

Your Own Impact

Duurzaamheid begint bij jezelf

Powered by



Over Your Own Impact

Your Own Impact is een gratis evenement over duurzaamheid. Het thema van het evenement is 'duurzaamheid in verbinding met jezelf'. Het heeft als doel je bewuster te laten kijken naar duurzaamheid. Hoe geef je ruimte aan wezenlijke zaken voor jezelf zodat je duurzaam waarde kunt toevoegen aan de maatschappij? Hoe geeft je vorm aan duurzaamheid, van binnen naar buiten?

Duurzaamheid

Hoe voeg je duurzaam waarde toe aan de maatschappij? Hoe kun je goed en bewust consumeren?

Diverse organisaties en specialisten op het gebied van duurzaamheid presenteren inspirerende manieren om goede en slimme keuzes te maken voor een duurzame leefstijl. Er zijn: lezingen, workshops, minisymposiums, een biowijnproeverij, kledingruil, presentaties en allerlei stands.

Proef, ruik, hoor, zie, erváár hoe je duurzaamheid kunt toepassen in je leven.



Programma

Deuren Open	vanaf 10:00	
Ronde 1	10:30 – 12:00	
▪ 'De Duurzame mens' door Albert Sonneveld		Zaal 1
▪ Lezing over bijen door Deborah Post van Rootz (biologische smoothies)		Zaal 4
▪ 'Eat Green together' door Vincent Kagie van NVB		Zaal 5
▪ 'Wereldvoedselsituatie en duurzaamheid' door Victor Hooftman van Plenty food		Zaal 6
▪ Wereldcafé door Petra Otten		Zaal 7
▪ 'Heel jezelf met voedsel' door Mike Donkers		Zaal 8
▪ 'Duurzame materialen' door Luuk Dijkhuis van Technea		Zaal 9
Lunch	12:00 – 13:30	
▪ Broodjes + biologische limonade te koop in de bar		
Ronde 2	13:30 – 15:00	
▪ Biologische Wijnproeverij door Eveline Scheren, Biowijnclub		Zaal 1
▪ 'Zeewier: groente van de toekomst' door Marieke Brown, Stichting Zeewier		Zaal 4
▪ 'EatGreen voedingsworkshop: gezond eten zonder elke dag vlees' door Sytske de Waart		Zaal 5
▪ 'Kook met mij mee' door Iris Adric		Zaal 6
▪ 'Awakening the Dreamer, Changing the Dream' door Leo Sonneveld		Zaal 7
▪ Lezing / workshop door Rina v/d Stok van Ekoplaza		Zaal 8
▪ 'Een duurzame overheid en jij' door Chantal Zeegers Deelgemeente Hillegersberg		Zaal 9
Pauze	14:45 – 15:15	
Biologische limonade te koop in de bar		
Ronde 3	15:30 – 17:00	
▪ 'Duurzame voldoening en onderlinge verbondenheid als basis voor een duurzame maatschappij' door Lea Manders en Leo Sonneveld		Zaal 1
▪ 'Zeewier: groente van de toekomst' door Marieke Brown van Stichting Zeewier		Zaal 4
▪ 'Vegetarische voeding voor dummies' door Sytske de Waard		Zaal 5
▪ 'Waardevol je brood verdienen' door Caroline Ligtenberg van Stichting Plenty Food		Zaal 6
▪ 'Gandhituin De Overvloed' door Rutger Henneman		Zaal 7
▪ 'Natuur als inspiratie voor moeiteloos werken en leven' door Martin Doolaard		Zaal 8
▪ 'Duurzaam geluk' door Michiel Hobbelt		Zaal 9
Ronde 4	17:30 – 19:00	
▪ 'Duurzaam, anders leven' door Hendrik van der Ham van SEVENTH Project		Zaal 1
▪ Earth Healing door Peter de Haan		Zaal 6
Diner	19:00 – 19:45	
▪ Van tevoren reserveren in de bar (voor 15:00) Bij het diner wordt biologische wijn geschonken		
▪ Er is biologische limonade te koop in de bar		
Ronde 5	20:00 – 21:30	
▪ Ode aan moeder aarde door Crystal Angels		Zaal 4
▪ Earth Healing door Caroline Daalder van De Quest		Zaal 6
Naborrelen	21:30 – 23:00	



