

### MÜNDLICHE SPRACHMITTLUNG

Vorbereitungszeit: 4 Minuten

Sprechzeit: 2-3 Minuten

Stellen Sie sich vor, Ihr/e Prüfungspartner/in versucht, nachhaltiger zu leben, hat aber wenig Erfahrung damit. Sie haben dieses Informationsblatt von einem Seminar gefunden. Erzählen Sie ihm/ihr, was auf dem Informationsblatt steht.

## NACHHALTIG LEBEN SCHRITT FÜR SCHRITT - STARTER-SEMINAR - MEINE ERSTEN SCHRITTE



**Termine:** Das Starter Seminar findet jeden ersten Samstag im Monat statt.

**Dauer:** ca. 15 Std. (Sa. 9.00-18.00/So. 9.00-15.00)

**Treffpunkt:** Blockhalle am Hermannplatz  
**Rollstuhl- und/oder kinderwagengerecht**

**Mindestalter:** 13

**Gesamtkosten:** 45€ (Verpflegung inklusive)

**Anmeldung:** [www.nachhaltig-guide.de](http://www.nachhaltig-guide.de)

**Coach: Dr. Kathrin Börster**

Wir alle können Teil der Lösung sein und das mit vielen kleinen Schritten! In diesem **STARTER-Seminar** geht es um viele kleine Schritte, die jeder von uns gehen kann. Ganz besonders werden die ersten Schritte thematisiert, die dabei helfen, den Start in ein nachhaltiges Leben zu finden.



### Kathrin Börster

ist **Mutter** von zwei Kindern und selbstständige Nachhaltigkeitsberaterin.

Nach **ihrem Biologie-Studium** und ihrer Promotion im medizinischen Bereich tätig.

Mit **Online-Seminaren und Vorträgen** begleitet sie Einzelpersonen und Unternehmen hin zu einem nachhaltigen Leben bzw. einer nachhaltigen Unternehmenskultur.

- Der Fokus dieses Kurses liegt vor allem auf **wissenschaftlichen Hintergrundinformationen zu den Klimazielen, CO2-Ausstoß und Plastik**.
- Sie erfahren, welche **6 Grundregeln** hinter dem Thema „Müll vermeiden“ stehen. Ausführlicher wird das Thema dann in den nächsten Kursen bearbeitet.
- Im Nachgang zum Seminar erhalten Sie **kleine Aufgaben**, die Sie im Team motivieren sollen, wirklich anzufangen.
- Des Weiteren werden Ihnen Teilnehmerunterlagen mit allen wichtigen **Tipps und Links** per Mail gesendet, die Ihnen dabei helfen, am Ball zu bleiben und **Ihr Leben Schritt für Schritt nachhaltiger zu gestalten**.

