



HELDENMARKT

DIE MESSE FÜR ALLE, DIE WAS BESSER MACHEN WOLLEN.

PROGRAMM

28./29. MÄRZ 2020.
MVG MUSEUM.

PROGRAMM SAMSTAG VORTRAGSRAUM

- 11:00 Kühe in der Milchindustrie - Ein Blick hinter die Kulissen.**
Michaela Cosenza, Animals United e.V.
Wie leben Kühe in der Milchindustrie? Es herrscht oft noch der Irrglaube, eine Kuh würde immer Milch geben. Was passiert, damit wir ein Nahrungsmittel konsumieren können, das für Kälber gedacht ist, wissen viele Menschen nicht. Dieser Vortrag möchte aus Tierschutz- und Tierrechtsperspektive über das Leben von Kühen, die für ihre Milch gehalten werden, informieren, damit jede*r Konsument*in bewusste Entscheidungen treffen kann.
- 12:00 Wir sind Landwirt - Solidarische Landwirtschaft aus München**
Rajka Sickinger-Nagorni, Kartoffelkombinat eG
GUTES GELD - unmöglich? Nein. Denn auch du kannst aus deinem Geld GUTES GELD machen, wenn du es nachhaltig & verantwortlich anlegst. Du erfährst, wie du mit deinen Rücklagen Menschen die Chance geben kannst, ihre Welt ein bisschen besser zu machen.
- 13:00 Aus Geld GUTES GELD machen?!**
Karin Günther, Oikocredit Förderkreis Bayern e.V.
GUTES GELD - unmöglich? Nein. Denn auch du kannst aus deinem Geld GUTES GELD machen, wenn du es nachhaltig & verantwortlich anlegst. Du erfährst, wie du mit deinen Rücklagen Menschen die Chance geben kannst, ihre Welt ein bisschen besser zu machen.
- 14:00 Lebensmittelverschwendung als Klimawandel Auslöser und 10 Tipps was Du selbst dagegen machen kannst**
Daniel Nagy, Foodsharing e.V.
Unsere Lebensweise, vor allem unser Konsumverhalten und speziell die Art uns zu ernähren, wird den Menschen und unserer Erde zum Verhängnis. Jetzt zu handeln ist eigentlich schon zu spät, aber jeder einzelne kann helfen!
- 15:00 FoodHub macht bio günstig!**
Quentin Orain, FoodHub München e.V. i.G.
Wir gründen die erste solidarische Direktvermarktung Deutschlands gemeinsam mit euch. Regional, saisonal, bio. 3 Grundprinzipien: Mitwirkung (3Std. Monat), Mieteigentum, Transparenz.
- 16:00 Klimaschutz durch CO₂-Kompensation ohne blaming & shaming**
Chris Schleicher, CO₂-positiv!
Warum wir jetzt Verantwortung übernehmen müssen. Was Politik, Unternehmen und jeder Einzelne tun kann. Was der CO₂-Fußabdruck ist und wie ihr CO₂ am besten einsparen könnt. Warum blaming & shaming uns nicht weiter bringen. Wie CO₂-Kompensation funktioniert und warum das Sinn macht.
- 17:00 Superheldin Biene - im Dienst von Mensch und Natur**
Dr. Kathrin Köller, bee friend - nachhaltige Bienenpatenschaften
Die Biene ist eines der wichtigsten Tiere weltweit. Ihre Bestäubungsdienste sind von enormer Bedeutung für Mensch und Tiere, ihre Intelligenz und Organisation legendär. Imkerin Kathrin Köller gibt einen Einblick in die Wunderwelt der Bienen und zeigt, wie wir sie schützen und bewahren können
- 18:00 Klimakollaps und ökologische Katastrophe**
Johanna Mayer und Wolfgang Reuther, Extinction Rebellion München
Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse und warum wir jetzt handeln müssen. Neugierig, wer bei Extinction Rebellion mitmacht? Warum wir friedlichen zivilen Ungehorsam als notwendig erachten? Ein Vortrag über unsere Ziele, Werte und Strukturen. Für eine lebenswerte Zukunft.

