



HELDENMARKT

## DIE MESSE FÜR ALLE, DIE WAS BESSER MACHEN WOLLEN.

### PROGRAMM

4./5. NOVEMBER 2017  
STUTTGART | LIEDERHALLE

## PROGRAMM SAMSTAG

### VORTRAGSRAUM

13:30 **Tombolaverlosung auf der Hauptbühne**

14:00 **Nachhaltigkeit & Energiewende**

Karin Kolbe, Expedition N - Nachhaltigkeit für Baden-Württemberg  
Wie lange reichen endliche Ressourcen wie Erdöl und Erdgas noch? Wofür verbraucht man im eigenen Alltag am meisten Energie? Der Vortrag zeigt auf, warum die Energiewende nötig ist, was sich bereits verändert hat und welcher Weg noch vor uns liegt.

15:00 **Dein Traumjob: Lerne von den Meistern!**

Tobias März, Sinn. Arbeit. Leben.  
Deinen persönlichen beruflichen Weg finden und damit glücklich werden? Lerne von den „Meistern“, die das schon tun! Tobias stellt die besten Erkenntnisse aus einem Jahr Interviews vor.

16:00 **Spirulina - ein vollwertiges Lebensmittel**

Dr. rer. nat. Frank Winter, Akal Food  
Ganz nach der Lehre der Vollwert-Ernährung, wo die drei Säulen der Nachhaltigkeit Sozial, Wirtschaft & Ökologie, um eine 4. ergänzt werden, die Gesundheit. Erfahrt hier mehr über Anbau, Bedeutung & Anwendung von Spirulina als vollwertiges Lebensmittel.

16:30 **Tombolaverlosung auf der Hauptbühne**

17:00 **Detox, Baby! entgiften und gesund bleiben mit essbaren Wildpflanzen**

Dr. Christine Volm, Gartenbauwissenschaftlerin und Buchautorin  
Was genau braucht unser Körper eigentlich, um zu funktionieren, und mit alltäglichen Giftstoffen fertig zu werden und wie können wir ihm helfen, gesund zu bleiben? Welchen Zweck erfüllen dabei essbare Wildpflanzen und was brauchen wir sonst noch alles, damit Körper, Geist und Seele gesund bleiben? Darum geht es in diesem Vortrag, indem Dr. Christine Volm ihre erprobte Vitalitäts-Kur vorstellt.

18:00 **Die schmutzigen Geschäfte der Banken**

Agnes Dieckmann, urgewald  
Dirty Profits - Girokonto, Sparbuch, Versicherung: Hier holen sich Atom, Kohle- und Waffenkonzerne ihr Geld. Viele Banken haben bei solchen Geschäften dunkle Geheimnisse. Wie können wir die Unterstützung unmoralischer Geschäfte vermeiden?

18:30 **Tombolaverlosung auf der Hauptbühne**

19:00 **Foodsharing gegen Lebensmittelverschwendung**

Bernhard Wiegmann, Foodsharing Stuttgart  
Etwa ein Drittel aller Lebensmittel werden verschwendet. Und dabei wird nicht nur das Lebensmittel an sich weggeworfen, sondern auch die Ressourcen die z.B. in Anbau, Ernte, Verpackung, Transport und Lagerung geflossen sind.

### HAUPTBÜHNE

15:00 **Detox, Baby! Rezepte zum Entgiften mit Wildpflanzen**

Dr. Christine Volm, Gartenbauwissenschaftlerin und Buchautorin  
"Entgiften" hört sich erst einmal gar nicht so an, als wäre es kulinarisch spannend und doch hat die Entgiftungskur, wie Christine Volm sie mit "Detox, Baby!" entwickelt hat, auch kulinarisch was zu bieten, in Form von Säften, Limonaden und leckerem Wasser. Sie zeigt, wie nachhaltiges Entgiften möglich ist, indem der Körper mit gesunden Inhaltsstoffen wieder selbst dazu befähigt und gestärkt wird. Außerdem stellt sie Rezepte zur naturgesunden Körperpflege vor, die jeder ganz leicht nachmachen kann.

### PUPPENTHEATER

Zuhören, Staunen und Mitfiebern! Die Puppenspielerin Heike Kammer spielt verschiedene Theaterstücke für euch:

13:00 **Die Karotte der Freundschaft**

Rodolfo, ein kleiner Hase ist neu im Tiergarten. Die anderen Tiere kennen sich schon und spielen miteinander. Rodolfo aber hat keine Freunde und ist sehr traurig. Könnt ihr Rodolfo helfen, neue Freunde zu finden? Dauer: 30 Minuten, ab 3 Jahre

17:00 **Der Hase im Mond**

Die Hasen Rodolfo und Mateo lieben Karotten. Beide merken nicht, dass die Maus ihre Karotten auffrisst. So kommt es zum Streit zwischen den beiden. Könnt ihr den Hasen dabei helfen sich wieder zu vertragen? Und wird die Maus auch wieder Freunde finden?  
Dauer: 40 Minuten, ab 5 Jahre.

