besser von einem Neuanfang, dem ein Bruch mit dem jüdischen Leben vor der NS-Zeit, bzw. etwas qualitativ Neues innewohnt?

Impulsvortrag und Diskussion über aussagekräftige Textstellen (werden ausgeteilt)

XF11440 | Donnerstag, 13.06.24, 19:00 bis 21:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 104/I

Dr. Alexander Jungmann | € 9,50

Die Kardinaltugenden

Besonnenheit, Tapferkeit, Weisheit, Gerechtigkeit

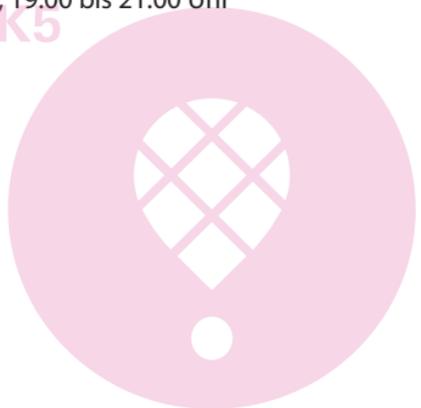
Hinter den Tugenden verbergen sich Grundwerte, die Gesellschaften zusammenhalten. Wir konzentrieren uns auf die vier Kardinaltugenden. Diese wurden maßgeblich von Platon und Aristoteles definiert, jedoch auch von anderen Philosoph*innen beleuchtet. Wir befragen den aktuellen Kontext.

XF20349 | 2x Montag, ab 17.06.24, 19:00 bis 21:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 100/I

Susanne Niemann | € 16,50

STÄRKEN ZEIGEN K5



St. Johannes und St. Joseph Ein neues Zentrum in Oberhausen

Mit dem Einzug des Diözesanarchivs in die katholische Kirche St. Joseph und dem Neubau des Verwaltungstrakts begann eine zukunftsweisende Veränderung des Areals um die beiden Kirchen in Oberhausen. Pläne gibt es auch für die evangelische Kirche St. Johannes - und der Platz zwischen den beiden Kirchen wird zu einem offenen Begegnungsort umgebaut. Dort werden die beiden Kirchen gemeinsame Veranstaltungen organisieren. Die evangelische Pfarrerin Snewit Aujezdsky und Peter Donn, ehem. Kirchenpfleger der katholischen Kirche St. Joseph, zeigen ihre Gotteshäuser und erzählen von künftigen Planungen für das neue Oberhauser Zentrum (inkl. Turmaufstieg St. Johannes und kurzem Orgelspiel auf einer ganz besonderen Orgel).

XF11670 | Sonntag, 23.06.24, 11:00 bis 13:00 Uhr

Treff: Eingang St. Johannes, Donauwörtherstr. 5, Ecke Pfarrhausstraße
Dr. Alexander Jungmann | € 6,50

Auf jüdischen Spuren durch Augsburg

Der Stadtrundgang gibt einen Einblick in die Geschichte der Jüdinnen und Juden in Augsburg.

Er veranschaulicht das jüdische Leben im 19. und frühen 20. Jahrhundert, berichtet von der Verfolgung und den Deportationen in der NS-Zeit und stellt das jüdische Leben in Augsburg heute vor.

Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF11672 | Donnerstag, 27.06.24, 16:00 bis 17:30 Uhr

Treffpunkt: Synagoge, Halderstr. 6

Frank Schillinger | € 6,00

Ein Tag auf den Spuren jüdischen Lebens in Augsburg

Kooperationsprojekt mit der vhs München

10:30 - 12:00 Uhr: Im heutigen Stadtteil Kriegshaber durften sich ab der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts Jüdinnen und Juden ansiedeln. In der ehemaligen Synagoge begrüßt Sie Malin Drees, Kuratorin des Jüdischen Museums Augsburg Schwaben, mit Erläuterungen zur Hausgeschichte und führt Sie durch die Sonderausstellung „Transitions. Jüdische Perspektiven auf die Gegenwart“.

Anschließend Mittagspause.

14:30 - 16:00 Uhr: Stadtführung ab Königsplatz Manzùbrunnen zum jüdischen Leben in Augsburg im 19. und 20. Jahrhundert - mit Frank Schillinger vom Jüdischen Museum Augsburg Schwaben

16:00 - 17:00 Uhr: Führung durch das Jüdische Museum Augsburg Schwaben und die Synagoge Augsburg (Erläuterungen zum jüdischen Leben im Mittelalter und zur Geschichte der Synagoge)

XF11674 | Sonntag, 30.06.24, 10:30 bis 17:00 Uhr

Treffpunkt: Ehem. Synagoge Kriegshaber, Ulmer Straße 228, 86156 Augsburg (siehe auch XF81470 „Auf den Spuren jüdischen Lebens in München“ am 14. April)

Dr. Iris Hafner | € 29,00

Augsburg - wir müssen reden

Sozialleistungen - zu viel oder zu wenig?

