



# HappyLess

Wie viel Wenig ist genug?

## Die Ausstellung zu Suffizienz, Genügsamkeit und Glück

HappyLess – die mobile Ausstellung über das Glück, die neue Genügsamkeit und unsere Zukunft. Zum 10-jährigen Jubiläum des Jurapark Aargau tourt der Ausstellungscontainer durch den Park.

Interaktiv gestaltete Stationen laden ein zur Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgestaltung und zeigen Perspektiven hin zu mehr Nachhaltigkeit auf.

### Für Schulklassen

Buchen Sie mit Ihrer Schulklasse eine Führung im Container. Dauer 1.5 h, Kosten 200 CHF, inkl. Unterrichtsmaterial. Geeignet ab 4. Klasse, optimal für Oberstufenklassen.

### Für Gruppen

Buchen Sie eine Führung mit Ihrem Team, Verein oder mit der Familie und streifen Sie durch die Ausstellung und die nachhaltigen Projekte der Gemeinde. Optional mit regionalem Apéro.

### Öffnungszeiten der Ausstellung

Montag – Sonntag | 10 – 18 Uhr  
Erweiterte Öffnungszeiten bei Veranstaltungen am Abend.  
Während der TAVOLATA LUNGA (Schinznach-Dorf) bis 22 Uhr geöffnet.

Küttigen, Schulhausplatz Dorf	14. Mai – 29. Mai 2022
Frick, Gemeindehausplatz	31. Mai – 12. Juni 2022
Laufenburg, Bahnhofplatz	14. Juni – 26. Juni 2022
Schinznach-Dorf, Feldschenplatz	28. Juni – 10. Juli 2022

Aktuelle Informationen sowie Buchung von Führungen:  
[www.happyless.org](http://www.happyless.org)  
[www.jurapark-aargau.ch/happyless](http://www.jurapark-aargau.ch/happyless)



Eine Initiative von:



Mit Unterstützung von:



## Highlights Rahmenprogramm

Nachhaltige Alltagsgestaltung in der eigenen Gemeinde – Akteure und Organisationen aus der Region geben Einblicke in ihre Tätigkeiten und praxistaugliche Tipps.

Sa 21.05.2022 & Sa 28.05.2022 | 11 – 15 Uhr  
Küttigen, Schulhausplatz

### Foodwaste-Stand – gluschtig und fein gekocht

Essen statt wegwerfen – aus Gemüse aus den Gärten und Geschäften im Dorf zaubert der Koch live auf Platz ein Menu, lädt zum Essen ein und gibt Tipps zur Vermeidung von Essensabfällen. Kosten: Menu ab CHF 5 bis CHF 15  
Organisation: Community Tannebächli mit dem Zentrum Hotel Restaurant Ascott



Fr 10.06.2022 | 19 Uhr | Frick, Gemeindehausplatz

### Lesung: ÖKOlogisch

Die Autorin Stephanie Hess präsentiert ihr Buch ÖKOlogisch – Fakten, Wissen, Tipps – nachhaltiger konsumieren in der Schweiz. Kosten: CHF 10  
Organisation: Buchhandlung Letra

Mi 15.06.2022 | Apéro ab 19 Uhr, Film 20.30 Uhr  
Laufenburg, Bahnhofplatz

### Club de cinéma – «100 Dinge»

Das Kleinkino zeigt die deutsche Komödie über zwei Freunde, die ein Experiment wagen: Für 100 Tage geben sie all ihre Besitztümer ab. Kosten: 10 CHF (exkl. Apéro)  
Anmeldung unter [reservation@kulturschuer.ch](mailto:reservation@kulturschuer.ch)  
Organisation: Kultschüür Laufenburg



Di 28.06.2022 – So 10.07.2022 (ausser Sa 02.07.2022) | 18 – 22 Uhr  
Schinznach-Dorf, Feldschenplatz

### TAVOLATA LUNGA – Sommertreffpunkt «auf der Fäلتschen»

Gemeinsam essen und sein – Speisen mitbringen, teilen und das Beisammensein unter den Lindenbäumen genießen. Getränke und Glacé können vor Ort gekauft werden.



