

VERANSTALTUNGSANGEBOT

Nachhaltig Leben Lernen

Unterstützen Sie interessierte Bürger*innen dabei, ihre persönlichen Lösungen für mehr Nachhaltigkeit in ihrem Leben zu finden und mit Freude umzusetzen!

Nachhaltig Leben Lernen

DARUM GEHT ES

Viele Menschen interessieren sich für Aspekte von Nachhaltigkeit, fühlen sich allerdings überfordert und orientierungslos, wenn es um konkrete eigene Maßnahmen geht.

Unterstützen Sie mit meinen Veranstaltungen und Kampagnen interessierte Bürger*innen oder Mitarbeitenden dabei, ihre persönlichen Lösungen für mehr Nachhaltigkeit in ihrem Leben zu finden und mit Freude umzusetzen.

IHRE NACHHALTIGKEITS-MENTORIN

Ich bin Geografin, Orientierungsexpertin und Motivatorin und fühle mich diesem Planeten und dem Leben selbst tief verbunden. Ich gebe meinen Teilnehmenden Orientierung im Nachhaltigkeitsdschungel und Ideen, Übungen und Hintergrundwissen, damit sie ihren Alltag nachhaltig gestalten und sich wirkungsvoll engagieren können.

Dazu kombiniere ich Handlungswissen zu klassischen Nachhaltigkeitsthemen mit Übungen zur Persönlichkeitsentwicklung und gehe auf individuelle Fähigkeiten, Interessen und Rahmenbedingungen der Teilnehmenden ein.

SO SIND MEINE VERANSTALTUNGEN & KAMPAGNEN

- umsetzungsorientiert
- Schritt für Schritt
- gemeinsam & mit Freude
- liebevoll & schön gestaltet
- einfühlsam & menschlich
- kreativ & spielerisch
- ganzheitlich & professionell
- gut strukturiert & stimmig



Viel Spaß beim Stöbern in meinem Angebot!
Ihre Marianka Lesser

Orientierung Geben

SO SIND MEINE ORIENTIERUNGSVERANSTALTUNGEN

In meinen Orientierungsveranstaltungen gewinnen die Teilnehmenden einen Überblick über die Vielfalt der Handlungsmöglichkeiten und Basics von Effektivitätswissen zum jeweiligen Thema. In Gruppenarbeiten mit anderen Teilnehmenden entdecken sie ihre persönlichen, nachhaltigen Lösungen und erste Schritte in die Umsetzung.

In ihrem persönlichen Leitfaden notieren sie ihre wichtigsten Erkenntnisse und ihre ersten Umsetzungsschritte. Zum Abschluss erhalten sie einen Ausblick mit weiterführenden Informationsquellen zum Thema und die Möglichkeit zur Vernetzung untereinander.



VERANSTALTUNGSTHEMEN

„Klimaschutz? - Wir sind voller Lösungen!“

Wie können wir unseren CO₂-Verbrauch verringern und uns in der Gesellschaft für Klimaschutz einsetzen? – Überblick über verschiedene Fußabdruck- und Handabdruckmaßnahmen

„Artenschutz? - Wir sind voller Lösungen!“ (kommt bald)

Was können wir in unserem direkten Umfeld tun, um Artenvielfalt zu fördern, und wie können wir uns in der Gesellschaft für Artenschutz einsetzen? – Überblick über verschiedene Handlungsmöglichkeiten im eigenen Umfeld und darüber hinaus

„Energiesparen? – Kleine Maßnahmen mit großem Energiesparpotential!“

Wie können wir auf einfache Weise Energie im Haushalt sparen? – Überblick über Einstellungs- und Verhaltensänderungen zum Energiesparen sowie kleinere Investitionen (insbesondere für Mieter*innen)

*Helpen Sie Ihren Interessierten dabei,
in die Umsetzung zu gehen.*

Zum Nachdenken Anregen

SO SIND MEINE REFLEXIONSVERANSTALTUNGEN

In meinen Reflexionsveranstaltungen gewinnen die Teilnehmenden neue Sichtweisen auf übergeordnete kulturelle Themen, die unseren Umgang mit diesem Planeten und unseren Mitmenschen beeinflussen.

Nach einer Einführung in das Veranstaltungsthema tauschen sich die Teilnehmenden in Zweiergesprächen aus. Ein „Menü“ voller anregender Fragen lädt sie dazu ein, auf neue Weise über das Veranstaltungsthema nachzudenken und Handlungsideen zu entwickeln.



Zum Abschluss bündeln wir miteinander die wichtigsten Erkenntnisse der Veranstaltung und die Teilnehmenden erhalten einen Ausblick auf weiterführende Informationsquellen zum Thema.

VERANSTALTUNGSTHEMEN

„Meins – Deins – Unseres“ – Unser Verständnis von Besitz

Was macht Ihnen Freude am Teilen und welche Dinge würden Sie gerne mit anderen teilen? Was könnte sich durch eine stärkere Mentalität des Teilens in unserer Gesellschaft ändern? ... Die Teilnehmenden reflektieren das Thema „Besitz und Miteinander Teilen“ auf der persönlichen und gesellschaftlichen Ebene und sammeln konkrete Handlungsideen.

„Dein Date mit der Zeit“ – Unser Umgang mit der Zeit

Wie gehen Sie mit der Zeit um und wie zeitzufrieden fühlen Sie sich dabei? Was stellen Sie sich unter „Zeitwohlstand“ vor und wie könnte diese Art von Wohlstand Ihnen und unserer Gesellschaft guttun? ... Die Teilnehmenden reflektieren ihr eigenes Zeithandeln, erkunden verschiedene Blickwinkel auf das Thema Zeit und erhalten Impulse für einen bewussten Umgang mit der Zeit.

