

Mein SENDLING

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



Vierzehnte Ausgabe - Mai 2008



„Ich im Fahrstuhl“ von Blümchen

Redakteure für diese Ausgabe

Blümchen, Catherine, Katharina, Diana, Arthur, Herr M., Linda,
Alexander, Hannelore, Margarete, Kriemhilde, Airwin, Minka, Anita,
Beatrice, Mütterzentrum, Sybille und Anna

INHALTSÜBERSICHT

- 3 Editorial
- 4 Das Geheimnis der Zufriedenheit, von unbekannt
- 5 Geschichtliches über Sendling von Margarete Buchner
- 6 Seestern, Gedicht von Katharina Lindner
- 7 SENDLING BERÜHRT:
„Die Wahrheit“, von Diana Hillebrand
- 10 Central Reinigung stellt sich vor**
- 12 Die Worte meiner Chefs, von Herrn M.
- 15 Linda-Marie Wunderlich stellt sich und die
Tierärztinnen Dr. med. vet. Sabine Kirstein und
Regine Aumann vor**
- 17 Jacques' Wein-Depot stellt sich vor**
- 18 Ein Brief, von Hannelore
- 20 Besuch, ein Gedicht von Margarete Buchner
- 21 Ich und meine Flammililie, von unbekannt
- 22 Unsere Werbeseite
- 23 Unsere Werbeseite
- 26 STARKE FRAUEN: Beatrice Starck, Kulturmanagerin
stellt sich vor**
- 26 Schmiedkochlstrasse, von Kriemhilde Klippstätter
- 28 18 wirst du, Gedicht von Airwin
- 29 Minka-Marie Heiss + hausgemacht e.V. stellen sich vor**
- 30 Das kleine dumbodesign Kreativobjekt zum Mitmachen
- 33 Das schaffst du sowieso nicht, von Katharina Mühlich
- 34 Impressum
- 35 Mütterzentrum Sendling e.V. stellt sich vor**

37 ABO! – ABO! – ABO! Jetzt preiswerter und mit Aufschlüsselung
--

- 38 Geschichten aus einem Hundeleben:
"Hund und Katz" von Sybille
- 41 Naturheilmittel aus Grossmutterns Zeiten
- 42 Auslegeorte
- 43 Kleinanzeigen
- 44 Letzte Seite mit Ankündigung und Regen+Sonne Pferd von
Anna

www.mein-sending.de

Editorial

Liebe Kinder, Jugendliche, Eltern, Großeltern, Senioren, Frauen und Männer von SENDLING!

Unsere neue homepage ist erst 3 Wochen jung und erfreut sich Tag für Tag steigender Beliebtheit.

Bisher werden wir in 13 Ländern gelesen und bekommen von überall her viel Lob. SENDLING wird international! Herzliche Gratulation an all unsere Redakteure, die mit viel Herz und Elan dabei sind. Unser SENDLINGER TAGEBUCH wartet auf Euch, schreibt uns, schickt uns Fotos und Videos, macht mit bei uns!

Danke auch an Diana Hillebrand, die in dieser Ausgabe unter ihrer monatlichen Rubrik auf der Seite 7: SENDLING BERÜHRT, über DIE WAHRHEIT berichtet, die IHR liebe Leser, wissen müsst.

Viele von Euch sind daran gewöhnt, ‚Mein SENDLING‘ am Monatsanfang in einem unserer Auslegeorte zu holen und denken nicht daran, dass ihre Kleine Zeitung ja erst ‚gemacht‘ werden muss, damit sie von Euch gelesen werden kann. Wenn man mal von der kreativen Arbeit absieht und nur in Zahlen spricht, so kostet ein Exemplar 1 EURO, und das sind nur die reinen Papier- und Druckkosten. Wir bitten Euch herzlich, darüber einmal nachzudenken, wenn Ihr Dianas Artikel gelesen habt. Danke!

Eure Gabriela

WICHTIG:

Unsere Mobil-Telefonnummer hat sich geändert:
0176-96 81 19 26

Das Geheimnis der Zufriedenheit

Es kamen einmal ein paar Suchende zu einem alten Zenmeister. "Herr", fragten sie, "was tust du, um glücklich und zufrieden zu sein? Wir wären auch gerne so glücklich wie du."

