



*Der nachhaltige Cityguide*

# MÜNCHEN

Die Metropole an der Isar hat viel zu bieten - auch jenseits der klassischen Sehenswürdigkeiten, der teuren Geschäfte und der fantastischen Lage: München ist ein Hotspot des nachhaltigen Lebensstils. Gehen Sie mit BIO auf Entdeckungsreise durch das grüne München.

**TEXT: ALEXANDRA ACHENBACH**



FOTOS: FootToo, Prasit Roodphan, gameover2012, Nik Hoberg | iStock.com

Übernachten

- 1 DERAG LIVING  
Frauenstraße 4
- 2 ALTER WIRT  
Marktplatz 1,  
82031 Grünwald

Essen & Trinken

- 3 KLINGLWIRT  
Balanstraße 16
- 4 GOLDMARIE  
Schmellerstraße 23
- 5 SIR TOBI  
Sternstraße 16
- 6 POLKA  
Pariser Straße 38
- 7 HOLY BURGER  
Wörthstraße 7
- 8 GRATITUDE EATERY  
Türkenstraße 55

Shopping

- 41 KUNST UND SPIEL  
Leopoldstraße 48
- 42 SIEBENMACHEN  
St.-Bonifatius-Straße 20
- 43 VON ELISA  
Barer Straße 84
- 44 RUXAN  
Nymphenburger  
Straße 58-60
- 45 MEIN PLATZL –  
HANDGEMACHT  
IM ALPENLAND  
Westenriederstraße 12

- 9 PRINZ MYSHKIN  
Hackenstraße 2
- 10 MAX PETT  
Pettenkoflerstraße 8
- 11 BODHI  
Ligsalzstraße 23
- 12 CAFÉ IGNAZ  
Georgenstraße 67
- 13 HOSTARIA RÓ E BUNI  
Kaiserstraße 55
- 14-17 LE DU  
DUMPLINGS  
14 Klenzestraße 62  
15 Theresienstraße 180  
16 Altheimer Eck 7  
17 Karlsplatz (Stachus)
- 18 BELLEVUE DI MONACO  
Müllerstraße 6
- 19 ÜBER DEN TELLERRAND  
Einsteinstraße 28
- 20 ROECKLPLATZ  
Isartalstr. 26
- 21+22 DELISTAR  
21 Amalienstraße 40  
22 Kaulbachstraße 41
- 23 TUSHITA TEEHAUS  
Klenzestraße 53

- 24 ÜMIS CAFÉ  
Georgenstraße 62
- 25 SIGGIS  
Westenriederstraße 37
- 26 ASK FOR ANNA  
Augustenstraße 5
- 27 OOH BABY I LIKE IT RAW  
Rumfordstraße 39
- 28 DER GENUSSMACHER  
Clemensstraße 84
- 29 CAFÉ ISARFRÄULEIN  
Bahnhofplatz 3, 82049  
Pullach im Isartal
- 30 FRÄULEIN GRÜNEIS  
Lerchenfeldstraße 1a

Kleidung

- 31 ABOUT GIVEN  
Baaderstraße 55
- 32 AURYN NATURFASHION  
Reichenbachstraße 35
- 33-36 DEAR GOODS  
33 Friedrichstraße 28  
34 Hohenzollernstraße 31  
35 Am Glockenbach 12  
36 Baaderstraße 65
- 37 PHASENREICH  
Reichenbachstraße 23
- 38+39 BELLA NATURA  
38 Herzogstraße 1  
39 Haimhauserstraße 6
- 40 VEGANISTA  
Barer Straße 36





18



5



3

## Übernachten

### 1 DERAG LIVING HOTEL

Im Herzen von München gelegen und Green Globe zertifiziert. Das ist das Living Hotel am Viktualienmarkt mit seinem hochgelobten und Michelin-Stern-prämierten Restaurant TIAN. Eine wunderbare Symbiose von klimafreundlichen, vegetarischen Gaumenfreuden und nachhaltiger Übernachtung.

