

Fit in die Herbst- / Wintersaison mit Vera Kremer

Mo, 9.9. **Laufkurs** 9 Uhr, 60 € (10 Termine),
Treffpunkt: Kasino-Eingang
Im Laufkurs für Anfänger wird ein technisch sauberer Laufstil vermittelt. Ziel ist es, nach 10 Wochen eine Strecke von 5 km mühelos und ohne Pause zu bewältigen.



Di, 10.9.

Walkingkurs 9 Uhr, 60 € (10 Termine),

Treffpunkt: Kasino-Eingang
In diesem Walkingkurs für Anfänger wird ein technisch sauberer Walkingstil vermittelt. Nach 10 Wochen werden die Walker zügig unterwegs sein. Abwechslungsreiche Strecken sind die Grundlage zur Motivationssteigerung.

Do, 26.9. **„Das kann doch nicht in die Tonne...“ Kochkurs mit Mary de Schepper**
19 Uhr, 10 €, INI-Hauptgebäude
Wer kennt das nicht? Es wurden zu viele Lebensmittel eingekauft... Was nun? Einfach mitbringen. Gemeinsam wird ein leckeres Gericht gekocht und dabei ein verantwortungsvoller Umgang mit Lebensmitteln gezeigt.

Di, 1.10.

Klima 2.0 Was kommt? Was tun?

Vortrag von Dr. Udo Engelhardt
19 Uhr, Eintritt frei, Kasino
Lippstadt erlebt wie jede andere Stadt in NRW die Folgen der Klimaveränderungen: Starkregen im Juni 2018, Hitzesommer, Ernteausfälle, Wassernotstand.



Der Meeresbiologe Dr. Udo Engelhardt und Scientist for Future beschreibt wissenschaftlich fundiert die aktuelle Klimasituation.

Die Bürgerinitiative „Lippstadt for Future“ und die BUND-Gruppe Lippstadt/Erwitte laden in Kooperation mit **INform** alle Bürger*innen und alle Entscheidungsträger*innen in Politik und Verwaltung der Stadt Lippstadt zu diesem Vortrag ein. Die im Juli vom Rat der Stadt Lippstadt beschlossene Ausrufung des Klimanotstands darf kein reiner Symbolakt bleiben. Vielmehr müssen nun konkrete Maßnahmen auf den Weg gebracht werden.

Fr, 8.11.

Bücherabend mit Eva Egner

19 Uhr, Eintritt frei, Kasino
Eva Egner stellt Buchneuheiten und Lieblingsbücher vor.

Für alle die gerne lesen!

So, 10.11. Lippstadt singt Herbstlieder

mit Regina Rothenbusch

14.30 Uhr, Eintritt frei, Kasino
Herbst- und Erntedanklieder kennt jeder, doch kaum jemand kann sie tatsächlich bis zum Ende mitsingen: Das lässt sich ändern!

Fr, 15.11. Torge Wendt in Grüner Mission - 100% erneuerbare Energie möglich!

19 Uhr, Eintritt frei, Kasino



Das Nordgröön-Team hat ein virtuelles Kraftwerk entwickelt, das in Echtzeit Erzeugung, Verbrauch, Volatilität und Flexibilität gegenüberstellt. Damit können gezielt die Komponenten des Kreislaufs gesteuert werden. Einer grünen Stromversorgung steht scheinbar nichts mehr im Weg. Das 100 % - Ziel könnte schnell realisiert werden, wenn der politische Wille da wäre...



Fr, 27.9. Hofführung „Gutshof Warstein“
Fr, 6.12. 16.30 Uhr, Gutshof Warstein



Der Gutshof Warstein ist ein anerkannter „Demonstrationsbetrieb ökologischer Landbau“. Bei einer Führung über den denkmalgeschützten Gutshof erfährt der Besucher vor Ort die Besonderheiten der ökologischen Landwirtschaft.



Do, 10.10. Kochkurs „Kürbis und Kartoffeln“
mit **Mary de Schepper** 19 Uhr,
10 € zzgl. Lebensmittelumlage,
INI-Hauptgebäude

Kürbis mal anders, nicht nur als Suppe - auch Risotto oder Nachtisch. Kartoffeln mal als Waffel oder oder oder...



Do, 21.11. Kochkurs „Weihnachtsmenü 2019“
mit **Ulrike Pilgrim** 19 Uhr,
10 € zzgl. Lebensmittelumlage,
INI-Hauptgebäude
Alle Jahre wieder...und doch immer anders.

Mi, 18.9. Zero Waste – Vortrag mit **Olga Witt**
19 Uhr, 5 €, Kasino

Der Vortrag handelt von den Gefahren und der Problematik, die hinter unserem Müllaufkommen stecken, das Konzept Zero Waste und handfeste Tipps, wie jeder sofort loslegen und Müll einsparen kann. Olga Witt erklärt warum ein konsumreduzierter Lebensstil wie Zero Waste alles andere als Verzicht bedeutet, sondern ein deutlicher Gewinn an Lebensqualität sein kann.



Bild: Jennifer Kiowski

Informationen / Anmeldung:
Stephanie Schoen
Tel.: 02941 / 752-163
E-Mail: inform@ini.de



INform

Weiterbildung 2019



Wir leben alle unter dem gleichen Himmel und doch haben nicht alle den gleichen Horizont.