Der Klimawandel lässt uns nicht kalt

Gesundheitswochen 2025

März – Juli 2025

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

der Klimawandel betrifft uns alle – und seine Auswirkungen auf unsere Gesundheit sind auch in unserer Stadt spürbar. Gleichzeitig zeigt sich, dass klimafreundliches Handeln oft auch unserer Gesundheit zugutekommt: sei es durch eine bessere Luftqualität, mehr Bewegung im Alltag oder die Stärkung regionaler und nachhaltiger Ernährung.

*Unter dem Titel **„Der Klimawandel lässt uns nicht kalt“** kommen engagierte Menschen zusammen, um eines der drängendsten Themen unserer Zeit zu diskutieren: Wie wirkt sich der Klimawandel auf unsere Gesundheit aus – und was können wir gemeinsam tun, um sowohl unser Klima als auch unser Wohlergehen zu schützen?*

Diese Zusammenhänge stehen im Fokus der Gesundheitswochen 2025. Sie bringen Expertinnen und Experten aus Wissenschaft, Medizin, Politik und Zivilgesellschaft zusammen und bieten Raum für den Austausch von Ideen und Lösungsansätzen. Ich freue mich, wie unsere Stadt sich aktiv mit diesem wichtigen Thema auseinandersetzt und Impulse für eine nachhaltige und gesunde Zukunft gibt.

Ich wünsche Ihnen inspirierende Veranstaltungen und viele wertvolle Impulse!

Ihr Eckart Boege
Bürgermeister der Stadt Ahrensburg

Der Klimawandel lässt uns nicht kalt – Wie bleiben wir trotzdem gesund und fit?

Gesundheit und Wohlbefinden zählen zu unseren Grundbedürfnissen. Diese werden unter anderem durch den Klimawandel auf die Probe gestellt. Auf verschiedenen Ebenen werden wir mit Herausforderungen konfrontiert. Wie gehen wir mit extremen Wetterbedingungen, wie beispielsweise Hitzewellen um? Was hilft uns trotz Angst, Wut oder Ohnmacht aktiv zu werden? Wie schützen wir uns vor mehr Allergien und der Ausbreitung von neuen Krankheiten?

Wie können wir dennoch gesund leben und arbeiten?

Die Veranstaltungsreihe „Gesundheitswochen 2025“ läd mit Vorträgen, einer Lesung, einer Begleitausstellung und einem Fotowettbewerb sowie Exkursionen und Kursen ein, sich zu informieren, miteinander ins Gespräch zu kommen und Gestaltungsspielräume kennenzulernen.

Antworten auf diese Fragen, konkrete Pläne des Kreises Stormarn sowie ein gemeinsamer Austausch helfen und schaffen Sicherheit.

Vortrag

Mitten im Klimawandel: Gesund leben und arbeiten im Kreis Stormarn

13.03.2025, 18 Uhr,
Stadtbücherei, Manfred-Samusch-Str.3

Der Klimawandel ist unumstritten und die Folgen sind schon jetzt spürbar. In diesem Vortrag gibt die Klimaanpassungsmanagerin Sarah Hartwig Einblicke in Maßnahmen und Pläne des Kreises, um die gesundheitlichen Folgen des Klimawandels zu mindern. Der Verein „Wir bauen Zukunft“ stellt Ideen für ein gesundes Leben und Arbeiten in einer sich verändernden Welt vor, die zur Zukunftsfitness beitragen. Beide Perspektiven zielen darauf ab, resilient Herausforderungen bewältigen zu können.

Sarah Hartwig, Kreis Stormarn, Klimaanpassungsmanagerin
Simon Steiner und Johannes Comeau Milke, Wir bauen Zukunft

Wie trotzen wir der Hitze? Hitze – eine unterschätzte Gefahr

17.03.2025, 18 Uhr,
Stadtbücherei, Manfred-Samusch-Str.3

Meistens verbinden wir mit sonnigen Sommertagen die Idee von Strandurlaub und Badevergnügen. Dabei übersehen wir oft, dass der stetige Temperaturanstieg ein Produkt des Klimawandels ist, das uns auch im Alltag betrifft. Denn längere Hitzeperioden und tropische Nächte belasten unsere Gesundheit und klingen nur in Romanen romantisch. Besonders ältere oder kranke Menschen wie auch Kinderleiden oftmals unter der Hitze. Im Vortrag erfahren wir, wie die Hitze unsere Gesundheit belastet. Wir erfahren, wie Menschen in heißen Ländern damit umgehen und was wir selber im Haus, Garten oder auf dem Balkon tun können.

Beate Oedekoven, Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein

Vortrag

Vom guten Umgang mit Klimagefühlen

27.03.2025, 18 Uhr,
vhs Ahrensburg, Bahnhofstr. 24

Der Klimawandel und der Biodiversitätsverlust lösen unterschiedliche Gefühle in uns aus: Angst, Wut, Scham und zeigen sich in Verunsicherungen, Hoffnungslosigkeit und Aktionismus.

Über den Austausch werden gemeinsam Ideen entwickelt, wie es gelingt gut mit diesen Gefühlen umgehen zu können.

Was können wir tun, damit die Sorgen um die Zukunft uns nicht lähmen und wir in ihnen gefangen bleiben? Was kann uns auch angesichts all der Anforderungen Zuversicht und Lebensfreude geben?

Claritta Martin, Psychologists 4 future

Klimawandel – immer mehr neue Allergien und Krankheiten?