© mimillustration.ch

## Danke, dass Sie sich rücksichtsvoll verhalten!

Im Jurapark Aargau leben Pflanzen, Tiere und Menschen. Wie Sie ihnen mit Respekt begegnen, lesen Sie in unserem Knigge: [www.jurapark-aargau.ch/knigge](http://www.jurapark-aargau.ch/knigge)

# genial regional

Der Jurapark Aargau ist ein Regionaler Naturpark von nationaler Bedeutung. Gemeinsam mit verschiedenen Akteuren engagieren wir uns für die nachhaltige Entwicklung des Parkgebiets. Wir vernetzen Lebensräume und bringen Menschen zusammen. Unser Ziel ist es, bestehende Natur- und Kulturwerte aufzuwerten und zu erhalten sowie die regionale Wirtschaft zu stärken – für eine hohe Lebensqualität.

## Entdecken Sie unsere grüne Schatzkammer.



Redaktion: Helene Bigler Brogli, Anna Hoyer  
Gestaltung: Anina Riniker  
Druck: Sparr Druck + Verlag AG.  
Auflage: 1'800, 03.22

Geschäftsstelle  
Jurapark Aargau  
Linn 51, 5225 Bözberg  
Tel. +41 (0) 62 877 15 04  
[info@jurapark-aargau.ch](mailto:info@jurapark-aargau.ch)  
[www.jurapark-aargau.ch](http://www.jurapark-aargau.ch)

facebook.com/juraparkaargau  
jurapark.aargau #juraparkaargau



# Rahmenprogramm zur Ausstellung «HappyLess»

Küttigen, Schulhausplatz Dorf	14. Mai – 29. Mai 2022
Frick, Gemeindehausplatz	31. Mai – 12. Juni 2022
Laufenburg, Bahnhofplatz	14. Juni – 26. Juni 2022
Schinznach-Dorf, Feldschenplatz	28. Juni – 10. Juli 2022



# HappyLess

Wie viel Wenig ist genug?

## Rahmenprogramm Küttigen

Küttigen, ein lebendiges Dorf engagiert sich in Sachen Nachhaltigkeit. Sei es über das Projekt «NATUR FINDET STADT», mit dem regelmässig stattfindenden Repaircafé oder dem Bring- und Holtag.

Wo nicht anders beschrieben, finden die Veranstaltungen auf dem Schulhausplatz Dorf in Küttigen, Schulhausweg 1, statt.

Sa 14.05.2022 | 10 – 13 Uhr

### Bring- und Holtag

Tauschen statt Wegwerfen – ein Tauschmarkt der Dinge.

Organisation: Energie- und Umweltschulung Küttigen

Sa 14.05.2022 | 10 – 14 Uhr

### Repair Café

Reparieren statt wegwerfen – die Profis vor Ort reparieren (fast) alles und schenken Ihren Lieblingsdingen ein zweites Leben.

Kosten: Materialkosten

Organisation: Energie- und Umweltschulung Küttigen

Mo 16.05.2022 | 12 – 14 Uhr

### Wähen teilen

Besuchende bringen eine selbst gebackene Wähe mit, Passanten und Besuchende essen davon und tauschen sich zum Thema aus.

Organisation: Bio Aargau

Mi 18.05.2022 & Fr 20.05.2022 |

13 – 15 Uhr | 15.15 – 17.15 Uhr | 17.30 – 19.30 Uhr (nur Fr)

### Workshop: Trinkgläser aus Altglas

Recycling mal anders – aus alten Flaschen fertigen Sie ihre eigenen Trinkgläser. Teilnahme ab 10 Jahren.

Kosten: CHF 15

Anmeldung: [xoyondo.com/u/jurapark](http://xoyondo.com/u/jurapark)

Organisation: Atelier ausAltglas

Do 19.05.2022 | 21 – 22 Uhr

### Openair Kino: «Die Sonnenmenschen von Tokelau»

100% Solarenergie – ein abgelegenes Land mitten im Pazifik zeigt, wie dies gelingen kann. Ein Dokumentarfilm über den ersten Solarstaat der Welt.

Organisation: Genossenschaft Solar Küttigen

Fr 20.05.2022 | 16 – 20 Uhr

### Kleidertausch

Bring und Holtag für Kleider – ausgedienten Lieblingsstücke bringen und stöbern.

Organisation: Jugendarbeit Küttigen, [nathalie.roth@aarau.ch](mailto:nathalie.roth@aarau.ch)

Fr 20.05.2022 | 19.30 Uhr

### GartenBerg – der Gemeinschaftsgemüsegarten

Solidarische Landwirtschaft – gemeinsam gärtnern auf dem GartenBerg. Kurzer Inputvortrag und anschliessend Gesprächs- und Fragerunde.