BÜHNE

12:30 | 15:30 | 18:30 **Tombolaverlosung**

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. Könt 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. Könt 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 in Zusammenarbeit peace brigades international, pbi durchgeführt www.pbi-deutschland.de

PROGRAMM SONNTAG VORTRAGSRAUM

- 11:00 Die EinDollarBrille - Hilfe für 150 Millionen Menschen**
Dieter Jahr, EinDollarBrille e.V.
Eine Komplettlösung zur augenoptischen Grundversorgung in Entwicklungsländern, von der Produktion vor Ort, über Aufklärung, kostenlosen Sehtest bis zur umgehenden Fertigung der Brille.
- 12:00 Illegale Fischerei**
Sea Shepherd Deutschland
Viele Fischarten sind von Aussterben bedroht. Illegale Fischerei trägt maßgeblich dazu bei und die Konsumenten wissen oft nicht, wie der Fisch auf ihre Teller kommt. Sea Shepherd klärt über die Methoden und Folgen illegaler Fischerei auf.
- 13:00 Meine Ideen für deine nachhaltige Ernährung!**
Claudia Renner, Ernährungsberaterin und Yogalehrerin
In diesem Vortrag teile ich meine Ideen einer nachhaltigen Ernährung mit dir. Wir schauen uns an, warum der Verzehr von Fleisch und Kuhmilch Auswirkungen auf unsere Umwelt hat. Nachhaltig ist allerdings doppeldeutig gemeint - denn es wird auch um Themen wie beispielsweise Kalorien- und Nährstoffdichte gehen. Sei dabei, wenn ich von meinen Helferlein aber auch den Stolpersteinen auf meinem Weg erzähle - ich freu mich auf dich!
- 14:00 Heute das Morgen verändern - es gibt nur einen Planet Erde**
Arnold Simpson, Albert Schweitzer Stiftung für unsere Mitwelt /Friends
Die Produktion tierischer Lebensmittel ist mit ein Hauptverursacher des Klimawandels. Unsere Lebensweise, vor allem unser Konsumverhalten und speziell die Art uns zu ernähren, wird den Menschen und unserer Erde zum Verhängnis. Jetzt zu handeln ist eigentlich schon zu spät, aber jeder einzelne kann helfen!
- 15:00 Wurmbox - Alles was du wissen musst**
Laura Witzneder, Wormsystems GmbH
Wurmkompostierung in der Wohnung? Stinkt das nicht? Eine Wurmbox ist ein wertvoller Helfer bei der Kompostierung von Bioabfällen. Wie das funktioniert und warum das nachhaltig sein soll wird in einem spannenden Vortrag erklärt.
- 16:00 Regionale Wirtschaft fördern durch Geldanlagen**
Mathias Winkler, Ökofinanz 21 Regionalgruppe München & Oberbayern
Welche Möglichkeiten gibt es, nachhaltige Unternehmen in der eigenen Region zu fördern und Geld dabei sinnvoll in Sachwerten anzulegen. Z.B. in Erneuerbare Energien, Bio-Landwirtschaft oder soziale Wohnformen. Auch mögliche Chancen und Risiken dabei sollen erläutert werden.
- 17:00 Medizinische Versorgung in Uganda**
Mario Reidl, Ingenieure ohne Grenzen e.V.
Ingenieure ohne Grenzen unterstützt die Bevölkerung in vielen Regionen dieser Erde. Lasst euch berichten, wie man am Beispiel Uganda die medizinische Versorgung herstellt.

BÜHNE

12:30 | 15:30 | 17:30 **Tombolaverlosung**

- 13:30 Oriental meets Asia - vegane Fusionsküche im neuen Gewand**
Serkan Tunca, Bavarian Vegan Headchef
Mein Name ist Serkan Tunca. Ich bin gelernter Koch und freiberuflicher veganer Küchenchef. Seit 2010 lebe und koche ich ausschließlich vegan. In München, Umgebung und bundesweit halte ich auch meine freiberuflichen Seminare und Workshops ab, in denen ich zeige, wie einfach, abwechslungsreich und bunt es ist, vegan zu leben und zu kochen.

Heute möchte ich den Fusionsküchen Südasiens und dem nachheren Osten zu einer neuen und aufregenden Küche vereinen. Neue Geschmackserlebnisse aus der Gewürzvielfalt der asiatischen und orientalischen Küche runden das Ganze. Geschmackserlebnis ab. Lasst Euch neu inspirieren!
Euer Serkan Tunca

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. Könt 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. Könt 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 in Zusammenarbeit peace brigades international, pbi durchgeführt www.pbi-deutschland.de

GANZTÄGIGE AKTIONEN AN BEIDEN TAGEN AUSSTELLUNGEN

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.