Das Puppentheater wird unterstützt durch den Entwicklungspolitischen Veranstaltungsdienst der Gesellschaft der Europäischen Akademien e.V.

## PROGRAMM SONNTAG

### VORTRAGSRAUM

12:00 **Foodsharing gegen Lebensmittelverschwendung**

Bernhard Wiegmann, Foodsharing Stuttgart  
Etwa ein Drittel aller Lebensmittel werden verschwendet. Und dabei wird nicht nur das Lebensmittel an sich weggeworfen, sondern auch die Ressourcen die z.B. in Anbau, Ernte, Verpackung, Transport und Lagerung geflossen sind.

12:30 **Tombolaverlosung auf der Hauptbühne**

13:00 **Chancen der Cradle to Cradle-Wirtschaft**

Thorben Bechtold, Cradle to Cradle-Wiege zur Wiege e.V.  
Liegt die Zukunft in einer Post-Wachstums-Gesellschaft? Kann nur "Verzicht" die Lösung sein? Oder können wir Wachstum und Verzicht intelligent voneinander entkoppeln? Die Cradle to Cradle - Denkschule bringt neue Aspekte in die Diskussion ein.

14:00 **Mensch & Biene**

Tobias Miltenberger, Summtgart / proBiene  
Das Zusammenleben von Mensch & Biene: Krise, Herausforderungen und Handlungsmöglichkeiten.

14:30 **Tombolaverlosung auf der Hauptbühne**

15:00 **Logistik in humanitären Krisen**

Georg Holland, Ärzte ohne Grenzen  
Wer hilft, wenn durch Kriege oder Naturkatastrophen Menschen in Not geraten? Ärzte ohne Grenzen leistet weltweit medizinische Nothilfe. Welche Rolle hat dabei ein Logistiker? Georg Holland berichtet über seine Einsätze.

16:00 **Radschnellwege - zügig Rad fahren**

Raphael Domin, VCD Landesverband Baden-Württemberg  
Radschnellwege können vor allem in Ballungsräumen zur Luftreinhaltung und zum Lärmschutz beitragen. Und weil sie zu den Stoßzeiten den Pendlerverkehr entlasten und damit Stau vermeiden, gewinnen sie auch in Baden-Württemberg zunehmend an Bedeutung.

16:30 **Tombolaverlosung auf der Hauptbühne**

17:00 **Wanted! Faire Elektronik**

Sebastian Galindo, FairLötet e.V.  
Faire Elektronik findet sich bisher kaum auf dem Markt: Nager-IT und Fairphone sind Ausnahmen. Wir Nutzer haben kaum eine Wahl, dennoch können wir etwas verändern. Der Vortrag erklärt was und wie.

### PUPPENTHEATER

Zuhören, Staunen und Mitfiebern! Die Puppenspielerin Heike Kammer spielt verschiedene Theaterstücke für euch:

12:00 **Die Karotte der Freundschaft**

Rodolfo, ein kleiner Hase ist neu im Tiergarten. Die anderen Tiere kennen sich schon und spielen miteinander. Rodolfo aber hat keine Freunde und ist sehr traurig. Könnt ihr Rodolfo helfen, neue Freunde zu finden? Dauer: 30 Minuten, ab 3 Jahre

16:00 **Der Hase im Mond**

Die Hasen Rodolfo und Mateo lieben Karotten. Beide merken nicht, dass die Maus ihre Karotten auffrisst. So kommt es zum Streit zwischen den beiden. Könnt ihr den Hasen dabei helfen sich wieder zu vertragen? Und wird die Maus auch wieder Freunde finden?  
Dauer: 40 Minuten, ab 5 Jahre.

Das Puppentheater wird unterstützt durch den Entwicklungspolitischen Veranstaltungsdienst der Gesellschaft der Europäischen Akademien e.V.

## GANZTÄGIGE AKTIONEN AN BEIDEN TAGEN

### AUSSTELLUNGEN

#### Interaktiv: Expedition N Expeditionsmobil

Interessierte Besucher\*innen können die Ausstellung auf eigene Faust erkunden. Über 20 interaktive Exponate und Multimedia-Terminals laden zum selbständigen Ausprobieren und Lernen ein. Im Dialog mit Fachbetreuer\*innen können aktuelle Fragen rund um die Themen Nachhaltigkeit und Energiewende diskutiert werden. **im Außenbereich, das Expeditionsmobil**

#### Nachhaltigkeitskino

Das Expedition N Expeditionsmobil hat neben den Exponaten und Terminals noch mehr zu bieten, im Obergeschoss findet ihr nämlich das Nachhaltigkeitskino - schaut vorbei!  
**im Außenbereich, im OG des Expeditionsmobils**

#### Interaktiv: Mein ökologischer Fußabdruck (Brot für die Welt)

Der ökologische Fußabdruck zeigt, wieviel Ressourcen wir durch unseren Lebensstil verbrauchen. Hier kann das eigene Handeln überprüft und der daraus resultierende Flächenverbrauch ermittelt werden.