Der Alte antwortete mit mildem Lächeln: "Wenn ich liege, dann liege ich. Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich gehe, dann gehe ich und wenn ich esse, dann esse ich."

Die Fragenden schauten etwas betreten in die Runde. Einer platzte heraus: "Bitte, treibe keinen Spott mit uns. Was du sagst, tun wir auch. Wir schlafen, essen und gehen. Aber wir sind nicht glücklich. Was ist also dein Geheimnis?"

Es kam die gleiche Antwort: "Wenn ich liege, dann liege ich. Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich gehe, dann gehe ich und wenn ich esse, dann esse ich."

Die Unruhe und den Unmut der Suchenden spürend fügte der Meister nach einer Weile hinzu: "Sicher liegt auch ihr und ihr geht auch und ihr esst. Aber während ihr liegt, denkt ihr schon ans Aufstehen. Während ihr aufsteht, überlegt ihr wohin ihr geht und während ihr geht, fragt ihr Euch, was ihr essen werdet. So sind eure Gedanken ständig woanders und nicht da, wo ihr gerade seid. In dem Schnittpunkt zwischen Vergangenheit und Zukunft findet das eigentliche Leben statt. Lasst euch auf diesen nicht messbaren Augenblick ganz ein und ihr habt die Chance, wirklich glücklich und zufrieden zu sein."

Anonymer Einsender

**Nutzen Sie den
Heimvorteil:
Die Immobilien-
spezialistin für
München-Süd**



Schanzenbachstraße 8 · 81371 München
Tel. 089 69998576 · Fax 089 76703385
info@immo-bergmann.com
www.immo-bergmann.com

**Mobil-Tel.
0163 3101728**

Geschichtliches über Sendling Lindwurmstr. 185/Ecke Senserstraße



Lindwurmstr. 185 heute
Fotos : Catherine Conrady

Seit 1909 lebt die Familie Both in der Lindwurmstraße 185, 1. Stock. 1920 kann Joachim Both die Gewerberäume im Parterre kaufen. Er führt nun sein Herrenbekleidungsgeschäft hier in Sendling.

Es gelingt ihm, das Geschäft nach 1933 weiterzubetreiben - bis zum 10. November 1938.

In der Nacht des 9. Novembers werfen zwei SA-Männer in Zivil die Schaufenster des Geschäfts ein. Das bemerken die 20 oder 25 Gäste der benachbarten Gaststätte. Sie kommen heraus und verprügeln die zwei Steinwerfer.

Diese Zwei berichten das unerfreuliche Erlebnis gleich anschließend beim Gemeinschaftsabend der SA in der Häberlstraße 11 (heute MTV-Turnhalle).

Kurz nach Mitternacht, es ist bereits der 10. November, marschiert ein Trupp von etwa 10 SA-Männern von der Häberlstraße zur Lindwurmstraße 185, "um Ordnung zu schaffen".

Ein Obersturmführer mit drei SA-Männern verschafft sich gewaltsam Zutritt zur leeren Wohnung im 1. Stock. Die anderen Männer postieren sich vor dem Geschäft.

Gegen 0.15 Uhr kehrt das Ehepaar Both von einem Besuch in den Kammerlichtspielen zurück. Joachim Both sieht die zerbrochenen Schaufenster und sieht sich sein Geschäft an. Dann geht er mit seiner Frau zum Hauseingang. Dort stürzen sich etwa 10 SA-Männer auf sie und schlagen zu. Joachim und Marjem Both schreien.

Joachim Both wird in seine Wohnung hinaufgeschleppt. Danach kommt auch seine böse am Auge verletzte Frau in die Wohnung -während die SA-Männer sie gerade verlassen. Sie findet ihren Mann tot im Zimmer ihres Sohnes Max. Einer der SS-Männer hat ihn erschossen.

