

## UPCYCLING, KREATIVITÄT UND UMWELTSCHUTZ

Upcycling beschreibt den Vorgang, bei dem aus wertlos erscheinenden Abfallmaterialien erneut hochwertige Produkte entstehen – allein durch handwerklich-kreatives Arbeiten. Upcycle-Produkte reflektieren drei wichtige Trends unserer Zeit: Design, Umweltverantwortung und Individualität.

### Treffpunkt Kreativ-Werkstatt ... kreativ sein und gleichzeitig den eigenen sog. Ökologischen Fußabdruck verkleinern:

#### Upcycle: Verwandlung alter Herren-Hemden

Gudrun Weber

Frauen\* im Herrenhemd? Das ist uns nicht nur aus romantischen Filmen bekannt. Wir lieben es auch, mini knapp oder schwungvoll verlängert, als „freches“ Kleid. Die Schnitt-Direktrice zeigt Ihnen, wie Sie aus dem ausrangierten Herrenhemd ein für ihre Figur perfekt sitzendes Kleid zaubern können. Sie erwerben Grundkenntnisse im Umsetzen von Designideen mit Kreide und Maßband und fertigen auf körpereigenes Maß. Für eine Tunika (ca. 70 cm Länge) werden 1 Herrenhemd, für ein Kleid (ca. 90 cm Länge) werden 2 Herrenhemden bzw. 1 Herrenhemd und passender Stoff benötigt. Material (Vlieseline, Knöpfe, Bänder etc.) werden nach Verbrauch berechnet.

Bitte mitbringen: Herrenhemd(en) und ggf. passende Stoffe, Nähutensilien inkl. Maßband sowie Schneiderkreide/Seifenreste zum Markieren; wenn vorhanden: Kurvenlineal, Knöpfe.

Termine „Hemdblusenkleid oder Tunika“

**Samstag, 11.02.23, 10.00 – 13.00 Uhr und/oder**

**Samstag, 11.02.23, 13.30 – 16.30 Uhr,**

**vhs Bruckmühl**

#### Wir zaubern Flecke und Löcher weg!

Ida Prosser

Sie erlernen die Reverse-Applikation-Technik und erhalten Tipps und Tricks zum „Stopfen“ von Löchern und Rissen.

**Dienstag, 29.11.22, 18.30 – 21.30 Uhr, vhs Bruckmühl**

#### Upcycle: Wachstücher – die Alternative zur Plastikfolie!?

Ida Prosser

**Dienstag, 13.12.22, 19.30 – 21.30 Uhr, vhs Bruckmühl**

#### UfOs: Unfertige Näh-Objekte vollenden statt einfach neu kaufen

Elisabeth Luxi

Die sogenannten UfOs sind all die unfertigen Objekte, die sich auch bei Nähaktivitäten immer mal wieder in der Schublade sammeln. Sie haben die Gelegenheit, diese unter fachkundiger Anleitung zu ändern, zu flicken und zu vollenden.

Bitte mitbringen: Unfertiges Näh-Objekt, Stoffschere und benötigte Nähutensilien, (wenn vorhanden) Schnittpapier.

**Samstag, 22.10.22, 10.00 – 13.00 Uhr,**

**Samstag, 22.10.22, 13.30 – 16.30 Uhr,**

**Samstag, 28.01.23, 10.00 – 13.00 Uhr und /oder**

**Samstag, 28.01.23, 13.30 – 16.30 Uhr**

**vhs Bruckmühl**

## LERNE VON DER GESCHWINDIGKEIT DER NATUR: IHR GEHEIMNIS IST GEDULD

Ralph Waldo Emerson



#### PATCHWORK

ist ein traditionelles Kunsthandwerk. Das klingt für manch einen nach verstaubten Quilts oder farblosen Flickernmustern. Doch entspricht nicht der Wahrheit: Modernes Patchwork ist farbenfroh, jung und kreativ. Textilkünstler auf der ganzen Welt zeigen es, ob Blockhaus oder Kaleidoskop. Lassen Sie sich inspirieren und fertigen Individuelles, ob aus Stoffresten, Neukäufen oder im Mix von beidem.

#### Patchwork – Moderne Textilarbeiten ...

Ida Prosser

Wer gerne näht oder es lernen möchte, kann an diesem Werkstatttag ausprobieren, was Patchwork a u c h sein kann: Lust auf Farben, Mut zum freien Schneiden, Spontantät und die Freude an einem überraschenden Ergebnis! Die Dozentin stellt ihre Stoffpalette zur Verfügung und Sie können nach Herzenslust drauf los nähen. Mit Tipps und Tricks entsteht z. B. ein moderner Quilt für die Wand, der auch weiterverarbeitet werden kann zu Kissen, Tasche oder Decke.