Organisation: Genossenschaft GartenBerg Wöllfinswil

Sa 21.05.2022 & Sa 28.05.2022 |

11 – 15 Uhr

### Foodwaste-Stand – gluschtig und fein gekocht

Siehe Highlights

Sa 28.05.2022 | 9 – 12 Uhr |

Gemeindehaus

### Naturmodule Küttigen: Begehung mit Inputs und Apéro

Ökologische Aufwertungen der Gemeinde und der Gartenbesitzenden werden auf dem Spaziergang entdeckt.

Organisation: Natur- und Landschaftsschutzkommission Küttigen-Rombach

Fr 03.06.2022 | 19.30 – 21 Uhr

### Workshop: KlimaGespräche

Beim KlimaGespräch erfahren Sie, wie man klimafreundliche Zukunft gestaltet.

Kosten: 10 CHF (Spende FastenAktion & HEKS)

Anmeldung: [info@klimafreunde.ch](mailto:info@klimafreunde.ch)

Organisation: KlimaGespräche

## Rahmenprogramm Frick

In Frick treffen eine lange Secondhandkultur auf moderne Forschung, die Nachbarschaftshilfe trifft sich zum Klimagespräch und die Schulkinder engagieren sich für eine nachhaltige Zukunft.

Wo nicht anders beschrieben, finden die Veranstaltungen auf dem Gemeindehausplatz Frick statt.

Di 31.05.2022 & Di 07.06.2022 |

18 – 19.30 Uhr

### Heilkräuter und Homöopathie

Bei Brennessel-Most erfahren Sie mehr über Heilkraft aus Garten und Natur und Homöopathie.

Organisation: Petra Nägele

Mi 01.06.2022 | 13 – 15 Uhr |

15.15 – 17.15 Uhr

### Workshop: Trinkgläser aus Altglas

Siehe Küttigen

Do 02.06.2022 | 14 – 16 Uhr

### Kleine Hände – grosse Wirkung

Lernlandschaft der Einschulungsklasse 2 zu Klimaerwärmung und Littering.

Organisation: Schule Frick

Do 02.06.2022 – Sa 04.06.2022 |

14 – 19 Uhr

### KISS Kafi

Bei Kaffee und Kuchen erfahren Sie Spannendes zur KISS Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften.

Organisation: Genossenschaft KISS Fricktal

Do 02.06.2022 | 19.30 – 22 Uhr

### Kleider flicken statt wegwerfen

Wir zeigen wie man Kleidung originell flickt, statt sie zu entsorgen.

Kosten: CHF 5

Organisation: Wittnau im Wandel

Fr 03.06.2022 | 19.30 – 21 Uhr

### Workshop: KlimaGespräche

Beim KlimaGespräch erfahren Sie, wie man klimafreundliche Zukunft gestaltet.

Kosten: 10 CHF (Spende FastenAktion & HEKS)

Anmeldung: [info@klimafreunde.ch](mailto:info@klimafreunde.ch)

Organisation: KlimaGespräche

Mo 06.06.2022 | 10.30 – 12 Uhr

### Nachhaltig und biologisch?

Auf einer Wanderung zum Forschungsinstitut für biologische Landwirtschaft FiBL erfahren Sie auf Felder, Rebberg und Stall, wie unser Essen die Umwelt beeinflusst. Mit Degustation auf dem FiBL Hof unter der Linde.

Kosten: Kollekte, Anmeldung:

<https://tinyurl.com/FiBLWanderung>

Organisation: FiBL

Mi 01.06.2022 & Mi 08.06.2022 |

19 – 20 Uhr | Meck Frick

### Secondhand-Modenschau

Eine fantasievolle, originelle Secondhand-Modenschau, von grossen und kleinen Modells präsentiert.

Organisation: Brockenhaus Broccoli & Kinderkleiderbörse Frick

Do 09.06.2022 | 18 – 21.30 Uhr

Sa 11.06.2022 | 8.30 – 12 Uhr

Bluemetstich 4, 5073 Gipf-Oberfrick

### Kurs: Heilkräuter und Hausmittel aus Küche und Natur

Entdecken Sie die Kraft und wohltuende Wirkung der Heilkräuter.