*Regen Sie Ihre Teilnehmenden an,
bestehende Sichtweisen zu hinterfragen.*

Die Kraft der Gruppe nutzen

SO SIND MEINE GRUPPENPROGRAMME

In meinen Gruppenprogrammen profitieren die Teilnehmenden von meiner Begleitung über einen längeren Zeitraum. Hier finden sie einen Raum, um an ihren persönlichen Nachhaltigkeitszielen strukturiert und unter Anleitung weiterzukommen.

Sie erhalten individuelle Ratschläge und Ideen, die sie bei ihren konkreten Herausforderungen weiterbringen, sowie einfache Schritt-für-Schritt-Anleitungen. Die Auswahl aller Aufgaben und Übungen ist so, dass die Teilnehmenden mit Freude lernen.



THEMEN DER GRUPPENPROGRAMME

„Nachhaltig leben“

Die Teilnehmenden erlangen strukturiert und angeleitet Wissen zu klassischen Nachhaltigkeitsthemen wie Minimalismus, nachhaltiger Konsum, Müllvermeidung, Ernährung, Energiesparen und sanfter Mobilität und setzen nach und nach Maßnahmen in ihrem Alltag um. Sie lernen, achtsamer zu leben, und üben Methoden, die ihnen helfen, ihre Nachhaltigkeitsziele zu erreichen und neue nachhaltige Gewohnheiten zu etablieren.

Weitere Informationen unter: <https://marianka-lesser.de/nachhaltig-leben/>

„Weltverbessern für Einsteiger*innen“ (kommt bald)

Die Teilnehmenden lernen, wie sie in ihrem direkten Umfeld nachhaltig Einfluss nehmen und wie sie Zukunfts-Projekte überall auf der Welt unterstützen und dabei mitmachen können. Sie testen verschiedene einfache Weltverbesser-Maßnahmen und finden heraus, worin ihr persönliches Potential zum Weltverbessern besteht.

Weitere Informationen unter: <https://marianka-lesser.de/welt-verbessern/>

*Bieten Sie Ihren Interessierten ein
Rundum-Programm zum nachhaltigen Leben.*

Ihre Region im Fokus

INDIVIDUELLE INFOABENDE "UNSERE REGION IST VOLLER LÖSUNGEN!"

Meine thematischen Infoabende inspirieren zum Nachmachen und vernetzen Interessierte aus Ihrer Region. Sie sind individuell gestaltet mit guten Beispielen aus Ihrer Region und Ihren Nachbarregionen, die wir gemeinsam zusammentragen.

Engagierte aus Ihrer Region stellen ihre guten Beispiele in Kurzbeiträgen selber vor. Sie werden von mir beim Erstellen ihrer Kurzvorträge unterstützt und ich übernehme die Moderation der Veranstaltung inklusive Fragerunde zum Abschluss.

Themen können z.B. sein: Naturprojekte im Dorf Umsetzen oder Nachbarschaftsprojekte Umsetzen. Weitere Themen auf Anfrage.



KAMPAGNEN - MEHR MENSCHEN FÜR IHRE GUTE SACHE BEGEISTERN

Mit meinen regionsspezifischen Kampagnenkonzepten holen Sie Ihre Zielgruppe dort ab, wo sie aktuell steht, und erreichen und bewegen sie auf der Verstandes- und der Gefühlsebene. So erzielt Ihre Sensibilisierungskampagne Wirkung.

Meine Kampagnen vermitteln auf einfache, liebevolle und spielerische Weise Handlungs- und Effektivitätswissen zu Ihrem Nachhaltigkeitsthema. Mit Hilfe psychologischer und kreativer Methoden unterstützen sie Ihre Bürger*innen beim Umsetzen nachhaltiger Lebensstile. Um die Reichweite Ihrer Sensibilisierungskampagne zu erhöhen, bauen wir selbstverstärkende Effekte und Multiplikatoreffekte in das Kampagnenkonzept ein.

Ich erstelle für Ihre Region ein individuelles Konzept für eine wirkungsvolle Sensibilisierungskampagne zu einem Nachhaltigkeitsthema Ihrer Wahl.

*Lassen Sie uns individuelle Potentiale
Ihrer Region nutzen.*

Unsere Zusammenarbeit

SO KÖNNEN SIE MIT MIR ARBEITEN

- Alle Veranstaltungen biete ich wahlweise als Online-Veranstaltung oder als Vor-Ort-Veranstaltung an. Die Gruppenprogramme biete ich als Live-Online-Format an.
- Vereinbaren Sie Ihr kostenfreies Erstgespräch und senden Sie mir Ihre unverbindliche Anfrage per E-Mail an info@marianka-lesser.de.
- Im Erstgespräch beantworte ich Ihre Fragen und wir überlegen gemeinsam, welche Veranstaltung(en) zu Ihrer Zielgruppe am besten passen. Wir sprechen auch über Ihr Budget und meine Honorarvorstellungen.



*Ich freue mich auf Ihre Anfrage.
Ihre Marianka Lesser*

IMPRESSUM

Marianka Lesser
Charlottenstr. 14
52070 Aachen

info@marianka-lesser.de
<https://marianka-lesser.de/>

Umsatzsteuer ID: DE353399208

BILDER

Fotos von mir: Claudia Fahlbusch,
<https://www.die-fotografin-aachen.de/>
Weitere Fotos: pixabay & pexels