

Die **Anmeldung** zu allen **kostenfreien** Veranstaltungen erfolgt über die Volkshochschule Hanau mit Name, Vorname, Anschrift, E-Mail-Adresse (für die Zugangsdaten zum Zoom-Vortrag) und Bezeichnung der Veranstaltung unter fit@vhs-hanau.de oder unter eisbaer.hanau@online.de

Weitere Details finden Sie auch im digitalen Programmheft der **vhs** auf Seite 26 unter vhs-hanau.de.

Auf unserer Homepage unter klima.hanau.de haben wir weiteres Infomaterial zu diesem Themenkomplex für Sie zusammengestellt!



Was sind **Refill-Stationen** und wo finde ich diese in Hanau?

Was hat es mit dem „**Hitzeknigge**“ auf sich?

Wie hilft mir die **Broschüre „Klimawandel und Gesundheit“** gut durch den Sommer? Diese Fragen und noch mehr werden beantwortet.

Außerdem können Sie einen Blick zurück auf die Vortragsreihe 2021 werfen: Alle Vorträge sind als PDF und Videoaufzeichnung verfügbar!



2021 hat Hanau im Rahmen der Vortragsreihe **Der Eisbär schwitzt! Echt jetzt?** seine ersten ehrenamtlichen **Gesundheitsbotschafter*innen im Klimawandel** qualifiziert. Die Frauen und Männer werden zukünftig Menschen jeden Alters über den Klimawandel und die möglichen gesundheitlichen Folgen bzw. die Gesundheitsvorkehrungen in Zeiten des Klimawandels in Gesprächsrunden aufklären.



In erster Linie soll dadurch die Kommunikation mit Risikogruppen wie Kindern, Senior*innen oder Menschen mit Behinderung verstärkt werden. Falls Sie, Ihre Einrichtung oder Ihr Verein Interesse an einer solchen Beratung durch unsere Gesundheitsbotschafter*innen haben, melden Sie sich gerne!



Für Rückfragen:

Phillip Engel, Klimaanpassungsmanager Stadt Hanau
Amt für Umwelt-, Natur- und Klimaschutz
Hessen-Homburg-Platz 7, 63452 Hanau

Tel. 06181 295-1950
E-Mail: phillip.engel@hanau.de

Lothar Hain, ehrenamtliche Koordination des Projekts
E-Mail: eisbaer.hanau@online.de



Gestaltung: www.bild-satz-und-sieg.de

Fotos: Medienzentrum Hanau-Bildarchiv; iStock.com/michieldb, Sergeybor, Nadezhda1906, gpointstudio, Tibanna79, vitapix, warrengoldswan,

CO₂-neutral
gedruckt

Der Eisbär schwitzt! Echt jetzt?

Digitale Vortragsreihe



Veranstaltungen zu
Klimawandel und Gesundheit
ab Februar 2022



Veranstaltungsreihe „Der Eisbär schwitzt! Echt jetzt?“

Der Klimawandel kann die Gesundheit belasten

Extremwettererscheinungen im Klimawandel können die Gesundheit belasten. Besonders in Innenstädten und Ballungsräumen wirken sich zum Beispiel Hitzeperioden gesundheitsgefährdend auf Säuglinge, Kinder und ältere, pflegebedürftige Menschen aus. Es wird auch erwartet, dass Stürme, Orkane sowie Hochwasser und Überschwemmungen die Gesundheit negativ beeinflussen werden.



Auf der Basis aktueller Klimamodellierungen erscheint es als wahrscheinlich, dass sich der Trend der bisherigen Klimaerwärmung auch zukünftig fortsetzt. Die Gesundheitsrelevanz von Hitzewellen wird mit dem wachsenden Anteil der älteren Bevölkerung unserer Gesellschaft zunehmen



Wie mit der Gesundheit im Klimawandel umgehen? Dieser Frage widmet sich die Veranstaltungsreihe **Der Eisbär schwitzt! Echt jetzt?** seit 2021,

die mit digitalen Vorträgen und Exkursionen auch im Jahr 2022 fortgesetzt wird. Die Reihe der Stadt Hanau erfolgt in Kooperation mit der Volkshochschule Hanau.

