









## IN MÜNCHEN

- 1 **Altstadt** • Münchentrail Etappe 10: Szenenwechsel  
*München zu Fuß entdecken* 15
- 2 **Altstadt** • Viktualienmarkt  
*Regional einkaufen und genießen* 🍴 17
- 3 **Altstadt** • Hofbräuhaus-Kunstmühle Jakob Blum  
*Münchens letzte Mehlmühle* 🧑🏻 19
- 4 **Altstadt** • Café Keep Bañana  
*Lecker Lebensmittel retten* 🍴 21
- 5 **Isarvorstadt** • nkm Naturkosmetik München  
*Natürlich schön* 23
- 6 **Isarvorstadt** • Wohn- und Kulturzentrum Bellevue di Monaco  
*Es lebe die Integration* 🧑🏻 25
- 7 **Isarvorstadt** • Auryl Fair Fashion & Toys  
*Paradies für Mode und Spielzeug* 🧑🏻 27
- 8 **Isarvorstadt** • ABOUT GIVEN – Fair Organic Wear  
*Faire Mode, die bleibt* 29
- 9 **Ludwigsvorstadt** • Secondhandshop Vintage Revivals  
*Neu verliebt in alte Kleider* 31
- 10 **Maxvorstadt** • Museum Brandhorst  
*Kunst und nachhaltige Architektur* 🧑🏻 33
- 11 **Maxvorstadt** • Café Lost Weekend  
*Arbeiten und Tagträumen an der Uni* 🍴 35
- 12 **Maxvorstadt/Schwabing** • Englischer Garten  
*Münchens grüne Lunge* 🧑🏻 37

|    |   |    |
|----|---|----|
| 13 | <b>Schwabing</b> • Café Ignaz und Tochter<br><i>Iss dich glücklich</i> 🍴                            | 39 |
| 14 | <b>Schwabing</b> • Ladengeschäft Kunst und Spiel<br><i>Für große und kleine Kinder</i> 👨👩👧          | 41 |
| 15 | <b>Schwabing</b> • Kinderkunsthaut<br><i>Nachhaltig kreativ</i> 👨👩👧                                 | 43 |
| 16 | <b>Schwabing</b> • BARTU Bio-Eis und Bio-Pizza<br><i>Eiskalte Geschmacksexplosion</i> 🍴             | 45 |
| 17 | <b>Schwabing</b> • Bekleidungsgeschäft Bella Natura<br><i>Verantwortung auf drei Etagen</i>         | 47 |
| 18 | <b>Au</b> • Müller'sches Volksbad<br><i>Frische für alle</i>  | 49 |
| 19 | <b>Haidhausen</b> • Kultur- und Bildungszentrum Am Gasteig<br><i>Kulturelles Herz der Stadt</i> 👨👩👧 | 53 |
| 20 | <b>Haidhausen</b> • LOVE kidsweat & for women<br><i>Spielplatztaugliche Kindermode</i>              | 55 |
| 21 | <b>Haidhausen</b> • HEi – Haus der Eigenarbeit<br><i>Einfach selber machen</i> 👨👩👧                  | 57 |
| 22 | <b>Haidhausen</b> • Klinglwirt<br><i>Bayerisches Slow Food</i> 🍴                                    | 59 |
| 23 | <b>Obergiesing</b> • Café Poppi Farmer<br><i>Kaffee mit gutem Gewissen</i> 🍴                        | 61 |
| 24 | <b>Obergiesing</b> • Giesinger Grünsitz<br><i>Kultur und Garteln für alle</i> 👨👩👧                   | 63 |
| 25 | <b>Untergiesing</b> • Kulturcafé Gans Woanders<br><i>Hexenhäusl mit Baumhausflair</i> 🍴             | 65 |
| 26 | <b>Untergiesing</b> • Baumschule Bischweiler<br><i>Grüne Wohlfühlloase</i> 👨👩👧                      | 67 |
| 27 | <b>Sendling</b> • Bar Alte Utting<br><i>Ahoi, ihr Stadtmatrosen!</i> 🍴                              | 69 |
| 28 | <b>Sendling</b> • Café und Feinkost Om nom nom<br><i>Himmel für Käse-Alternativen</i> 🍴             | 71 |
| 29 | <b>Sendling</b> • Stemmerhof<br><i>Dorfgefühl mitten in der Stadt</i> 🍴                             | 73 |