Interaktiv: Was macht eigentlich mein Geld? (urgewald)
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**

Roll-up Ausstellung der Gesellschaft zur Rettung der Delfine
Informiert euch über Meeresschutz und lest darüber, was beispielsweise Plastikmüll und entsorgte Fischernetze anrichten können, wenn wir nichts tun.

Fisch-netz Ausstellungen des NABU
Vom NABU werden die Ausstellungen „Nachhaltiger Konsum“, „Ökologische Stadtbeleuchtung“ und „Plastik wie Sand am Meer“ gezeigt, Probleme beschrieben und vor allem Lösungsansätze beschrieben.

WORKSHOPS UND STANDAKTIONEN

Eisbärin Paula
Die lebensechte Eisbärin Paula wird bei uns am Stand und immer wieder überall auf dem Heldenmarkt auftauchen. Vielmehr noch: Sie wird Euch verblüffen, mit Euch spielen, tanzen und ganz sicher zum Kuschneln einladen. Kommt vorbei, lernt uns kennen und lasst Euch von Paula begeistern!
→ Am Stand von **Greenpeace**

„Was passt zusammen?“
Zuordnungsspiel zu Thema Wald/Klima. Die spielerische Zuordnung von Bildpaaren macht Groß und Klein Spaß und gibt Anlass zum Gespräch: Wer lebt im Wald - weltweit? Warum ist Wald so wichtig? Was kann man tun, um den Wald zu schützen?
→ Am Stand vom **WWF Deutschland**

Solarlampen löten
Bei uns könnt ihr aus Gurkengläsern Solarlampen löten und die „Sonnengläser“ selbstverständlich mit nach Hause nehmen!
→ Am Stand der **Ingenieure ohne Grenzen**

Reiniger und Waschmittel selbst machen
Hier könnt ihr aus einfachen Hausmitteln ökologische Reiniger und Waschmittel im Handumdrehen selbst machen und mit nach Hause nehmen.
→ Am Stand von **Sauberkasten**

Persönlichen CO₂-Fußabdruck in einer Minute ausrechnen
Bei uns kannst du dich über den persönlichen CO₂-Fußabdruck informieren und diesen auch gleich ausrechnen. Zudem erfährst du alles zum Thema CO₂-Kompensation.
Am Stand von **Klimapositiver Mensch**

Gewinnspiel! Mikroplastik-Schätzfrage.
Mikroplastik ist ein enormes Problem für unsere Ozeane. Doch wie unscheinbar und klein sind die Partikel? Schätze die Anzahl unserer kleinen Mikroplastik - Simulation und informiere dich über Ursachen, Gefahren für die marine Fauna und Lösungsmöglichkeiten. Preise im Wert von über 500€!
Am Stand von **Mantahari Oceanare**

Gewürze & ~Mischungen Indiens: Gerüche und Aromen
Identifiziert mit eurer Nase die einzelnen Zutaten, die in unseren indischen Hausfrauen-Curries stecken.
Am Stand von **College Curries**

Selbsthilfe - auch fürs eigene Fahrrad
Du fragst Dich was nachhaltige Fahrradtechnik mit mehr Offenheit im Umgang mit Depression zu tun hat? Die MUT-TOUR bewegt sich jeden Sommer mit Tandems durch Deutschland und setzt durch Öffentlichkeitsarbeit ein Zeichen für weniger Angst und Scham im Umgang mit Depressionen. In dabei erleben Menschen mit und ohne Depressionserfahrung Gemeinschaft, Natur und Bewegung. An unserem Stand kannst Du zusammen mit ehemaligen MUT-TOUR Teilnehmenden lernen wie Du Fahrradschläuchen neues Leben einhauchen kannst und mit wenigen Handgriffen Schlauch und Mantel mit der Felge vereinst. Wir werden auch ein paar gerissene Ketten dabei haben, und Dir zeigen, dass auch diese mit Übung wieder verwertbar sind. → Am Stand von **MUT-TOUR**

Die Milch macht's
Informationen über Milch und Käse. → Am Stand von der **Tierschutzpartei**