Frauenstraße 4,  
living-hotels.com

### 2 ALTER WIRT

Zentral liegt der Alte Wirt nicht, doch in nur 30 Minuten bringt die Tram einen aus der Münchner Innenstadt nach Grünwald. Mit seiner 100-jährigen Geschichte ist das feine Bio-Hotel ein Highlight in der Region. In den 50 renovierten Zimmern ist alles bio-zertifiziert. Im von Slow Food empfohlenen Bio-Restaurant flirtet Bayerisches Kochhandwerk mit internationaler Küche. Die Zutaten stammen alle aus der Region, das Brot wird sogar unter demselben Dach gebacken: in der Lokalbäckerei „Brotzeit“. Marktplatz 1, 82031 Grünwald, alterwirt.de

## Essen & Trinken

### 3 KLINGLWIRT

Gemütlich essen gehen in herzlicher und familiärer Atmosphäre. Das ist der Klinglwirt, Münchens erstes Bio-Wirtshaus. Das Fleisch kommt aus ökologischer Produktion der berühmten Herrmannsdorfer Landwerkstätten, der Fisch aus nachhaltiger Fischerei am Starnberger See und der Käse von der Hofkäserei Stroblberg. Und der Küchenchef, der ursprünglich aus Sri Lanka stammt, zaubert einen Schweinsbraten der Extraklasse.

Balanstraße 16,  
klinglwirt.de



2

4

### 4 GOLDMARIE

Spargelsalat im November bekommen Sie nicht in der Goldmarie. Dafür aber tägliche Abwechslung im Speiseplan, der sich konsequent an den Jahreszeiten orientiert und mit frischen Ideen und purem Geschmack überzeugt. Das Ambiente ist dank ruhiger Farben herrlich unaufgeregt. Nur reservieren sollte man im Vorfeld, denn die Plätze in der Goldmarie sind heiß begehrt.

Schmellerstraße 23,  
goldmarie-muenchen.de

### 5 SIR TOBI

Bereits seit 2014 ist das Sir Tobi Jahr für Jahr im Slow Food Genussführer. Nicht ohne Grund. Tobias Gschwendtner alias Sir Tobi beglückt seine Gäste in dem winzigen Restaurant mitten im zentralen Stadtteil Lehel mit bayerisch-mediterraner Küche. Und er verbreitet ein wohltuende Ruhe, die sich fast wie ein Kurzurlaub von der Großstadtheftik anfühlt. Angeboten werden preiswerte Mittagsgesichte, feine Suppen und Küchenklassiker wie das Wiener Schnitzel in herausragender Qualität.

Sternstraße 16,  
sirtobi-muenchen.de

### 6 POLKA

Hier, im Herzen Haidhausens, serviert man raffiniert abgewandelte Klassiker der Alpenküche mit kleinen Ausflügen ins Mediterrane. Die tagesaktuelle Karte ist überschaubar: Vier „Kleinigkeiten“, vier Vorspeisen, vier Hauptspeisen und drei Desserts. Die Zutaten sind meist in Bioqualität und stammen von Lieferanten aus Bayern, die allesamt auf der Speisekarte ausgewiesen werden. Nach dem Essen geht es im Keller weiter in einer gemütlichen Bar.

Pariser Str. 38, polka-polka.de

### 7 HOLY BURGER

Klein aber fein. Das beschreibt das Holy Burger wohl am besten. Hier gibt es eine riesengroße Auswahl an Burgern und damit ist nicht nur der klassische Rindfleischburger gemeint (natürlich mit frisch durch den Wolf gedrehtem Herrmannsdorfer Bio-Rindfleisch). Auch Vegetarier und Veganer kommen bei der abwechslungsreichen Speisekarte auf ihre Kosten.

