

Mo, 9.9. **Fit in die Herbst- / Wintersaison mit Vera Kremer**
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, Ernteauffälle, 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*



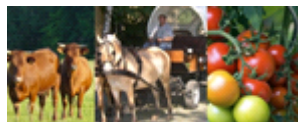
Das Nordgröön-Team hat ein virtuelles Kraftwerk entwickelt, das in Echtzeit Erzeugung, Verbrauch, Volatilität und Flexibilität gegenüberstellt. Damit können gezielt die Komponenten des Kreislaufs gesteuert werden. Einer grünen Stromversorgung steht scheinbar nichts mehr im Weg. Das 100 % - Ziel könnte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