GRD-Glücksrad: Delfin- und Meeresschutzquiz „FÜR MEER LEBEN“
Delfin- und Meeresschutz QUIZ - Testet euer Wissen über Delfine und gewinnt mit etwas Glück einen nachhaltigen Sachpreis.
→ Am Stand der **Gesellschaft zur Rettung der Delphine**

Sehtest und Herstellung einer Brille mit EinDollarBrille
Macht einen Sehtest und findet heraus, was es bedeutet, wenn Menschen der Zugang zu Sehhilfen verwehrt ist. Die EinDollarBrille bietet Abhilfe - durch Hilfe zur Selbsthilfe. Schaut euch dazu an, wie eine komplette Brille in weniger als einer Stunde entsteht. Wir zeigen Euch, live vor Ort, wie aus einem Draht, eine komplette Schrupfschlauch und zwei Gläsern eine komplette Brille entsteht.
→ Am Stand von **EinDollarBrille**

Körnerspiel
Körnerspiel: die Samen oder Körner einer Pflanze sind in einer kleinen durchsichtigen Schale und der/die Spieler muss diese der richtigen Pflanze zuordnen. → Am Stand der **Albert-Schweitzer-Stiftung**

Tiere und ihre „Produkte“ finden.
Tiere und ihre Produkte: an einer Tafel sind Produkte zu sehen und der/die Spieler müssen jeweils ein Tier zu diesem Produkt zuordnen. Als „Belohnung“ gibt es einen kleinen Preis
→ Am Stand der **Albert-Schweitzer-Stiftung**

Wasser-Memory
Bei Viva con Agua erwartet euch ein spannendes Wasser-Memory.
Was ist eigentlich der korrekte Name für Wasser? Wie hat normale Badewannen würde ein Wasserhahn füllen, wenn er ein ganzes Jahr durch tropft? Und was hat das mit Viva con Agua und dessen Projekten zu tun? Dies und mehr könnt ihr bei Viva con Agua herausfinden.
→ Am Stand von **Viva con Agua**

Superflitzer
Ein lustiges Geschicklichkeitsspiel für Groß und Klein, in welchem man alle Spielsteine durch ein Loch in der Mitte des Spielfeldes in die Hälfte des Gegenspielers befördern muss.
→ Am Stand von **Viva con Agua**

No Time To Waste: Nachhaltigkeit ist kein Trend, sie ist unsere Zukunft
Seit mehr als 70 Jahren helfen wir Menschen, unnötige Verpackungen zu vermeiden, indem wir ihnen Produkte für jede Alltagssituation zum Mitnehmen oder Nachfüllen anbieten. Wähle Mehrweg statt Einweg und halte Deine Lebensmittel mit Hilfe unserer Tupperware länger frisch.
→ Am Stand von **Tipperware**

Bastel deinen Ärzte ohne Grenzen-Jeep
Um auch in Krisenregionen mobil zu sein, brauchen wir ganz besondere Fahrzeuge. Komm zu uns an den Stand und bastel dir deinen eigenen! → Am Stand von **Ärzte ohne Grenzen**

Meeresquiz
Bei uns könnt ihr euer Wissen rund um das Thema Meer und seine Bewohner testen und lernen, wie man die Meere und ihre Bewohner aktiv schützen kann. Und für die Schlausten gibt es natürlich kleine Preise zu gewinnen. → Am Stand von **Sea Shepherd**

Virtual-Reality-Brillen und vegane Kostproben
Ein Blick hinter die Fassaden: Du siehst es in einem Mastbetrieb aus? Wie leben die Tiere, die auf unseren Teller landen? Die EinDollarBrille bietet die einmalige Möglichkeit das Leben unserer „Nutztiere“ mit Virtual-Reality-Brillen hautnah zu erfahren. Traust Du dich? Ebenfalls findest Du an unserem Stand leckere Kostproben veganer Kuchen und passende Rezepte zum Mitnehmen. Wir freuen uns auf Deinen Besuch!
→ Am Stand von **ANIMALS UNITED**

BESONDERE AKTIONEN FÜR KLEINE HELD*INNEN

Upcycling: Handpuppen selbst gemacht
Alte Kleidungsstücke erfahren einen neuen Wert: Aus Socken, Stoff- und Wollresten kannst du deine eigene Handpuppe basteln.
→ Jeweils von **13:30 bis 15:00 Uhr** an der kleinen Theaterbühne