Wörthstraße 7, holyburgergrill.de



## HOPFFISTEREI

Weit über die Grenzen Münchens hinaus ist sie bekannt, die größte Bio-Bäckerei Deutschlands. Die Hopffisterei produziert bereits seit 1984 ausschließlich ökologisch. Filialen findet man in München an fast jeder Ecke. Hier geht es zum Filialfinder: [hopffisterei.de/hpf\\_filialen.php](http://hopffisterei.de/hpf_filialen.php)

**8 GRATITUDE EATERY**

Im Herzen der Maxvorstadt schlägt ein grünes Herz. Die Gratitude Eatery hat sich mit veganer Küche und schmackhaftem Rawfood (Rohkost) einen Namen in München erkocht und ist weit über die vegane Szene hinaus bekannt. Das liebevoll bereitete Essen schmeckt einfach köstlich und inspiriert eindeutig zu einem Leben ohne Fleisch.

Türkenstraße 55,  
gratitude-restaurant.de



19



4

**9 PRINZ MYSHKIN**

Eine Institution der fleischlosen Küche in München, aus Zeiten, in denen es noch nicht an jeder Ecke ein veganes Sandwich mit Chiasamen oder einen Soja-Latte gab. Das Ambiente ist stylisch, die Speisekarte multikulti und die Aromen sind bodenständig. Die meisten Gerichte sind eher vegetarisch als vegan.

Hackenstraße 2,  
prinzmyshkin.com

**10 MAX PETT**

Vegane Küche vom Feinsten, jeden Freitag von 15 bis 17 Uhr Kaiserschmarrn-Happy-Hour und für alle Naturhungrigen „Wald im Glas“ als aromatischer Waldspaziergang-Shot. Das ist das Max Pett in der Nähe vom Sendlinger-Tor-Platz. Experimentierfreudige Küche mit Gerichten die nach Fleisch, Sahne und Käse klingen, aber komplett ohne auskommen.

Pettenkoflerstraße 8, max-pett.de



11

**11 BODHI**

Veganes Wirtshaus mit klassischen bayerischen Gerichten – nur eben anders. Statt Schwein und Rind sind Seitan, Tempeh oder Lupine die Basis von Schnitzel, Braten und Co. Und das schmeckt sogar überzeugten Fleischessern. Die Atmosphäre ist urig und gemütlich mit modernen Details. Das gibt es nur in Bayern.

Ligsalzstraße 23, bodhivegan.de

**12 CAFÉ IGNAZ**

Vor 35 Jahren wusste wohl noch kaum jemand was der Begriff vegan bedeutet. Heute ist das in München selbstverständlich anders. Das Café Ignaz gibt es aber immer noch. Genau so entspannt, herzlich und gemütlich wie eben schon vor 35 Jahren. Das Erfolgsrezept des kleinen Cafés? Wer in die Georgenstraße kommt, der kann sein Essen in Ruhe genießen. Zum Beispiel einen herrlichen Couscous-Salat mit frischer Minze, einen knallgrünen Algensalat oder die wunderbaren Kuchen und Gebäckstückchen.

**13 HOSTARIA RÓ E BUNI**

Das erste italienische Bio-Restaurant in München mit handgemachter, frischer Pasta, regionalen Zu-

taten und 100 Prozent Bio-Fleisch. Hier kommt nichts weniger als das Beste Italiens auf die Teller und Sie können die herzhaften und süßen Köstlichkeiten in der ungezwungenen Atmosphäre eines italienischen Landgasthofes genießen. Übrigens: Auf der Speisekarte finden sich auch jede Menge vegetarische und vegane Gerichte.

Kaiserstr. 55, hostariaroebuni.de

**14 - 17 LE DU DUMPLINGS**

Für alle, die echte chinesische Küche suchen, bieten die Restaurants und Streetfood-Garküchen von Le Du eine kulinarische Reise ins Reich der Mitte. Alle Speisen werden aus frischen Bio-Zutaten zubereitet und das Fleisch stammt von der Allgäuer Bio-Metzgerei Bühler. Hochwertige chinesische Küche finden Sie in zwei Restaurants im Glockenbachviertel (13) und in der Maxvorstadt (14). Gerichte aus Chinas Garküchen gibt es am Altheimer Eck (15) und am Stachus (16).