Kosten: CHF 100

Anmeldung: Petra Nägele,

[homoeopathie-naegele.jimdofree.com](http://homoeopathie-naegele.jimdofree.com)

Do 09.06.2022 | 19.30 Uhr

### GartenBerg – der Gemeinschaftsgemüsegarten

Siehe Küttigen

Fr 10.06.2022 | 14 – 16 Uhr

Sa 11.06.2022 | 10 – 12 Uhr

### Wolldecken-Flohmarkt

Verkauf von Spielsachen, Kinderbüchern etc. durch die EK2 und die 2. Klasse der Primarschule Frick.

Organisation: Schule Frick

Fr 10.06.2022 | 19 Uhr

### Lesung: ÖKOlogisch

Siehe Highlights

## Rahmenprogramm Laufenburg

In der historischen Stadt am Hochrhein lädt eine virtuelle Schnitzeljagd zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Glück ein. Wasserkraft als nachhaltige Energiequelle hat in Laufenburg eine lange Tradition.

Wo nicht anders beschrieben, finden die Veranstaltungen auf dem Bahnhofplatz Laufenburg statt.

Di 14.06.2022 – So 26.06.2022 |

Zeit frei wählbar

### Action Bound – virtueller Rundgang in der Altstadt

Individueller Rundgang durch die Altstadt mit Geschichten und Rätseln zu Energie, Mobilität und Glück. Laden Sie das App «Action Bound» herunter und los geht es!

Organisation: Bibliothek Laufenburg

Di 14.06. – Do 16.06. & Di 21.06. –

Do 23.06.2022 | 16 – 18 Uhr

### Bienenvolk und Bienenprodukte

Honigbienen im Fokus – Werner Obrist, Imker aus Sulz, zeigt sein Bienenvolk im Schaukasten, gibt Auskunft zu seinen Bienenprodukten und verkauft diese.

Organisation: Werner Obrist

Di 14.06.2022 | 14 – 19 Uhr

### KISS Kafi

Siehe Frick

Mi 15.06.2022 | Apéro ab 19 Uhr,

Film ab 20.30 Uhr

### Club de cinéma – «100 Dinge»

Siehe Highlights

So 19.06.2022 | 10 – 17 Uhr

### slowUp Hochrhein

Freie Fahrt für den Langsamverkehr – der traditionelle Rundkurs auf den für Autos gesperrten Strassen.

Organisation: Verein slowUp Hochrhein / [slowup-hochrhein.info](http://slowup-hochrhein.info)

Mo 20.06.2022 | 12 – 14 Uhr

### Wähen teilen

Siehe Küttigen

Fr 24.06.2022 | 13 – 14.30 Uhr

### Führung im Wasserkraftwerk

Stromproduktion aus Wasser – wie ein Wasserkraftwerk funktioniert zeigen Ihnen Mitarbeiter beim Rundgang durch die Wasserkraftwerke.

Anmeldung: Tourist Info Laufenburg, [info@laufenburg-tourismus.ch](mailto:info@laufenburg-tourismus.ch), 062 874 44 55

Sa 25.06.2022 | 14 – 15.30 Uhr

### Rundgang: Die Kraft des Wassers – der Fluss, die Lebensader

Die Bedeutung des Wassers für die Stadt am Rhein im Wandel der Zeit.

Kosten: E 10 CHF / K CHF 7

Anmeldung: Tourist Info Laufenburg, [info@laufenburg-tourismus.ch](mailto:info@laufenburg-tourismus.ch), 062 874 44 55

Sa 25.06.2022 | 8 – 15 Uhr | Pausen-

platz Schulhaus Burgmatt

### Velobörse

Kaufen und verkaufen – alle Fahrzeuge ohne Motor können vorbeigebracht und gekauft werden.

Organisation: Touristinfo Laufenburg in Zusammenarbeit mit der Rollbörse Frick / [www.velobörse-laufenburg.ch](http://www.velobörse-laufenburg.ch)

Das gesamte Rahmenprogramm und Detailinformationen finden Sie unter [www.jurapark-aargau.ch/happyless](http://www.jurapark-aargau.ch/happyless)



Einige wiederkehrende Veranstaltungen konnten aus Platzgründen nicht bei allen Gemeinden dargestellt werden.

## Rahmenprogramm Schinznach-Dorf

Auf dem Feldschenplatz entsteht rund um den Ausstellungscontainer ein Begegnungsplatz für die Bevölkerung. Die Veranstaltungen zeigen: Regional konsumieren ist genussvoll und macht Freude.