03.04.2025, 18 Uhr,
Stadtbücherei, Manfred-Samusch-Str.3

Die Ausbreitung invasiver Pflanzen, die Verdrängung heimischer Arten und längere Blühzeiten vieler Pflanzen begünstigen das Allergiepotenzial für uns Menschen. Bereits heute ist ein Anstieg von Allergien zu verzeichnen.

Zusätzlich wird die Ausbreitung von Mücken oder Zecken durch stetig wärmer werdende Winter begünstigt.

Der Vortrag beantwortet Fragen, welche Personengruppen betroffen und welche vorbeugenden Maßnahmen besonders geeignet sind.

PD Dr. med. Christian Herzmann, Kreis Stormarn, Leitung Gesundheitsaufsicht, Gesundheitsamt

Lesung

„Klima im Kopf“ – Lesung mit Katharina van Bronswijk

10.04.2025, 19 Uhr,
Stadtbücherei Ahrensburg, Manfred- Samusch-Str. 3

Wir begegnen der ökologischen Krise mit einem ganzen Bündel an Emotionen – und das ist gut so, sagt die Psychotherapeutin Katharina van Bronswijk in ihrem Buch „Klima im Kopf“. Angst, Trauer und Wut sind gesunde Reaktionen auf essenzielle Bedrohungen wie Klimawandel und Massenaussterben. Wir brauchen sie, um Motivation für Veränderung zu entwickeln und gesellschaftliche Normen zu hinterfragen. Empathisch und facettenreich beleuchtet sie die Wechselwirkungen zwischen Individuum und Gesellschaft.

Ein Buch, das zuhört, hilft und dafür plädiert, Emotionen nicht aus der Debatte um Umweltkrisen herauszuhalten, sondern ihre Kraft für Transformation zu nutzen.

Ausstellung mit Veranstaltung

Gemeinsam fürs Klima aktiv werden – Klimaschutzideen zum Nachmachen

10.03. – 07.04.2025

vhs Ahrensburg, Bahnhofstr. 24
Mo – Fr, 8 – 18 Uhr

Initiative bewirk,
Heinrich-Böll-Stiftung Schleswig-Holstein

Gemeinsam aktiv fürs Klima – Ideensession

07.04.2025, 18 Uhr,
vhs Ahrensburg, Bahnhofstr. 24

Ob im Bereich Konsum, Ernährung, biologischer Klimaschutz, Energie, Wärme oder Mobilität – in allen Bereichen ist Engagement möglich.

Mit guten Beispiel-Aktionen aus Schleswig-Holstein werden Möglichkeiten zum Nachmachen aufgezeigt: Von nachbarschaftlichen Solarberatungen und Selbstbau-Initiativen über kostenlose Lastenräder, Tiny Forests bis hin zu Erntehilfen auf öffentlichen Streuobstwiesen ist vieles schon entstanden.

Den Interessen der Gruppe entsprechend werden erste Schritte für eigene Klimaschutzaktionen geplant. Über das bestehende Netzwerk von bewirk können Teilnehmende Kontakte zu anderen Macher*innen knüpfen. Nach dem Kurs unterstützt bewirk beratend bei den ersten Umsetzungsschritten.

Felicia Hofstätter, bewirk – Gemeinsam fürs Klima.

Fotowettbewerb

„Mein schöner grüner Schattenplatz“ Fotowettbewerb

Wir brauchen Schattenplätze, die Kühle bringen und an denen wir uns gerne aufhalten.

Gesucht sind Orte im Kreis Stormarn, die sich gut für eine Abkühlung an sehr warmen Tagen eignen und alles aufweisen, was einen beliebten schattigen Platz auszeichnet.

Machen Sie Fotos und schicken Sie diese bis zum 30.08.2025 an info@vhs-ahrensburg.de.

Die Fotos werden 2026 in der vhs Ahrensburg zum 75-jährigen Jubiläum ausgestellt und die besten 3 prämiert.

vhs-Kurse

19.02.2025 **Photovoltaik – Energie der Zukunft**
Kurs: 251-11611

11.03.2025 **Welche Heizung ist die richtige für mein Haus?**
Kurs: 251-11605

13.03.2025 **Besuch beim Deutschen Klimarechenzentrum in Hamburg**
Kurs: 251-11090

08.04.2025 **So klappt es mit der Wärmepumpe**
Kurs: 251-11606

09.04.2025 **Klima-Futter: Mit dem Essen etwas für das Klima und die Gesundheit tun!**
Kurs: 251-30515

24.04.2025 **Gut Karlshöhe kennenlernen**
Kurs: 251-11004

13.05.2025 **Solarstrom vom Balkon und der Terrasse**
Kurs: 251-11607

28.06.2025 **Upcycling – Nähworkshop**
Kurs: 251-20952

02.07.2025 **Klima-Futter: Mit dem Essen etwas für das Klima und die Gesundheit tun!**
Kurs: 251-30516

19.07.2025 **Streetfood für den Sommer aus der indischen Küche**
Kurs: 251-30512

Veranstalter*innen:

Stadt Ahrensburg

KREIS STORMARN

vhs Volkshochschule Ahrensburg

KLIMA DIALOG AHRENSBURG

Stadtbücherei Ahrensburg

Kooperationspartner*innen:

WIR BAUEN ZUKUNFT

verbraucherzentrale Schleswig-Holstein

bewirk Gemeinsam fürs Klima.

PSYCHOLOGISTS 4 FUTURE Hamburg

PSYCHOTHERAPISTS 4 FUTURE Hamburg