14 Klenzstraße 62  
15 Theresienstraße 18  
16 Altheimer Eck 7  
17 Karlsplatz (Stachus)  
Einkaufszentrum  
Sperrengeschoß  
ledu.restaurant



**ÖKO-BIERGÄRTEN**

München und seine Biergartenkultur sind weltberühmt und wohl der Inbegriff für Gemütlichkeit. Online finden Sie eine schöne Übersicht der Öko-Biergärten Münchens, mit Bio-Bier, ökologischer Bratwurst, regionalem Obazdn und Bio-Brezn: [livelifegreen.de/oeko-biergarten-mit-bio-essen-in-muenchen](http://livelifegreen.de/oeko-biergarten-mit-bio-essen-in-muenchen)

**18 BELLEVUE DI MONACO**

Das Bellevue wirkt wie ein hippestes Münchner Straßencafé: Retro-möbel, helle Farben, stylisches Ambiente und rein vegetarische Multikulti-Speisekarte. Doch das Bellevue di Monaco hat mehr zu bieten als leckere Mittagsgesichte, Snacks und Kaffeespezialitäten. Es ist ein bunter Treffpunkt und ein Ort der Nächstenliebe und Solidarität für Geflüchtete und Einheimische mit einem breiten Beratungsangebot und spannenden Kulturveranstaltungen.

Müllerstraße 6,  
bellevuedimonaco.de

**19 ÜBER DEN TELLERRAND**

Das Über den Tellerrand ist ein Sozialprojekt, das von Geflüchteten und MünchnerInnen gemeinsam betrieben wird. Hier ist das gemeinsame Kochen gelebte Inte-



21



23

gration und der bunte Café- und Restaurantbetrieb mit seiner vielfältigen und internationalen Küche ermöglicht ein unkompliziertes Kennenlernen und den Austausch auf Augenhöhe.  
Einsteinstraße 28,  
ueberdentellerrand.cafe

**20 ROECKLPLATZ**

Jugendlichen eine Chance geben. Genau das will das Restaurant Roecklplatz und bietet mit seinem eigenwilligen Konzept jungen Menschen mit schwierigen Biografien und Geflüchteten einen guten Start in ein selbstständiges Berufsleben. Serviert wird Hausgemachtes, Klassisches und Veganes mit einem Touch von Fusion Food.  
Isartalstr. 26, roecklplatz.de

**21+22 DELISTAR**

Diese Coffeeshops sind anders als die anderen. Die beiden Delistarfamilialen sind komplett plastikfrei und bio-zertifiziert. Üppig belegte Bagels, eine täglich wechselnde Suppenküche, Müslis und Salate im Weckglas gehören hier ebenso zum Konzept wie Bio-Zutaten aus der Region. Zumindest wann immer möglich.  
21 Amalienstraße 40  
22 Kaulbachstraße 41  
delistar.de

**23 TUSHITA TEEHAUS**

Ein Besuch im Tushita Teehaus ist wie ein Kurzurlaub in Langsamkeit. Denn gut Ding will Weile haben, vor allem bei der Teezubereitung. Sie haben die Wahl zwischen unglaublichen 150 Teesorten. Dazu werden herzhaft und süße, vegane Köstlichkeiten serviert, deren Zutaten allesamt aus kontrolliert biologischem Anbau stammen. Ein besonderes Gedicht sind die veganen Kuchen und Desserts, von denen ein Teil stets zucker- und glutenfrei angeboten wird.  
Klenzestraße 53, tushita.eu

**24 ÜMIS CAFÉ**

So herzlich, als würde man gute Freunde besuchen. Die sympathische Ümi, die selbst vegan lebt, bewirbt die Gäste in ihrem hübschen kleinen Café ganz wunderbar und mit dem Charme Anadolien. Dabei sind die vegetarischen und veganen Schlemmereien wie Kuchen, Gebäck und Herzhaftes hausgemacht und meist mit Bio-Zutaten. Samstags und sonntags kann man sich für nur neun Euro an diversen Nudel- und Pergraupensalaten, an Bratkartoffeln und orientalischen Frischkäsevariationen satt essen.  
Georgenstraße 62