**Samstag, 12.11.22, 10.00 – 13.00 Uhr,**

**Samstag, 12.11.22, 13.30 – 16.30 Uhr,**

**Samstag, 21.01.23, 10.00 – 13.00 Uhr und/oder**

**Samstag, 21.01.23, 13.30 – 16.30 Uhr**

**vhs Bruckmühl**

#### Workshop Änderungsschneiderei

Anita Weiß

Ob länger oder kürzer, enger oder weiter, ob ein Riss, Loch, Knöpfe oder Taschen, ob bunter, peppiger, lustiger oder klassischer - alles kann geändert werden! Willkommen sind Lieblingsteile, Flohmarktschnäppchen, Ererbtes und Wieder-Entdecktes, zu Kleines und zu Großes - wir werden viel Spaß dabei haben, alles in neue Form und Farbe zu bringen!

**Samstag, 19.11.22, 09.00 – 13.00 Uhr,**

**vhs Kolbermoor**

#### Waschmittel & Co. – einfach gemacht und gut für die Umwelt

Christiane Mayrl

Waschmittel, Weichspüler und WC-Haushaltsreiniger selbst zu machen hat viele Vorteile und ist einfach zu bewerkstelligen. Mit einfachsten Mitteln lassen sich diese Produkte zu einem Bruchteil der Kosten herstellen. Es ist günstiger, gesünder und umweltfreundlicher.

**Mittwoch, 23.11.22, 18.00 – 21.00 Uhr,**

**vhs Kolbermoor**

#### Seifen sieden – leicht gemacht!

Christiane Mayrl

Seife sieden ist eine kleine Kunst und ein altes Handwerk, das Jeder erlernen kann. Durch das Vermischen von pflanzlichen Ölen und einer Lauge entsteht in einem chemischen Prozess eine eigene Seifencreation.

**Mittwoch, 16.11.22, 18.00 – 21.00 Uhr,**

**vhs Kolbermoor**



**vhs Bruckmühl e. V.**  
Rathausplatz 1  
83052 Bruckmühl  
Telefon 08062 70570  
Fax 08062 705720  
info@vhs-bruckmuehl.de  
www.vhs-bruckmuehl.de

#### Öffnungszeiten

Montag, Dienstag, Freitag  
09.00 – 12.00 Uhr  
Mittwoch geschlossen  
Donnerstag 09.00 – 12.00 Uhr  
und 16.00 – 19.00 Uhr

#### vhs Kolbermoor

Rathausplatz 1  
83059 Kolbermoor  
Telefon 08031 98338  
info@vhs-kolbermoor.de  
www.vhs-kolbermoor.de

#### Öffnungszeiten

Montag – Mittwoch 09.00 – 12.30 Uhr  
und Donnerstag 14.00 – 18.00 Uhr

Alle Kurse finden Sie  
im neuen Programmheft  
und im Internet.



vhs-bruckmuehl.de  
vhs-kolbermoor.de



# NAT ÜRL ICH

ÖKOLOGIE · LEBENSRAUME · KLIMA

Themenschwerpunkte der  
Volkshochschulen  
Kolbermoor und Bruckmühl  
Herbst/Winter 2022/23





**WIR SIND NICHT NUR VERANTWORTLICH FÜR DAS, WAS WIR TUN, SONDERN AUCH FÜR DAS, WAS WIR NICHT TUN.**

MOLIÈRE

## FAHRRAD

### E-Bike Sicherheitstraining für Senioren

Mit Maximilian Heinritzi  
Samstag, 24.09.22, 10.00 – 13.00 Uhr,  
vhs Kolbermoor  
Samstag, 15.10.22, 14.00 – 17.00 Uhr,  
vhs Bruckmühl

### Fahrrad reparieren und winterfest machen

Team Radl Meier  
2x: Montag, 24.10. und 21.11.22,  
je 18.15 – 20.45 Uhr, vhs Bruckmühl

### „Selbst ist die Frau“

Felix Weese  
Donnerstag, 20.10.22, 18.15 – 20.15 Uhr,  
vhs Kolbermoor

### Mit dem Radl auf Kul-Tour durch unsere Gemeinde

Mit Franz X. Heinritzi  
Freitag, 30.09.22, 13.00 – 17.00 Uhr,  
vhs Bruckmühl

### Bolivien – Chile: 3.000 km Anden – Lagunen, Meer und mehr! Radabenteuer im Herzen Südamerikas

Vortrag mit Wolfgang Büttner  
Donnerstag, 17.11.22, 19.30 Uhr,  
vhs Kolbermoor

### Cuba – Radabenteuer auf der „Roten Insel“

Lichtbildervortrag mit Helmut Göpfert  
Donnerstag, 26.01.23, 19.30 Uhr,  
vhs Kolbermoor

