GoSimple Programm 2023/24 – Was wünschst Du Dir für Deine Zukunft?

Viele Menschen wissen, dass wir der Umweltverschmutzung und dem Klimawandel etwas entgegensetzen müssen. Doch haben wir als Gesellschaft viele Infrastrukturen, Standards und Selbstverständlichkeiten etabliert, die es erschweren, Gewohnheiten zugunsten eines einfacheren und ressourcenschonenden Lebensstils anzupassen. Es mangelt nicht an Informationen, im Gegenteil: Die vielfältige Berichterstattung führt teilweise zu einer Überforderung und es fehlen konkrete und einfache Hilfestellungen, um auf der persönlichen Ebene in kleinen Schritten etwas umzustellen und einen Beitrag zum grossen Ganzen zu leisten.

Genau hier setzt GoSimple an: Basler Haushalte folgen einem angeleiteten Gruppenprogramm und stellen sich der Herausforderung, genügsamer und umweltfreundlicher zu leben. Während fünf Monaten werden konkrete Tipps und Hilfestellungen gegeben, die später in den persönlichen Alltag integriert werden können. Die selbst gesteckten Ziele in den Bereichen Ernährung, Mobilität, verantwortungsvoller Konsum, Abfall- und Stressreduktion werden mit der Teilnahme an Workshops, Online-ExpertInnen-Talks, Chat-Gruppen und im Austausch untereinander verfolgt. Jeder kleine und grosse Schritt in die richtige Richtung zählt! Das GoSimple Programm 2023/24 für Basel-Stadt und Basel-Land wird in deutscher Sprache durchgeführt, die Teilnahmegebühr beträgt 100 CHF pro Haushalt.
Eine Anmeldung ist auf der Website www.gosimple.ch möglich.

Während des gesamten Programms haben die teilnehmenden Haushalte die Möglichkeit verschiedene Mobilitäts-Angebote in Basel gratis zu testen: https://www.gosimple.ch/about

Hauptförderpartnerin von GoSimple ist die Stiftung 3FO: www.3fo.ch
GoSimple ist ein Projekt des Vereins GreenUp: www.green-up.ch

Workshops: Themen & Termine

Persönlicher Fussabdruck und sinnvolle Ernährung
Sa, 16. September 2023 // 15-18:30 Uhr

Das erste Treffen ist ein gemeinsamer Auftakt für die Reise in ein Leben, das planetare und persönliche Ressourcen schont. Dafür lernen wir die GoSimple-Methode kennen und werfen einen Blick auf die wichtigsten Bereiche, die es im Alltag anzupacken gilt. Wir starten mit einem Thema, das uns alle angeht und deshalb bestens geeignet ist für einen Einstieg mit gegenseitigem Kennenlernen: Ernährung! Welche Ernährungsstile sind wirklich sinnvoll? Wie vermeide ich Lebensmittelabfälle und warum ist der Erhalt der Sortenvielfalt so wichtig? Wir probieren gemeinsam Neues aus und beenden den Nachmittag mit dem Genuss unserer in kurzer Zeit selbst zubereiteten Mahlzeit.

Ressourcen schonen und stressfrei leben
Sa, 28. Oktober 2023 // 15-18 Uhr

Der zweite Workshop widmet sich konkreten Tipps, Tools & Praktiken zur Abfallreduktion. Wir geben Orientierung über die verschiedenen Konzepte und Ansatzpunkte zum verbrauchsarmen Handeln. Wie funktioniert die Kreislaufwirtschaft und wie kann ich diese als KonsumentIn fördern? Das erfahrt Ihr im Praxis-Workshop ganz konkret und wir beschäftigen uns mit Möglichkeiten, Abfall im Alltag zu reduzieren und weniger zu verbrauchen. Anschliessend zeigen wir Euch, was Stressreduktion und CO2-Minderung miteinander zu tun haben und geben Beispiele für einen entschleunigten Lebensstil.

Verantwortungsvoller Konsum und alternative Mobilität
Sa, 25. November 2023 // 14-17:30 Uhr

Beim dritten Treffen erkunden wir in verschiedenen Gruppen Angebote, Initiativen und Anlaufstellen, die ein bewusstes Leben und Konsumieren in Basel unterstützen und lokale AkteurInnen fördern. Dies kann zu Fuss, auf dem Velo, mit dem E-Scooter oder via ÖV geschehen, denn in diesem Workshop lernen wir ausserdem die Vorteile aktiver Mobilität kennen.
Infos zur Orientierung im Label-Dschungel helfen dabei, verantwortungsvoller einzukaufen. Ausserdem zeigen wir wohltuende Alternativen auf, mit weniger durch die kommerziellste Zeit des Jahres zu kommen. Das ist gut für die Seele, den Planeten und den Geldbeutel.

Genügsamkeit in meiner Stadt
Sa, 20. Januar 2024 // 14:30-18 Uhr

Der letzte Workshop lenkt den Blick nochmals verstärkt auf die Erfahrungen und das Gelernte während der letzten Monate. Es sollen Strategien entwickelt werden, um zukünftig weiter an den GoSimple-Themen zu arbeiten und neue Gewohnheiten zu verfestigen. Wesentlich dafür ist die verbindliche Verankerung neuer Abläufe im Alltag und der Austausch mit Gleichgesinnten. Wo findet dieser zukünftig statt? Welche Aktivitäten verbinden Dich mit Deiner Stadt? Reizt Dich ein Ehrenamt oder fehlt Dir etwas in Deinem Quartier, das Du anstossen könntest? Wir sorgen dafür, dass Du dafür die entsprechende Unterstützung erhältst und die Reise der vergangenen Monate auch ohne GoSimple-Treffen weiter geht.