**25 SIGGIS**

Sigrid Lutz will überzeugen, dass veganes Essen richtig lecker ist. Das gelingt ihr im Siggis ganz fabelhaft. Hier ist alles vegan, vom Hot Dog bis zum Aufkleber auf den Weinflaschen und es schmeckt. Auch passionierten Fleischessern. Besonders zu empfehlen sind die Sandwiches und die veganen Cupcakes von Juni-love. Zum Niederknien!  
Westenriederstraße 37, siggis.jetzt

**26 ASK FOR ANNA**

Wer exotisches Superfood wie Acai oder Chia sucht, der sucht im Ask for Anna vergebens. Dafür bekommen Sie in dem hübschen Bistro Leckerer und Regionales in Bio-Qualität und viel Liebe bei der Zubereitung und im Service. Die bunte Speisekarte wechselt nach Lust und Laune und je nachdem, was gerade Saison hat. Ein Dauerbrenner sind die wunderbaren Kuchen.  
Augustenstraße 5, askforanna.de

**27 OOH BABY I LIKE IT RAW**

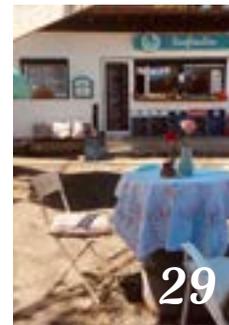
Gerade mal fünf Tische gibt es im Ooh baby..., doch auf die Größe kommt es hier nicht an. Das winzige Café besticht durch Herzlichkeit, Charme und wunderbaren Kuchen. Und wer in dieser Stadt ein richtig gutes Frühstück oder etwas für die Mittagspause sucht, der wird auf jeden Fall fündig.  
Rumfordstraße 39,  
facebook.com/ooohbabymuenchen

**28 DER GENUSSMACHER**

Hell und luftig ist die Atmosphäre im Genussmacher in der Clemensstraße und jeder, der das Tagescafé betritt, fühlt sich fast automatisch wohl. Egal, ob Sie zum Frühstück kommen oder mit einem der vielen Munter- und Warmmacher der Speisekarte (Kaffee, Tee und

andere Heißgetränke) gemütlich den Tag verträdeln. Die Zutaten sind überwiegend bio und fair und auch Veganer finden hier eine tolle Auswahl.

Clemenstraße 84, facebook.com/DerGenussmacherSchwabing



29

**KIOSKLIEBE**

Die Münchner lieben ihre Standl und hier kommen zwei ganz besonders schöne mit herzlichem Service und hausgemachten Köstlichkeiten. Alles von Kaffee und Kuchen bis zum leckeren Snack für Zwischendurch. Oftmals vegan, möglichst regionale und aus Bio-Zutaten.

**29 CAFÉ ISARFRÄULEIN**

am Isarhochufer nahe der Großhesseloher Brücke  
Bahnhofplatz 3,  
82049 Pullach im Isartal, isarfraeulein.de

**30 FRÄULEIN GRÜNEIS**

am Eisbach im Englischen Garten  
Lerchenfeldstraße 1a  
fraeulein-grueneis.de

## Kleidung

### 31 ABOUT GIVEN

Im Herzen des Glockenbachviertels, im Ladenlokal des ehemaligen Glore, gibt es seit über zehn Jahren nachhaltige und faire Mode und Accessoires für Männer, Frauen und Kinder. Das farblich stimmige und liebevoll präsentierte Sortiment besteht aus Trendteilen und Basics. Individuell und trotzdem zeitlos und vielseitig kombinierbar. Hier ist jedes einzelne Stück mit Sorgfalt gewählt und man spürt bei seinem Besuch stets das Grundprinzip des kleinen Ladens: Wertschätzung.