## Exkursion: Wasser für die Stadt München – um jeden Preis?

Josef Hatzl

Es kommen 75 Prozent des Münchner Trinkwasser aus dem Mangfalltal bei Thalham. Mitte des 19. Jahrhunderts war Thalham ein aufstrebender Ort. Mit der Ableitung des Trinkwassers wurde dem Ort buchstäblich das Wasser abgegraben und mit Beginn des 20. Jahrhunderts wurde Unterthalham schrittweise entsiedelt. Wo früher Fabriken, Sägewerke, Wirtschaften und Läden standen, findet man heute grüne Wiesen und Wälder. Die etwa einstündige Wanderung führt Sie an die verlassenen Grundstücke und zurück in die Zeit des verlassenen Ortes. Mit Bildmaterial veranschaulicht der Heimatführer den damals so belebten Ort.  
Sonntag, 16.10.22, 14.00 – 15.30 Uhr,  
vhs Bruckmühl

## Fahrradtour durch das Naturschutzgebiet Kalten

Mit Klaus Dehler, Kooperation BN Kolbermoor  
Das Naturschutzgebiet „Kalten“ bei Kolbermoor ist geprägt durch seggen- und binsenreiche Nasswiesen, Sümpfe, Auwälder und einem noch frei fließenden Kleinfluss. Dadurch ist es Rückzugsgebiet für seltene, feuchteliebende Pflanzen und Tiere.  
Samstag, 29.10.22, 14.00 – 17.00 Uhr,  
vhs Kolbermoor

## Neue Garten-Gestaltung

Vortrag mit Ulrike Windsperger  
Mit akzentuierten Bereichen, mit Hoch- oder Hügelbeeten, Schlüsselloch- und Mandalabeeten, und Vielem mehr.  
Donnerstag, 13.10.22, 19.30 Uhr, vhs Kolbermoor

## LandART

Mit Alexandra Luciani  
„In den Wäldern sind Dinge, über die nachzudenken man jahrelang im Moos liegen könnte“ (Franz Kafka)  
Dieser Kurs richtet sich an künstlerisch interessierte und naturverbundene Menschen, die LandArt als Kunstrichtung kennenlernen und ihre kreativen Fähigkeiten ausbauen möchten.  
Natur im Herbst gestalten: Samstag, 15.10.22,  
Natur im Winter gestalten: Samstag, 14.01.23,  
je 10.00 – 16.00 Uhr, vhs Kolbermoor

## NATUR KENNEN LERNEN

### Orientierung am Sternenhimmel – Sterne entdecken ganz einfach

Oliver Winkler, Andre Motscha  
Samstag, 26.11.22, 17.00 – 20.00 Uhr,  
vhs Bruckmühl

### Der Weltraum vor unserer Haustür – unser astronomischer Vorgarten

Oliver Winkler, Andre Motscha  
Samstag, 28.01.23, 17.00 – 20.00 Uhr,  
vhs Bruckmühl

### @ Der Sternenhimmel im Herbst

Dr. Michael A. Rappenglück, M. A.  
Freitag, 14.10.22, 20.00 Uhr, vhs Kolbermoor

### @ Der Sternenhimmel im Winter

Dr. Michael A. Rappenglück, M. A.  
Freitag, 02.12.22, 19.00 Uhr, vhs Kolbermoor

### @ Planetenreigen Mars, Jupiter, Saturn, Uranus, Neptun sowie Pluto und Eris

Dr. Michael A. Rappenglück, M. A.  
Freitag, 18.11.22, 19.00 Uhr, vhs Kolbermoor

### @ Mars, der kleine Bruder der Erde? Marsopposition am 08.12.22

Dr. Michael A. Rappenglück, M. A.  
Donnerstag, 08.12.22, 19.00 Uhr, vhs Kolbermoor

## Streifzüge entlang unserer Gewässer

Vortrag von Horst Bamikel  
Im Vortrag wird Interessantes und Wissenswertes über die Lebensräume an unseren Bächen, Flüssen und Seen berichtet und Informationen zu Umweltkonflikten und zur Freizeitnutzung gegeben.  
Donnerstag, 24.11.22, 19.30 Uhr, vhs Kolbermoor