In Kooperation mit dem Sozialreferat Augsburg

Das Sozialstaatsprinzip ist im Grundgesetz festgeschrieben. Anlässlich des Jubiläumsjahres 75 Jahre Grundgesetz diskutieren wir über Sozialleistungen, Verteilungsgerechtigkeit, die Abwägung zwischen sozialer Sicherheit und Leistungsprinzip - mit: Vertreter*innen aus unterschiedlichen Bereichen und Blickwinkeln: ein Vertreter/eine Vertreterin aus der Wirtschaft, Dr. Pia Haertinger (Grünen-Stadträtin und SKM Augsburg e.V.), Dennis Triebisch (Leiter des Sozialamts) und einem Gewerkschaftsvertreter/Gewerkschaftsvertreterin.

Bringen Sie Ihre Fragestellungen und Meinungen ein.

Moderation: Martin Schenkelberg, Sozialreferent der Stadt Augsburg

Um Anmeldung wird gebeten.

XF12788 | Donnerstag, 11.07.24, 17:30 bis 19:00 Uhr

vhs Augsburg, Raum 103/I

KUNST + KULTUR K1



Interkulturelle Friedhofsführung

Neuer Ostfriedhof, Lechhausen

Im Umgang mit Tod und Bestattung haben sich je nach Region, Religion und Kultur unterschiedliche Bestattungsriten herausgebildet. Die deutschen Friedhöfe stehen nun der Problematik gegenüber, wie sich die unterschiedlichen Bedürfnisse auf einem Friedhof vereinen lassen. Am Beispiel des Neuen Ostfriedhofs in Lechhausen soll das breite Spektrum von Bestattungsmöglichkeiten vorgestellt werden. Anhand von christlichen, muslimischen und jüdischen Grabfeldern werden die jeweiligen Bestattungsriten vorgestellt.

Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF11685 | Samstag, 20.07.24, 17:00 bis 19:00 Uhr

Treffpunkt: Haupteingang Neuer Ostfriedhof

Marlene Lippok | € 6,00

Interkulturelle Friedhofsführung

Nordfriedhof Augsburg

Im Umgang mit Tod und Bestattung haben sich je nach Region, Religion und Kultur unterschiedliche Bestattungsriten herausgebildet. Die deutschen Friedhöfe stehen nun der Problematik gegenüber, wie sich die unterschiedlichen Bedürfnisse auf einem Friedhof vereinen lassen. Am Beispiel des Nordfriedhofs in Oberhausen soll das breite Spektrum von Bestattungsmöglichkeiten vorgestellt werden. Anhand von christlichen und jesidischen Gräbern werden die jeweiligen Bestattungsriten vorgestellt.

Anmeldung unbedingt erforderlich!

XF11754 | Freitag, 26.07.24, 14:00 bis 15:30 Uhr

Treffpunkt: Eingang am Talweg

Marlene Lippok | € 6,00

Augsburger Wege der Erinnerung

Durch die Altstadt zum Domviertel

In Kooperation mit der Erinnerungswerkstatt und der Stolpersteininitiative sowie dem Evangelischen Forum Annahof Erinnerungsbänder und Stolpersteine zeigen uns den Weg zu Orten der NS-Zeit in Augsburg. Sie erhalten Informationen über Widerstand und Ausgrenzung, Verfolgung und Vernichtung Augsburger Bürger*innen. Bei mehreren Stadtrundgängen an historischen Terminen wird Zeitgeschichte anhand diverser Biografien deutlich und erkennbar. Die Stadtführungen widmen sich unterschiedlichen Biografien und Wegen, unterscheiden sich also voneinander - und werden von unterschiedlichen Akteur*innen geführt.

Ende: Hoher Weg

Anmeldung für die Stadtführung unbedingt erforderlich!

XF11672 | Donnerstag, 03.08.24, 11:00 bis 13:00 Uhr

Treffpunkt: Rathaus Eingang

Friedrich Schwarzbäcker | € 5,00

Haben Sie noch Fragen?

Für weitere Informationen zu den Veranstaltungen und zur Anmeldung scannen Sie bitte hier!



Augsburger Volkshochschule
Willy-Brandt-Platz 3a
86153 Augsburg
verwaltung@vhs-augsburg.de
www.vhs-augsburg.de

Impressum

Verantwortlich:
Marina Bilotta Gutheil, Vorständin der Augsburger Volkshochschule - Augsburger Akademie e. V.
Willy-Brandt-Platz 3a, 86153 Augsburg
Tel.: 0821/50265-0
verwaltung@vhs-augsburg.de

Register und Registernummer:
Registergericht Augsburg,
Vereinsregister-Nr. VR 706

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer:
DE224856012

Datenschutzerklärung

Bei einer Anmeldung erheben und verarbeiten wir Ihre personenbezogenen Daten nach den gesetzlichen Bestimmungen, soweit dies zur Erfüllung und Abwicklung Ihrer Anmeldung erforderlich ist. Bei der verantwortlichen Stelle handelt es sich um die Augsburger vhs, Willy-Brandt-Platz 3a, 86153 Augsburg, Tel.: 0821/50265-0, verwaltung@vhs-augsburg.de
Informationen zu Ihren Rechten (u.a. Auskunft, Berichtigung, Löschung, Beschwerderecht bei der Aufsichtsbehörde) und die vollständige Datenschutzerklärung finden Sie unter www.vhs-augsburg.de
Zusätzlich senden wir Ihnen nach Vertragsabschluss eine Abschrift unserer aktuellen Datenschutzerklärung per E-Mail oder Brief zu.