Wo nicht anders beschrieben, finden die Veranstaltungen auf dem Feldschenplatz in Schinznach-Dorf, Schulstrasse 4, statt.

Di 28.06.2022 – So 10.07.2022

### TAVOLATA LUNGA

Siehe Highlights

Di 28.06.2022 – So 10.07.2022 |

5 – 5.45 Uhr | Gemeindehaus

### MorgenGlück

Morgenspaziergang in der Stille. Bergauf bis der Sonnenaufgang bewundert werden kann. Nur bei trockenem Wetter.

Organisation: MorgenGlück

Di 28.06.2022 – So 10.07.2022 |

Buchbar für Schulen und Gruppen

### Vom Korn zum Brot

Besuch der wasserkraftbetriebenen Mühle und anschliessend selber Brot backen in der Emmerstube.

Kosten: E CHF 17, K CHF 14

Anmeldung: [robert.obrist@bluewin.ch](mailto:robert.obrist@bluewin.ch), 056 443 33 15

Di 28.06.2022 | 9 – 15 Uhr |

Hof Kasteln, Oberflachs

### Rupf dir dein Suppenhuhn

Helfen Sie bei der Schlachtung unserer Suppenhühner und nehmen Sie ein Suppenhuhn mit nach Hause.

Anmeldung: Hof Kasteln, [info@hofkasteln.ch](mailto:info@hofkasteln.ch), 056 443 06 02

Di 28.06.2022 | 19.30 – 21 Uhr

So 10.07.2022 | 10.30 – 12 Uhr

### Hier und jetzt, wo sonst?

Wie wäre es, beim Essen nur zu essen und beim Gehen nur zu gehen? Vereinfachen, ankommen und gemeinsam Achtsamkeit ausprobieren.

Kosten: Spendenbasis

Anmeldung: [ursina@jetzt-do-si.ch](mailto:ursina@jetzt-do-si.ch)

Mi 29.06.2022 – Fr. 01.07.2022

Mo. 04.07.2022 – Fr. 08.07.2022

Hof Kasteln, Oberflachs | Buchbar für Gruppen ab 15 Personen

### Führungen auf dem Hof Kasteln

Führung durch nachhaltig geführten Bio-Hof Kasteln mit Apéro Riche.

Kosten: E CHF 30

Anmeldung: Hof Kasteln, siehe oben

Mi 29.06.2022 | 19 – 21.30 Uhr

### Demonstration: Zero Waste Putzmittel selber herstellen

Infos zur einfachen Herstellung von Putzmitteln zu Hause.

Organisation: IG Ortsentwicklung Schinznach

Mi 29.06.2022 – So 03.07.2022

Mi 06.07.2022 – So 10.07.2022

Gasthof Bären, Schinznach

### Nose to Tail & Kino

Leber, Kutteln, Nieren, Ochsenfleisch... Wir essen oft vergessene Stücke vom Rind.

Film jeweils Mittwoch um 20.30 Uhr: 29.06. | «Faire Trade»

06.07. | «We feed the World»

Kosten: Kinobesuch CHF 12

Anmeldung erwünscht: [info@baeren-schinznach.ch](mailto:info@baeren-schinznach.ch), 056 521 33 43

Do 30.06.2022 | 20.15 – 22 Uhr

### Podium: Nachhaltig bauen

Diskussion zu den Themen «Weiterentwicklung statt Abriss» und «Wiederverwendung von Bauelementen».

Kosten: Kollekte

Organisation: Förderverein Werkstatt Schenkenbergtal

Sa 02.07.2022 | 10 – 13.30 Uhr

Mi 06.07.2022 | 19 – 20.30 Uhr

### Workshop: Zero Waste Putzmittel selber herstellen

Fünf Reinigungsmittel mit gängigen Zutaten aus dem Küchenschrank einfach und ohne Plastikmüll herstellen.

Kosten: CHF 32 (Sa) / CHF 22 (Mi)

Anmeldung: [dacrisabelle@gmail.com](mailto:dacrisabelle@gmail.com)

Sa 02.07.2022 | 20 – 22 Uhr

### Otrava | Balkan – Klezmer – Gipsy

Otrava spielt einen fesselnd-musikalischen Eintopf, erfrischend, unverbraucht.

Kosten: 25 CHF (bis 25 Jahre frei)

Organisation: [www.grundschinznach.ch](http://www.grundschinznach.ch)