Aufgrund der anhaltenden Pandemiesituation finden die Vorträge **online** statt. Die Teilnahme an den Exkursionen erfolgt nach den dann gültigen Corona-Regeln. Eine Anmeldung an fit@vhs-hanau.de oder eisbaer.hanau@online.de ist jeweils dringend erforderlich. Alle Veranstaltungen sind gebührenfrei.



Einführungsveranstaltung



Klimawandel vor unserer Haustür: Herausforderung für uns und unsere Nachkommen

Dienstag, 15. Februar, 19 Uhr, Online-Vortrag

Der Klimawandel findet auch in Hessen statt. Auswirkungen erkennen wir bereits in zahlreichen Lebensbereichen. Veränderte Klimabedingungen werden auch die menschliche Gesundheit beeinflussen.

Referent: Diplom Meteorologe Tobias Fuchs, Leiter des Geschäftsbereiches Klima und Umwelt beim Deutschen Wetterdienst sowie Mitglied des DWD-Vorstands

Ernährung in stressigen Zeiten



Dienstag, 15. März, 19 Uhr, Online-Vortrag

Berufsleben, Freizeit und auch der Klimawandel bedeuten für unseren Körper Stress. Doch was genau passiert bei Stress in unserem Körper, welche Folgen hat Dauerstress für unsere Gesundheit? Eine ausgewogene Ernährung reduziert die gesundheitlichen Folgen. Ein kleiner Fahrplan durch den Ernährungsdschungel soll helfen, sich im Alltag und bei klimabedingten Stresssituationen besser zurechtzufinden.

Referentin: Jennifer Lehman, Bachelor of Art Fitnessökonomie und zertifizierte Personal Trainerin sowie Functional Trainerin, Ernährungscoach IHK



Wetter und Gesundheit – Führung durch den Wetterpark Offenbach



Dienstag, 12. April, 15 bis 17 Uhr

Wetter bringt nicht nur Sonne und Regen, Hitze und Kälte, Gewitter und Sturm – es beeinflusst auch das Wohlbefinden. Unsere moderne Lebensweise macht uns zunehmend empfindlicher gegenüber Kälte- und Hitzestress, trockene Luft und starke Druckschwankungen. Im Wetterpark erklärt Gerard Lux wie sich das Wetter auf Menschen auswirkt und gibt Fitness-Tipps gegen die Frühjahrsmüdigkeit. Die Führung eignet sich auch für Familien oder Großeltern mit ihren Kindern bzw. Enkelkindern."

Referent: Gerard Lux, Wetterparkführer

Besuch des Kräutergartens des Schlosses Steinheim – Führung



Dienstag, 17. Mai, 17 bis 18.30 Uhr, Treffpunkt „Am Maintor“ Hanau-Steinheim

Den Kräutergarten im Steinheimer Schlossgarten betretend nehmen Besuchende sofort den herrlichen Duft der blühenden Natur wahr. Es riecht nach Knoblauch, Zwiebeln, Currykraut, Salbei und über 100 Arznei-, Heil- und Gewürzkräutern. Carola Hartl führt durch den Garten und gibt Tipps und Tricks fürs Pflanzen zu Hause.

Referentin: Carola Hartl, Apothekerin und Gründerin des Gartens

Juckende Haut: Schnelle Hilfe bei Sonnenbrand, Stichen und Co.



Dienstag, 14. Juni, 19 Uhr, Online-Vortrag

Die Haut ist das größte Organ des Menschen und damit besonders sensibel und anfällig für äußere Einflüsse. Während wir den Sommer in vollen Zügen genießen, muss die Haut extreme Temperaturen, UV-Strahlen und weitere Strapazen wie Insektenstiche über sich ergehen lassen. Wie können wir uns angemessen schützen? Einen Überblick gibt Dr. Silke Hoffmann-Bär.

Referentin: Dr. Silke Hoffmann-Bär, Leiterin der Stabsstelle Gesundheit der Stadt Hanau