Deelnemende organisaties

Hier een overzicht van diverse deelnemende partijen en hun activiteiten



Lezing De Duurzame Mens

Er komen steeds meer 'Groene Gebouwen'

We zijn op de goede weg: er gaat minder energie verloren. Maar hoe zit het met de energiehuishouding en duurzaamheid van mensen zelf?

In deze lezing ontdek de geheimen van vitale ouderen, die altijd jong blijven.

Door: Albert Sonneveld

www.sonneveltoleidingen.nl

Natuur als inspiratie voor moeiteloos werken en leven

Terug naar de menselijke maat! Onder de toenemende dynamiek van alle dag voelen mensen zich steeds meer gestretcht in de beschikbare tijd en raken zichzelf kwijt. Vanuit de natuur laten we ons inspireren met mogelijkheden voor het ontwikkelen van een menselijke maatschappij en menselijke organisaties.

Door: Martin Doolaard

www.natuurlijkgeinspireerd.nl

Biologische Wijnproeverij

Biowijnclub laat u kennismaken met de verschillende aspecten van wijnproeven (zicht, geur, smaak). Daarna gaat zij in op het verschil tussen biologische en niet-biologische wijn en zult u verschillende biologische wijnen proeven.

www.biowijnclub.nl

Awakening the Dreamer, Changing the Dream - MiniSymposium

Where on Earth are we going?

And what can we do about it?

Dit zijn twee vragen die de kern raken van het Awakening the Dreamer, Changing the Dream MiniSymposium.

Door: Leo Sonneveld

<http://www.bethechangecommunity.nl>

Een duurzame overheid en jij

Chantal Zeegers (portefeuillehouder oa van duurzaamheid van de deelgemeente) houdt een korte inleiding over de ambities van de stad Rotterdam en de uitvoering daarvan. Rode draad is partnership tussen overheid en inwoners: samen voor duurzaam. Hoe kunnen we dit bereiken?

Chantal is ook benieuwd naar ideeën uit de zaal hierover.

Door: Chantal Zeegers

www.rotterdam.nl/his



Gandhituin De Overvloed

Tuinieren voor vrede is de nieuwe trend die ontstaat op Gandhituin en -Leefcentrum De Overvloed. Op 2500 m2 aan de Gordelweg in Rotterdam is iedereen welkom om mee te werken op het land, te zaaien, te eten van de oogst, elkaar te ontmoeten, te praten en te lachen en het leven te vieren. Het lijkt in onze tijd onmogelijk en idealistisch, maar de deelnemers bewijzen met de handen in de aarde, dat een duurzame geweldloze economie van liefde en overvloed het enige realistische is wat werkelijk kán bestaan. Rutger Henneman vertelt over de filosofie en praktijk van de Gandhituin.

Door: Rutger Henneman

www.gandhituin.nl

Worldcafé "Duurzaam Leven en Werken"

Worldcafé is een manier om creativiteit uit groepen te benutten en vernieuwing te creëren. Uitkomsten van worldcafés zijn inspirerend en verrassend! Je werkt in kleine groepjes aan vragen zoals: Vanuit welke waarden leef en werk jij? Welke waarden zorgen voor duurzame verbinding met jezelf in je loopbaan en je leven?

Door: CoachingCareers / Petra Otten

www.coachingcareers.nl

Cursus OpZuinig energiebesparing door gedragsverandering

De workshop laat een stukje meemaken van de cursus OpZuinig en vertelt over de praktijk. Hoe mensen leren zuinig om te gaan met energie en hoe ze dat vol enthousiasme door geven. Waar begint gedragsverandering?