## NATUR, MENSCH UND KLIMA SCHÜTZEN

### Besichtigung BioHof Schlarb bei Kolbermoor

Den Boden schützen und verbessern, dies ist die Philosophie der Bioland-Bauern.  
Mittwoch, 21.09.22, 17.00 Uhr, vhs Kolbermoor

### @ Energiewende kann jetzt jede\*r – Balkonkraftwerk

Online-Vortrag mit Andreas Weischer  
Mit dem Balkonkraftwerk gegen den Klimawandel. Vorgestellt wird der komplette Ablauf zur Installation von ersten Überlegungen über die Materialbeschaffung, Installation, Inbetriebnahme bis hin zur Finanzierung  
Dienstag, 11.10.22, 19.30 Uhr, vhs Kolbermoor

### Radioaktivität – Was ist das? Wo liegen Nutzen und Gefahren?

Vortrag mit Dieter Fuchs  
Dienstag, 18.10.22, 19.30 Uhr, vhs Kolbermoor

### Exkursion Geothermie und TinyHouse

Kooperation Klimaschutzmanagement Kolbermoor  
Besichtigt wird die Geothermie-Anlage Grünwald, welche die Wärme aus über 4.000 Metern Tiefe zur Wärme- und Stromerzeugung einsetzt. Im Anschluss geht es zum Privat-Projekt „TinyPopUp“ in Pullach, mit Themen von Urban Gardening über Kreislaufdenken bis hin zu einem ressourcenschonenden Lebensstil.  
Freitag, 28.10.22, 12.00 – 18.30 Uhr,  
vhs Kolbermoor

### Filmvorführung: „Sweatshop: deadly fashion“

Drei junge norwegische Modeblogger erfahren einen Monat lang den harten Alltag von kambodschanischen Näherinnen in Phnom Penh am eigenen Leib. Nach weltweiten Schlagzeilen, über eine Million Klicks und zahlreichen Anfragen, entschloss sich Regisseur Joakim Kleven, einen einstündigen Dokumentarfilm daraus zu machen.  
Montag, 24.10.22, 19.30 Uhr, vhs Kolbermoor

### Filmvorführung: Der Waldmacher

1981 kommt der Australier Tony Rinaudo als junger Agrarwissenschaftler in den Niger, um die wachsende Ausbreitung der Wüsten und das Elend der Bevölkerung zu bekämpfen. Oscar®-Gewinner Volker Schlöndorff widmet diesen Dokumentarfilm dem Lebenswerk von Tony Rinaudo, der seit Jahrzehnten gemeinsam mit afrikanischen Bauern eine simple Schnitttechnik praktiziert und verbreitet und 2018 dafür mit dem Alternativen Nobelpreis geehrt wurde.  
Montag, 30.01.23, 19.30 Uhr, vhs Kolbermoor

## ÖKOLOGISCHER FUSSABDRUCK – ZERO WASTE

„Going Zero Waste“ beschreibt einen Trend, der Müll möglichst ganz vermeiden bzw. stark reduzieren möchte.

### Arbeitskreis „Zero waste“: Ressourcen schonen, Müll vermeiden, ...

Stefanie Kiebling  
Die Journalistin, bekannt u. A. aus der Dokumentation „Galileo – Das große Plastik-Experiment“ und Autorin des Blogs www.zerowastefamilie.de setzt mit Ihnen gemeinsam die Mülltonne auf Diät! Denn ihr ressourcenschonendes Motto: Müll, Plastik und daraus resultierende Schadstoffe vermeiden lernen. Als dreifache Mutter hat sie viele Tipps und Tricks parat, wie man Müll vermeiden kann, ohne dass es insgesamt aufwendig oder immens teuer wird. Jedes Treffen hat ein Schwerpunktthema, Challenges und die nötige Zeit für Austausch von Adressen, Erfahrungen und weitere gute Ideen, die in puncto Zero Waste weiterhelfen.  
Termine: 21.10./18.11.22/03.02.23.  
3x freitags, ab 21.10.22, 18.00 – 20.00 Uhr,  
vhs Bruckmühl

### → Reparatur-Café

in Kooperation mit der vhs Bruckmühl  
15.10.22, 13.00 – 18.00 Uhr

### → Saatgutbörse

in Kooperation mit der vhs Bruckmühl  
15.10.22, 13.00 – 18.00 Uhr

### → Zero-Waste-Challenge „Obstbäume“: Obstbäume erkennen – gelbe Bänder setzen – ohne Mundraub ernten dürfen

Wer macht mit? Bitte melden unter  
Telefon 08062 70570, vhs Bruckmühl

**UMWELT-SCHUTZ IST NACHWELT-SCHUTZ**

RICHARD VON WEISZÄCKER