Baaderstraße 55, aboutgiven.de

### 32 AURYN NATURFASHION

Das liebevoll eingerichtete Aurnyn ist eine echte Institution der Münchner Fairfashion-Bewegung. Seit nun schon über 23 Jahren betreibt Christine Frehe-Reynartz ihr grünes Herzensprojekt und gibt wunderbarer nachhaltiger Mode ein hübsches Zuhause auf Zeit. Nur einen Steinwurf entfernt vom Gärtnerplatz finden Sie hochwertige Kleidungsstücke und Accessoires für Damen und Kinder bis sechs Jahre. Zusätzlich bietet Christine in einem kleinen Separee noch hübsche Geschenkartikel und ausgesuchtes Spiel-



31



## Lieblingssorte der Redaktion

### SCHLOSS BLUTENBURG

Richtig schön und vergleichsweise ruhig ist es an der Würm in Obermenzing und am Blütenburger Weiher. Idyllisch liegt hier das mittelalterliche Jagdschloss Blutenburg mit dem Schlosspark und seinen Skulpturen, der Schlosskapelle und den historischen Räumen. Im Mai steigt das jährliche Weinfest. (Seldweg 15)

### PASINGER VIKTUALIENMARKT

Genuss ganz lokal: Auf dem Pasinger Viktualienmarkt geht es deutlich entspannter zu als auf seinem großen Bruder in der Innenstadt. Der Markt liegt gleich neben dem Pasinger Rathaus malerisch in einem vom letzten Krieg verschonten Innenhof. (Bäckerstraße 7)

### ALTE UTTING

In München gibt es auch im Bereich Subkultur etwas, das es woanders nicht gibt: Zum Beispiel ein Schiff auf einer Eisenbahnbrücke. Der ausrangierte Dampfer „Alte Utting“ vom Ammersee ist Veranstaltungsort, Biergarten, Frühstückscafé und Foodtruck in einem. Nicht nur das Schiff ist außergewöhnlich, sondern auch die bunte Mischung des Publikums. (Lagerhausstraße 15)

### WIENER PLATZ

Geradezu idyllisch und fast schon dörflich geht es auf dem Wiener Platz in Haidhausen zu. Hier lädt der kleinste ständige Markt Münchens zum Besuch ein. Gleich daneben befindet sich mit dem Hofbräu Keller einer der größten Münchner Biergärten mit Strandbar (im Sommer). Am und rund um den Wiener Platz gibt es viele Boutiquen und andere ausgefallene Geschäfte.

### FLOSSLÄNDEWELLE

Die Flusswelle in Thalkirchen gilt als Ursprung des „Riversurfens“ in München. Seit 1972 wird hier, wo auch die Isar-Flöße anlegen, auf einer stehenden Welle geritten. Relativ gefahrlos kann man hier die ersten Versuche im Flussreiten starten. Einfach Zugucken kann man natürlich auch. Die Welle läuft während der Floßsaison von Mai bis Oktober. (Zentralländstr. 30)



**FAIR-FASHIONLABELS AUS MÜNCHEN**

Wer auf Suche nach kreativen und ausgefallenen Fairfashion-Labels direkt aus München ist, der kommt hier auf seine Kosten. Von schlicht und klassisch, über feminin bis hin zu ausgefallen. Individuelle Kleidung, nachhaltig und direkt aus dem grünen Herzen Münchens.  
[livelifegreen.de/air-fashion-label-aus-muenchen-nachhaltige-mode](http://livelifegreen.de/air-fashion-label-aus-muenchen-nachhaltige-mode)

zeug. Dabei sind schadstofffreie Materialien und faire Herstellungsbedingungen Pflicht.  
 Reichenbachstraße 35,  
[aurn-shop.com](http://aurn-shop.com)