Door: Miimi Slauerhoff/ Rotterdams MilieuCentrum

www.milieucentrum.rotterdam.nl en www.opzuinig.nl

Verkoop eco & fair design

MoreThanHip staat voor lifestyleproducten met een stijlvol design én een duurzaam karakter. Exclusieve en bijzondere mode- en woonaccessoires met altijd een goed verhaal. In ons assortiment vind je trendy en originele must-haves en cadeaus: tassen, sieraden, hangmatten, portemonnees, vazen, schalen en nog veel meer!

Door: MoreThanHip

www.morethanhip.nl

Rootz

Bekend van de biologische smoothies.. Lezing over bijen. Zonder bijen geen biologische landbouw, zonder biologische landbouw gaan we af op een wereldwijde voedselvergiftiging. Waarom je een gezond lijf krijgt van biologische voeding.

Door: Deborah Post

www.rootzpurefruits.com

Mike Donkers

Heel jezelf met voedsel.

Overgewicht door ondervoeding.

De bouwstenen van het leven

Terug naar de blauwdruk



Ga de boer op

Technea

Lezing / Workshop

Luuk Dijkhuis neemt energiebesparende materialen mee en vertelt daarover

www.Technea.nl

Duurzaam geluk

Lezing / Workshop

Kan je duurzaam en gelukkig leven? Uit onderzoek blijkt dat een duurzaam en gelukkig leven mogelijk is. In Nederland zijn we de laatste 50 jaar niet of nauwelijks gelukkiger geworden, terwijl we wel aanzienlijk meer zijn gaan vervuilen. Hoe komt dit en hoe kunnen we een betere balans vinden?

Door: Michiel Hobbelt

www.duurzaamgeluk.com

Ekoplaza

Lezing / Workshop

www.ekoplaza.nl

Vegetariërsbond

Lezing: Eat Green together: gezellig met elkaar duurzaam eten met presentatie van de nieuwe EatGreen site.

Hoe kun je duurzamer eten? En ook nog nieuwe mensen ontmoeten? Dit komt samen in het concept EatGreen together. Tijdens deze presentatie vol met weetjes en achtergrondinformatie wordt ook de nieuwe site van EatGreen together gepresenteerd. EatGreen: Duurzaam was nog nooit zo lekker.

Door: Vincent Kagie

EatGreen voedingsworkshop: gezond eten zonder elke dag vlees

Interactieve workshop over hoe je gezond eet als je niet elke dag vlees eet. Aan de hand van je eigen voedingspatroon wordt gekeken hoe je makkelijk en gezond duurzaam kan eten.

Door: Sytske de Waard, voedingsdeskundige

Vegetarische voeding voor dummies

Interactieve workshop over hoe je gezond vegetarisch eet. Wil je stoppen met het eten van vlees, maar weet je niet hoe je dat gezond doet? Aan de hand van je eigen voedingspatroon en dat van anderen wordt gekeken hoe je gezond vegetarisch kan eten.

Door: Sytske de Waard, voedingsdeskundige

www.vegetariers.nl

Nederlandse Vereniging voor Veganisme

Zeewier: groente van de toekomst.

Als in 2050 de wereldbevolking is toegenomen tot 9 miljard hebben wij bij ongewijzigde consumptiepatronen en landbouwmethoden twee aardbollen nodig om ons te voorzien van voedsel, water en energie. Kortom we moeten wereldwijd de agroproductie verdubbelen, maar natuurlijk zonder dat dit ten kosten gaat van natuur, biodiversiteit en milieu. De vraag is: kan dat?

Door: Marieke Brown



www.zeewierwijzer.nl

Project "Kook met mij mee"

Dit is een programma dat de kracht van basisschoolleerling gebruikt voor het promoten van een lekker en duurzaam voedingspatroon onder hun leeftijdsgenoten, ouders en andere buurtbewoners.

Door: Iris Adric

www.kookmetmijmee.nl

Stichting Plenty Food Nederland

Lezing Wereldvoedselsituatie en duurzaamheid.

Wat is het effect van het gebruik van dierlijke producten op de wereldvoedselsituatie? Wat is je eigen rol? Wat is duurzaamheid en is dat iets anders dan dierenwelzijn?

