

## Bildungsurlaub Helgoland - Natur und Konsum: Ein Gegensatz?

(5 Tage, Juni – Juli und November – Januar)



Hummerbuden Helgoland Foto: Alexander Schmacks

Erleben Sie Deutschlands einzige Hochseeinsel im Wandel. Selten findet man auf so kleinem Raum so viele sehens- und schützenswerte Attraktionen:

- ✓ zwei Naturschutzgebiete
- ✓ Geschichte
- ✓ Literatur
- ✓ Architektur
- ✓ Nutzung innovativer Energie (Offshore)
- ✓ Seefahrerbrauchtum

Begeben Sie sich mit mir auf eine Reise der etwas anderen Art:

### Kursfahrten für Gruppen (1 Woche)

Unterbringung in der Jugendherberge (Verpflegung möglich) oder im Strandbungalow mit Selbstverpflegung

Bildungserlebnis Helgoland: Seminare und praktische Arbeiten im Schülerlabor direkt im Meer!

Themen Meeresumweltschutz

- ✓ Warum ist das Meer schützenswert?
- ✓ Welchen Einfluss haben wir auf das Ökosystem Meer?
- ✓ Wie können wir es schützen?
- ✓ Meeresforscher für einen Tag

## Bildungsurlaub für Erwachsene (5-7 Tage)

Unterbringung in der Jugendherberge oder Strandbungalow mit Selbstverpflegung

- ✓ Geschichtliche, naturkundliche und kulturelle Führungen (je nach Saison)



Robben auf der Düne Foto: Felix Timmermann



Seehasen im Aquarium Foto: Uwe Nettelmann

Vorträge:

- ✓ Meeresumwelt
- ✓ regenerative Energien
- ✓ Besichtigung des Offshore Windparks

Das **sustainable offer** richtet sich an:  
Schulen, Universitäten, Unternehmen,  
Weiterbildungszentren und Privatpersonen oder  
Gruppen

Preise individuell je nach Bildungsangebot



Kontakt:  
Sustainable me  
Dr. Rebecca Störmer  
Office: Wilhelmshavener Str. 660  
27498 Helgoland  
Mobile: 0176 72354825  
Email: [info@sustainable-me.de](mailto:info@sustainable-me.de)  
Web: [www.sustainable-me.de](http://www.sustainable-me.de)



# Sustainable offer

Umweltbildung  
von  
Dr. Rebecca Störmer



**Sustainophilie:**

Als Gründerin von „Rebecca Störmer sustainable me“ blicke ich auf eine umfangreiche Ausbildung im Bereich Naturwissenschaften (Mikrobiologie) und Umweltschutz zurück, die ich bis zur Promotion fortwährend vertieft habe, immer darum bemüht, die Gesamtzusammenhänge des Systems „Welt“ mit all seinen Facetten: Natur, Wirtschaft, Politik und Gesellschaft zu erfassen.

„Rebecca Störmer sustainable me“ ist ein junges Unternehmen, das innovative, zeitgemäße Wege im Umweltschutz aufzeigen will. Ich bin überzeugt davon, dass ganzheitlicher, nachhaltiger (sustainable) Umweltschutz nur dann gewährleistet werden kann, wenn JEDER (me) mit einbezogen wird und seinen wertvollen Beitrag zum Umweltschutz leistet. Ein Herzstück stellt daher das umfangreiche, erlebbare Naturbildungsangebot dar. Der Bezug zur Umwelt und im Besonderen zur Natur ist essentiell um diese nachhaltig zu schützen.

Besonders in der heutigen, virtuellen und digitalen Gesellschaft verliert sich der Bezug zu unserer Umwelt und der Natur. Gleichzeitig häufen sich psychosomatische und physische Krankheiten, wie Burnout-Syndrome und Krebserkrankungen. Dringend müssen wir wieder lernen, ein tieferes Bewusstsein für unser Dasein als Teil der Natur zu erlangen und mit ihr zu leben, um dieser Entwicklung entgegen zu wirken. Zu diesem Bereich biete ich ein ganzheitliches Bildungs- und Erlebnisprogramm an, das ich gerne auf Ihre individuellen Wünsche zuschneide. Ich freue mich auf Ihre Anfrage!

Herzlichst,  
Dr. Rebecca Störmer



Dr. Rebecca Störmer  
Foto: Mathias Wehkamp

**Vorträge und Seminare:**

**Vorträge (1 Stunde)**

**I. (Meeres)umweltschutz! Was können wir leisten?**

- Aktuelle Themen im Umweltschutz werden Vorge stellt:
- ✓ (Mikro)plastik
- ✓ Auswirkungen der „Vermüllung“ auf Mensch und Natur



Vortrag Meeresumweltschutz: Foto Hans Georg Störmer

**II. Plastic-Fantastic?**

- Die Geschichte des Kunststoffes
- Sowie Anwendungsgebiete werden vorgestellt:
- ✓ Was ist Plastik?
- ✓ Wo wird Plastik eingesetzt?
- ✓ Welche Plastikarten gibt es und welche potentiellen Gefahren bestehen?
- ✓ Welche Alternativen und sinnvolle Einsatzmöglichkeiten von Kunststoff bestehen?

**III. Alles Bio und gut?**

- ✓ Vereinbarkeit von Wirtschaftlichkeit und Umweltschutz
- ✓ Kann mir nachhaltiger Konsum einen persönlichen Vorteil verschaffen?

**Umweltbildungsseminare (1 oder 2 t ägig)**

Plastic-Fantastic

- Theoretischer Teil
- ✓ Was ist Plastik?
- ✓ Welche Alternativen gibt es?
- Praktischer Teil:
- ✓ Do it yourself!  
Kosmetik und Bioplastik selbst herstellen



Plastic-Fantastic Seminar Foto: Melanie Peterssen

Rundum natürlich! (Wochenendseminar)

- Theoretischer Teil:
- ✓ Vom Zähneputzen bis zum Betthupferl: Wie Sie Nachhaltigkeit in Ihren Alltag integrieren.
- ✓ Wie kann man sich mit kleinen Tricks mehr Raum schaffen und gleichzeitig der Umwelt etwas „Gutes“ tun?
- Praktischer Teil:
- ✓ Wochenmarktbesuch und anschließendes Kochen
- ✓ Herstellung von Naturkosmetik

**Bildungsurlaube / Kursfahrten:**

**Naturkundliche Exkursionen ins Sauerland (Tages- und Mehrtagesfahrten möglich)**

**Erlebnisaufzug Altena**  
Erleben Sie die Schönheit des Sauerlandes in Altena!  
Die Exkursion bietet spannende geschichtliche, sowie naturkundliche Erlebnisse!



Mittelaltermarkt Burg Altena Foto: Hans Georg Störmer

- Inhalt:
- ✓ Naturkundliche Exkursion
  - ✓ Geschichtliche Führung
  - ✓ Fahrt mit Erlebnisaufzug
  - ✓ Brunch
  - ✓ Populärwissenschaftlicher Vortrag

**Kursfahrten für Gruppen ins Sauerland**  
**Unterbringung in der Jugendherberge auf der Burg Altena**

- Inhalt
- ✓ Seminare und praktische Arbeiten direkt im Wald!
  - ✓ Naturkundliche Führungen auf wunderschönen Naturlehrpfaden mit dem mehrfach ausgezeichneten Führer und Entwerfer der Naturpfade: Karl-Heinz Tacke



Naturlehrpfad Wiblingwerde Foto: Susan Rechenberg