#### Ökologische Stadtbeleuchtung (NABU)

Wusstet ihr, dass unsere beleuchtete Stadt (Himmel) die Insekten entzieht, Nachtfalter vor Erschöpfung verenden und Vögel weniger Nahrung am Nachthimmel finden? Über die Probleme und mögliche Lösungen für unsere Stadtbeleuchtung könnt ihr euch bei dieser Roll-up Ausstellung informieren.

#### Interaktiv: Was macht eigentlich mein Geld?

Zerstörerische Industrien profitieren von unserem Geld. Die gute Nachricht: Es gibt viele Arten, Geld mit gutem Gewissen anzulegen. Erlebt Geld zum Hinhören und Anfassen, zum Gruseln und Schmunzeln.  
**am Stand von urgewald**

#### Nachhaltiger Konsum (NABU)

Nachhaltiger Konsum hört sich für viele nach Öko-Muff und Verzicht an - weit gefehlt! Schaut euch die Roll-up Ausstellung des NABU an und erfahrt viel Spannendes zum Thema.

#### Meeresschildkröten-Ausstellung (Aktionsgemeinschaft Artenschutz)

Stadtbeleuchtung beeinflusst nicht nur Insekten, sondern z.B. auch Meeresschildkröten. Erfahrt warum und noch viel mehr in der Roll-up Ausstellung über die vielfach bedrohten Meeresschildkröten.

#### Upcycling: Aus Alt mach Neu

Global betrachtet werden 72% der gebrauchten Plastikverpackungen nicht wiederverwertet, 32% davon gelangen unkontrolliert in die Umwelt wie z.B. die Meere. Doch dies muss nicht so sein, wir zeigen euch, wie man aus vermeintlichem Müll noch etwas Sinnvolles machen kann. **am Stand vom WWF Deutschland**

#### Messer schärfen

Hier lernt ihr den richtigen Umgang mit Kochmessern. Zuschauen, testen und ausprobieren - Ilker zeigt euch wie man Kochmesser schärft. **am Stand von Manufaktur Mörsdorf**

## WORKSHOPS UND STANDAKTIONEN

#### Virtuelle Reise nach Äthiopien

Wir nehmen dich an unserem Stand mit auf eine Reise nach Äthiopien. Fahre mit uns durch eines der ärmsten Länder der Welt und mach dir selbst ein Bild, unter welchen Bedingungen die Menschen in den ländlichen Regionen leben. Mit unserer Virtual Reality Brille erhältst du einen Rundumblick.  
**am Stand von Menschen für Menschen**

#### Quiz Lebensmittelverschwendung

Dieses Jahr dreht sich alles um das Thema Lebensmittelverschwendung - komm vorbei und mach mit bei unserem Quiz. Du erfährst spannende Fakten über unser Essen und kannst tolle Preise gewinnen. Wir freuen uns auf dich!  
**am Stand vom BUND Stuttgart**

#### Welche Teile stecken in Kaffeemaschinen?

Aus wievielen Einzelteilen bestehen eigentlich alltägliche Produkte? Was bedeutet das für ihre Recyclingfähigkeit? Können so Kreisläufe zu 100% geschlossen werden? Mit einem Schraubenzieher bewaffnet kannst du dieser Frage an einer Kaffeemaschine nachgehen.  
**am Stand von Cradle to Cradle e.V.**

## BESONDERE AKTIONEN FÜR KLEINE HELD\*INNEN

#### Bienenwerkstatt

Mit Kindern die Welt der Bienen entdecken. Bienenwachskerzen ziehen. Honig kosten, die Bienen verstehen. **jeweils 13:00 und 16:00 Uhr am Stand von Summtgart (Dauer: ca. 45 Min.)**

#### Stofftaschen bemalen

Bemalt Stofftaschen nach euren eigenen Vorstellungen!  
**13:00 bis 17:00 Uhr am Stand von Aktionsgemeinschaft Artenschutz (AGA)**

#### Upcycling: Handpuppen selbst gemacht

Alte Handpuppenstücke erfahren einen neuen Wert: Aus Socken, Stoff- und Wollresten könnt ihr eure eigenen Handpuppen gestalten. **Samstag von 14:30 bis 16:00 Uhr, Sonntag von 13:30 bis 15:00 Uhr an der kleinen Theaterbühne**