**33 - 36 DEAR GOODS**

Ein Laden voller Lieblingsstücke. Nein, gleich vier hübsche Läden in München, und alle haben eines gemeinsam. Fairness, Wertschätzung und Respekt stehen bei der Auswahl der Kleidungsstücke, Accessoires und Lifestyleprodukte an oberster Stelle. Alles Stores



bieten neben dem Basissortiment jeweils Schwerpunkte an. Am Glockenbach (35) sind das z. B. Damenhosen und Jeans, in der Baaderstraße (36) gibt es vegane Taschen, Rucksäcke und Co. und Männer sind in der Hohenzollernstraße (34) goldrichtig.  
 34 Friedrichstraße 28,  
 35 Hohenzollernstraße 31,  
 36 Am Glockenbach 12,  
 37 Baaderstraße 65,  
[deargoods.com](http://deargoods.com)

**37 PHASENREICH**

Bio-Café, Fashion-Store für Männer und Frauen und Geschenkladen in einem. Hier können Sie bei einem gemütlichen Chai-Latte und in hipper Atmosphäre über faire Mode sinnieren, und sie gleich danach live erleben und mit nach Hause nehmen. Das Schöne? Viele der Labels sind klein und kommen aus Deutschland, so wie z.B. das Münchner Unterwäschelabel Vatter oder die Upcyclingmode von Recyclist Workshop.  
 Reichenbachstraße 23,  
[phasenreich.net](http://phasenreich.net)

**38 + 39 BELLA NATURA**

Bereits seit über 15 Jahren lädt das Bella Natura zum fairen Kleidungseinkauf ein und mittlerweile gibt es den gut sortierten Laden sogar zweimal in München. Hier finden Sie stilvolle Damenmode und Accessoires auf viel Platz und in entspannter Atmosphäre. Alles eco, fair und oft vegan. Dabei versteht sich der neue Laden in der Herzogstraße eher als Concept Store mit spannenden neuen Labels wie z.B. lovjoi, während in der Haimhauserstraße auch klassische Mode zu Hause ist. Übrigens: In der Haimhauserstraße gibt es einen Lagerverkauf und einen Think!



Marken-Shop, mit Schuhen aus rein pflanzlich gegerbtem Leder.  
 39 Herzogstraße 1,  
 40 Haimhauserstraße 6,  
[bella-natura.shop](http://bella-natura.shop)

**40 VEGANISTA**

Veganer Eco-Fair-Fashion-Laden im Herzen von München, unweit der Pinakotheken: Kleidung, Schuhe, Taschen und Accessoires - alles ist liebevoll ausgesucht, nachhaltig, vegan, bio und fair.  
 Barer Str. 36, [veganista-muc.de](http://veganista-muc.de)



**SECONDHAND**

Der Kauf gebrauchter Kleidung ist gelebte Nachhaltigkeit und Wertschätzung pur. Und in München gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten secondhand einzukaufen. Läden finden Sie hier:  
[muenchen.de/shopping/second-hand.html](http://muenchen.de/shopping/second-hand.html),

**Shopping**

**41 KUNST UND SPIEL**

Eine absolute Instanz im grünen und kreativen München und das bereits seit unfassbaren 60 Jahren. Kunst und Spiel in Schwabing hat Generationen von Familien durch das Leben begleitet. Mit liebevoll ausgewählten Spielsachen, mit Geschenkartikeln, Bastelmaterial, Büchern und Naturtextilien. Das Besondere dabei? Von Anfang an sind fast ausschließlich Produkte aus Naturmaterialien wie Wolle und Holz im Sortiment.  
 Leopoldstraße 48,  
[kunstundspiel.de](http://kunstundspiel.de)

**42 SIEBENMACHEN**

Sieben ambitionierte Frauen haben den kleinen Laden Anfang 2012 gegründet und seit dieser Zeit bekommen hier Künstler und Kreative eine Bühne mitten in Giesing. Kunstdrucke, handgefertigte Hutkreationen, Upcycling-Taschen, Schmuck oder feinstes Porzellan. Bei Siebenmachen werden alle fündig, denen Selbermachen zu kompliziert oder zu zeitaufwendig ist.  
 St.-Bonifatius-Straße 20,  
[siebenmachen.de](http://siebenmachen.de)

