

Mehr Sein als Haben

**Psychische Ressourcen stärken für
ein nachhaltiges Leben**

Prof. Dr. Marcel Hunecke, Dortmund

Dienstag, 11. März 2014, 19.30 Uhr

Haus Sankt Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg

Eintritt 5 €, ermäßigt 3 €



**für ein
zukunftsfähiges
Augsburg**

Was tun? Vortragsreihe 2014

Was tun?

Mehr Sein als Haben

Geld und Konsum machen nicht glücklich; aber sie beruhigen.

Doch: Effizienzdruck, Produktvielfalt und Qual der Auswahl führen zu Stressbelastungen und erweisen sich zunehmend als Risikofaktoren für die Gesundheit. Was hilft?

„Mehr Sein als Haben“, sagt Marcel Hunecke. Er setzt auf die Förderung der sechs psychischen Ressourcen Genussfähigkeit, Selbstakzeptanz, Selbstwirksamkeit, Achtsamkeit, Sinnkonstruktion und Solidarität, die zur Steigerung der individuellen Lebenszufriedenheit beitragen und damit als Widerstandskräfte gegen Konsumzwänge dienen können. Er zeigt zentrale Wege auf, wie Menschen heute zu einem nachhaltigen Lebensstil befähigt werden können.

Augsburger Antwort: Wolfgang Bauhofer, Dipl.-Psychologe,
Akademie für Lehrerfortbildung und Personalführung, Dillingen



Prof. Dr. Marcel Hunecke ist Umweltpsychologe und Nachhaltigkeitswissenschaftler an der FH Dortmund. Er hat jüngst das Buch „Psychologie der Nachhaltigkeit – Psychische Ressourcen für Postwachstumsgesellschaften“ veröffentlicht.

Eine Veranstaltung der Ag Bildung und Nachhaltigkeit im Rahmen der Lokalen Agenda 21 für ein zukunftsfähiges Augsburg



Nähere Informationen: Geschäftsstelle Lokale Agenda 21, Stadt Augsburg,
Tel. 0821.324-7325, E-Mail: agenda@augzburg.de, www.nachhaltigkeit.augszburg.de

Nächster Termin: Gutes Leben ermöglichen – Politik für mehr Suffizienz
Prof. Dr. Angelika Zahrnt, Neckargemünd, Dienstag, 17. Juni 2014, 19.30 Uhr
Ort: Haus Sankt Ulrich, Augsburg

Gutes Leben ermöglichen

Politik für mehr Suffizienz

Prof. Dr. Angelika Zahrnt,
Neckargemünd

Dienstag, 17. Juni 2014, 19.30 Uhr

Haus Sankt Ulrich, Kappelberg 1, Augsburg

Eintritt 5 €, ermäßigt 3 €



für ein
zukunftsfähiges
Augsburg

Was tun? Vortragsreihe 2014

Was tun?

Gutes Leben ermöglichen

Den Energie- und Ressourcenverbrauch senken - ganz Deutschland will es und Augsburg auch. Die Handlungsfelder sind bekannt: Mobilität, Wohnen, Ernährung, Wirtschaften. Doch die bisherigen Steigerungen der Effizienz und die Bemühungen Einzelner um einen nachhaltigen Lebensstil reichen nicht aus – notwendig ist auch eine Politik der Suffizienz, die einen ressourcenarmen und beziehungsreichen Lebensstil einfacher macht.

Was sind die Eckpunkte einer solchen Suffizienzpolitik? Welche Rahmenbedingungen und Orientierungen ermöglichen eine Abkehr vom bisherigen Motto des „weiter, schneller, mehr“ - von der Wachstumspolitik auf der Bundesebene bis zur Entschleunigung im privaten Leben? Wie müsste eine städtische Politik für ein gutes Leben aussehen?

Augsburger Antwort: Wirtschaftsreferent/in Stadt Augsburg



Prof. Dr. Angelika Zahrnt, Volkswirtschaftlerin, ist Ehrenvorsitzende des BUND Deutschland und war lange Mitglied im Rat für Nachhaltige Entwicklung der Bundesregierung. Zusammen mit Uwe Schneidewind (Präsident Wuppertal Institut) veröffentlichte sie jüngst „Damit gutes Leben einfacher wird. Perspektiven einer Suffizienzpolitik“.



Eine Veranstaltung der Ag Bildung und Nachhaltigkeit, unterstützt vom Ak Unternehmerische Verantwortung – im Rahmen der Lokalen Agenda 21 für ein zukunftsfähiges Augsburg

Nähere Informationen: Geschäftsstelle Lokale Agenda 21, Stadt Augsburg,
Tel. 0821.324-7325, E-Mail: agenda@augzburg.de, www.nachhaltigkeit.augszburg.de

(Nächster Termin: Oktober 2014 zum Internationalen Tag der Welternährung)