Door: Victor Hooftman

www.plentyfood.nl

Stichting Plenty Food Nederland/ Duurzame Vacaturebank

Waardevol je brood verdienen.

Deze lezing is interessant voor alle mensen die verbonden willen zijn met het werk dat ze doen. Leven en werken vanuit je drijfveren brengt je veel voordelen. Je maakt gemakkelijkere keuzes, je bent gelukkiger want meer verbonden met jezelf. Je leert hoe je dit toepast in je werk en zo zelfs je impact voor de samenleving kunt vergroten.

Door: Caroline Ligtenberg

www.duurzaamintermediair.nl

Earth Healing

Moeder Aarde geeft ons zoveel, ze draagt ons, ze voed ons, en ze houdt ons in leven. In dit ritueel gaan we Moeder Aarde terug geven wat ze altijd en onvoorwaardelijk aan ons geeft. Liefde, Healing en Energie. In verbinding met elkaar, Moeder Aarde en de Kosmos gaan we dit ritueel met elkaar delen.

Door: Caroline Daalder

www.dequest.nl

Ode aan moeder aarde

We nemen alles wat Moeder Aarde ons biedt als een vanzelfsprekendheid, vaak zonder na te denken over de gevolgen.

Laten we NU eens DANKJEWEL zeggen voor alles wat we van haar ontvangen en Liefde, Healing, Warmte een Aandacht terug geven.

In samenwerking met o.a. de kracht van kristallen en de trillingen van klanken maken we verbinding met onszelf en Moeder Aarde: welke boodschap heeft ze voor jou?

Door: Cristal Angels

www.cristalangels.nl

SEVENTH Project

In de wereld van morgen hoort een oase waar je juist van alles bij elkaar vindt: wonen (ook verblijf in hotel), recreatie, werken en zorg & wellness. SEVENTH is een oase van kwaliteit, en dan vooral op het gebied van het leven, want het staat voor kwaliteit van leven.

Tijdens deze lezing ligt Hendrik van der Ham de filosofie toe, the other way of living, die ultra duurzaam is. Deze is uplifting, zorgt dat mensen op een andere manier met elkaar zaken doen en contact hebben.



Door: Hendrik van der Ham
www.seventh.nu

Duurzame voldoening en onderlinge verbondenheid als basis voor een duurzame maatschappij.
Sprekers: Lea Manders en Leo Sonneveld



Duurzaamheidsmarkt

Hier een overzicht van diverse deelnemende partijen.

Jouw Vod is Mijn Vintage!

'StoereVrouwen zijn ook van partij met een Clothing Swap event onder het motto 'Jouw Vod is Mijn Vintage'!

Om deel te nemen neem je één leuk kledingstuk mee waar jij op uitgekeken bent maar iemand anders blij mee zou kunnen maken.

Lever hem in bij de StoereVrouwen stand en je mag een ander kledingstuk uitzoeken voor jezelf!

Mannen zijn natuurlijk ook welkom!

Ook kun je meedoen aan een kledingquiz waarbij je een leuke prijs kunt winnen.'

Door: Stoere vrouwen

www.stoerevrouwen.nl

More Than Hip

MoreThanHip staat voor lifestyleproducten met een stijlvol design én een duurzaam karakter.

Exclusieve en bijzondere mode- en woonaccessoires met altijd een goed verhaal. In ons assortiment vind je trendy en originele must-haves en cadeaus: tassen, sieraden, hangmatten, portemonnees, vazen, schalen en nog veel meer!

www.morethanhip.nl

Ekoplaza

Producten te koop van de biologische supermarkt Ekoplaza

www.ekoplaza.nl

BioWijnclub

Verkoop van verschillende biologische wijnen.

www.biowijnclub.nl

Natuurlijk Geïnspireerd

Stichting Zeewier

Vegetariërsbond

Nederlandse Vereniging van Veganisten

Stichting Plenty Food Nederland

Partij voor Mens en Spirit