#### 43 VON ELISA

Die beiden Schwestern Isabel und Sabrina Mazur-Schaar haben sich mit Von Elisa einen Traum erfüllt. Und sie haben ein echtes Kleinod für fair hergestellte Produkte für Groß und Klein geschaffen. Mit Schönerm und Nützlichem von sorgfältig ausgewählten Herstellern wie Nkuku oder dassie Artisan, aber auch Selbstgemachtem der beiden Schwestern und ausgesuchter Kreativer. Dabei sind Fairtrade, Qualität und Handarbeit stets der gemeinsame Nenner bei Interior, Accessoires, Schmuck, Kinderkleidung und Spielzeug.  
Barer Str. 84, von-elisa.de

#### 44 RUXAN

Die besonderen Produkte dieses Designladens erzählen alle ihre eigene Geschichte. Von den Orten auf der Welt, aus denen sie stammen, und von den Händen, die sie mit viel Liebe erschaffen haben. Mutter und Tochter Steiningger kennen sie alle. Die schönen

Ding in ihrem Laden und die Geschichten dahinter. Etwas haben allerdings alle Lieblingsstücke gemeinsam: Sie wurden fair hergestellt. Oftmals unter Einbeziehung von Behindertenwerkstätten oder als Upcycling-Projekt.  
Nymphenburger Straße 58-60,  
ruxan.de

#### 45 MEIN PLATZL – HANDGEMACHT IM ALPENLAND

Alle Produkte bei Mein Platzl sind in den Alpen hergestellt - von Bayern bis in die Schweiz. Dabei geht es Bibiane und André Lorenz vor allem darum, nachhaltiges Wirtschaften zu fördern und Regionalität zu stärken. Und das funktioniert durch Partnerschaften auf Augenhöhe eben am besten. Diese Partner beliefern den Laden dann mit ihrem Herzblut. Mit einzigartigen Produkten zum Essen, zur Körperpflege, zum Einrichten und zum Wohlfühlen.  
Westenriederstraße 12,  
meinplatzl.de



### NACHHALTIG UNTERWEGS NACH UND IN MÜNCHEN

Nicht nur für die An- und Abreise in die bayerische Landeshauptstadt ist die Bahn die beste und grünste Wahl. Auch wer sich in München und Umgebung umweltfreundlich von A nach B bewegen will, der kommt an den öffentlichen Verkehrsmitteln nicht vorbei. 6 U-Bahn-Linien, 10 S-Bahn-Linien, 9 Teilstrecken im Regionalzugverkehr mit MVV-Tarifintegration, 10 Trambahn-Linien und Buslinien in allen Himmelsrichtungen sorgen trotz der weiten Entfernungen für ein Gefühl der räumlichen Nähe. Besonders komfortabel ist die Nutzung der Öffentlichen mit der MVV-App. [mvv-muenchen.de](https://www.mvv-muenchen.de)

### Auch als Buch: *Der nachhaltige Cityguide München*

Der nachhaltige Cityguide „Unser grünes München“ zeigt, was Bayerns Hauptstadt alles zu bieten hat: Neben Tipps für einen nachhaltigen Alltag werden grüne Initiativen und Projekte vorgestellt. Die Empfehlungen für Einkaufen, Essen und Trinken, Tagesausflüge und grüne Großstadtecken sind für Einheimische und Besucher gleichermaßen interessant.  
(Alexandra Achenbach, oekom e.V. (Hrsg.): Unser grünes München – Der nachhaltige Cityguide, oekom verlag 2020, 176 S., 15 Euro)



# 5

STADTFÜHRER  
ZU GEWINNEN

Wer gewinnen möchte, sendet bis 31. Mai 2020 eine Postkarte oder eine E-Mail mit dem Stichwort „München“ an den oekom verlag, BIO-Redaktion, Waltherstraße 29, D-80337 München (E-Mail [gewinnspiel@biomagazin.de](mailto:gewinnspiel@biomagazin.de)). Bitte beachten Sie unsere Datenschutzhinweise auf Seite 113.