|    |  |    |
|----|--|----|
| 30 | <b>Obersendling</b> • Unverpacktladen <i>Servus Resi</i><br><i>Glas und Sackerl statt Plastik</i>  | 75 |
| 31 | <b>Mittersendling</b> • Westpark<br><i>Auszeit für die ganze Familie</i>                              | 77 |
| 32 | <b>Schwanthalerhöhe</b> • Geschenkladen <i>Isar Kollektiv</i><br><i>Regionale Designvielfalt</i>   | 79 |
| 33 | <b>Neuhausen</b> • Jugendherberge <i>München City</i><br><i>Modern, bunt und nachhaltig</i>           | 81 |
| 34 | <b>Neuhausen</b> • Secondhand-Geschäft <i>diakonia – kleidsam</i><br><i>Gebrauchte Mode, faire Chancen</i>   | 83 |
| 35 | <b>Nymphenburg</b> • Botanischer Garten München-Nymphenburg<br><i>Von Exotik bis BIOTOPIA</i>         | 85 |
| 36 | <b>Milbertshofen</b> • Festival <i>Tollwood</i><br><i>So schön kann Wandel sein</i>                   | 87 |
| 37 | <b>Ramersdorf</b> • Ramersdorfer Kinder- und Jugendfarm<br><i>Landluft in der Stadt</i>               | 89 |
| 38 | <b>Perlach</b> • Community Kitchen<br><i>Klima schützen und lecker essen</i>                          | 91 |
| 39 | <b>Perlach</b> • Abenteuerspielplatz <i>Maulwurfshausen</i><br><i>Paradies für kleine Baumeister</i>  | 93 |
| 40 | <b>Harlaching</b> • Perlacher Forst<br><i>Waldgefühl mit U-Bahnanschluss</i>                         | 95 |
| 41 | <b>Thalkirchen</b> • Naturbad <i>Maria Einsiedel</i><br><i>Freibadvergnügen ohne Chlor</i>          | 97 |

## UM MÜNCHEN

|    |   |     |
|----|---|-----|
| 42 | <b>Eching</b> • Garchinger Heide<br><i>Was zirpt denn da?</i>    | 101 |
| 43 | <b>Kranzberg</b> • Hörger Biohotel <i>Tafernwirtschaft</i><br><i>Öko in modernem Look</i>              | 103 |
| 44 | <b>Freising</b> • Weltwald<br><i>Zu Fuß um die Welt</i>    | 105 |
| 45 | <b>Freising</b> • Unverpacktladen und Café <i>Fräulein Lose</i><br><i>Kuchengenuss und Zero Waste</i>  | 107 |

|    |  |     |
|----|--|-----|
| 46 | <b>Erding</b> • Kronthaler Weiher<br><i>Urlaubsgefühl pur</i>   | 109 |
| 47 | <b>Erding</b> • Bauernhausmuseum<br><i>Zurück in die Vergangenheit</i>    | 111 |
| 48 | <b>Forstinning</b> • Mühle, Café und Hofladen Wolfmühle<br><i>Bio-Mehl und mehr ...</i>   | 113 |
| 49 | <b>Hohenlinden</b> • Ebersberger Forst mit<br>Walderlebnispfad Hohenlindener Sauschütt<br><i>Grunzen und Gruseln im Grünen</i>  | 115 |
| 50 | <b>Ebersberg</b> • Museum Wald und Umwelt<br><i>Waldzauber und Waldnutzung</i>    | 117 |
| 51 | <b>Vaterstetten</b> • amabile concept store<br><i>Faire Mode und Stil</i>  | 119 |
| 52 | <b>Neubiberg</b> • Umweltgarten Neubiberg<br><i>Ökologische Bildung zum Anfassen</i>    | 121 |
| 53 | <b>Glonn</b> • Herrmannsdorfer Landwerkstätten<br><i>Glückliche Schweine</i>    | 123 |
| 54 | <b>Aying</b> • BergTierPark Blindham<br><i>Spiel, Spaß und Tiere</i>    | 125 |
| 55 | <b>Otterfing</b> • ArcheHof Schlickenrieder<br><i>Kuchen mit Bergpanorama</i>    | 127 |
| 56 | <b>Holzkirchen</b> • Geo-Lehrpfad<br><i>Der Eiszeit auf der Spur</i>    | 129 |
| 57 | <b>Oberhaching</b> • Naturbad Furth<br><i>Sommer, Sonne und ein Naturbad</i>    | 131 |
| 58 | <b>München/Pullach im Isartal</b> • Großhesseloher Brücke<br>und Isar<br><i>Flussabenteuer und Sonnenbaden</i>   | 133 |
| 59 | <b>Grünwald</b> • Bio-Restaurant und Biohotel Alter Wirt<br><i>Alles bio!</i>   | 135 |
| 60 | <b>Grünwald</b> • Walderlebniszentrum Grünwald<br><i>Der Duft des Waldes</i>    | 137 |
| 61 | <b>Münsing</b> • Biohotel Schlossgut Oberambach<br><i>Nachhaltig entspannen</i>   | 139 |

- 62 **Andechs** • Landgasthof »Der Obere Wirt«  
zum Queri in Frieding  
*Ruhe und Gemütlichkeit* 🍴 141
- 63 **Weßling** • Gasthof Il Plonner in Oberpfaffenhofen  
*Einfach Wohlfühlen* 🍴 143
- 64 **Gräfelfing** • Wanderung entlang der Würm  
*Alles fließt ...* 145
- 65 **Eichenau** • Eichenauer Pfefferminzmuseum  
*Der Duft bewegter Ortsgeschichte* 147
- 66 **Fürstenfeldbruck** • Restaurant Fürstenfelder  
*Bio-Genuss und Kultur* 🍴 149
- 67 **Eresing** • Erzabtei St. Ottilien  
*Eine Oase des Friedens* 151
- 68 **Hattenhofen** • Haspelmoor  
*Mehr als ein CO<sub>2</sub>-Speicher ...* 153
- 69 **Dachau** • Hofgarten Schloss Dachau  
*Es brummt und summt ...* 👨‍👩‍👧 155
- 70 **Dachau** • Gärtnerei Obergrashof  
*Hier ist die Vielfalt zu Hause* 👨‍👩‍👧 157