Quelle:

Andreas Heusler, Tobias Weger: "Kristallnacht": Gewalt gegen die Münchner Juden im November 1938

München, Buchendorfer Verlag, 1998

Seestern

Von Katharina Lindner

*Hab tausend Sternchen angesteckt
Tief im blauen Meer versteckt
Soll keiner suchen, niemand finden
Tausend Sternchen sollen verschwinden.*

*Sollen am Grunde weiterschweben
Um Sternessterne abzugeben
Sollen am Grunde weiterleben
Um das „Oben“ aufzugeben.*

*Der Sternessterne helles Singen
Soll nur an deine Sinne dringen
Schau hinab und tauche ein
Lass oben einfach oben sein.*

Sendling berührt ...! .!



Diana Hillebrand

Die Wahrheit!

Liebe Sendlinger,

heute möchte ich Euch die Wahrheit erzählen! Ich möchte Euch die Wahrheit über Sendling erzählen und die Wahrheit darüber, was Sendling so schön macht! Und ich möchte Euch von der Frau erzählen, die diese Schönheit in ein kleines gelbes Heft druckt, auf einer Größe von DIN-A5.

Seit nunmehr einem Jahr finden wir alle dieses Heft, gelb, DIN-A5, voller Wahrheiten und – immer vergriffen. Wir suchen und finden das gelbe Heft in Sendling - an den Berührungspunkten, im Café, beim Arzt, in der Kneipe, in der Nachbarschaft.

Es ist die kleine Sendlinger Nachbarschaftszeitung, „Mein SENDLING“, die ihrem Namen alle Ehre macht. Denn wir alle, wir in Sendling, schreiben diese Zeitung. Endlich ist der Blick hinter den Zaun des Nachbarn erlaubt, ja er lädt uns ein, an seinem Leben teilzunehmen. Es ist wunderbar zu lesen, staunen, lachen und zu verstehen. Viel, viel zu schnell sind wir auf der letzten Seite und warten ohnmächtig auf die nächste Ausgabe, die – natürlich – wieder viel zu schnell vergriffen sein wird.

Doch wer, mögen wir uns fragen, MACHT die Sendlinger Nachbarschaftszeitung? Ich möchte es Euch heute verraten und dazu einiges mehr. An einem kleinen französischen Laptop ohne „ä's“, „ü's“ und „ö's“ sitzt Gabriela; Gabriela, die wir alle irgendwie kennen; Gabriela, die immer lacht und für jeden ein offenes Ohr hat. Gabriela Lefèvre mit dem schön klingenden französischen Namen hat diese Zeitung ins Leben gerufen und damit auch ihren Traum verwirklicht. Gabriela, die manchmal mit der Technik ihre Schwierigkeiten hat. Gabriela, die Sendling und ihre „Sendlinger Nachbarschaftszeitung“ liebt.

Doch Gabriela und Sendling haben ein Problem!

Denn die Wahrheit ist, dass es bald „aus“ sein könnte, mit der kleinen gelben Zeitung, die wir alle so ins Herz geschlossen haben.

Wir wissen es alle, die Zeitung ist gratis, kostet nichts, nicht einen Euro, nicht eine Mark, keinen Cent... Das ist schön... und so möchte es Gabriela Lefèvre auch beibehalten, hat sie mir voller Überzeugung gesagt. Zum Glück gibt es inzwischen eine Reihe von Geschäften und Geschäftsleuten, die das Angenehme mit dem Nützlichen verbinden und Anzeigen schalten (DANKE!). Diese Anzeigen finanzieren die Zeitung, die Druckkosten. Trotzdem zahlt Gabriela drauf, mit ihrer Arbeit und mit ihrem Geld.

Dass diese Rechnung auf Dauer nicht aufgehen kann ist klar, zumal der Ruf nach einer größeren Auflage immer lauter wird!

Momentan wird die „Kleine Sendlinger Nachbarschaftszeitung“ mit einer Auflage von 500 – 1000 Stück (je nachdem...) gedruckt. 500 – 1000 Stück, die Gabriela und ihre Helfer per Hand selbst verteilen. 500 - 1000 Stück, die wuuuschdiwusch weg sind. „500 - 1000 Stück sind zu wenig“, sagt Sendling.

Daher sind nun ALLE Sendlinger gefragt, die weiterhin die Vorstellungen der Geschäfte und Firmen, die kleinen Geschichten und Begebenheiten aus unserem Stadtviertel verfolgen wollen. Für alle die, die verhindern wollen, dass diese kleine gelbe Zeitung verschwindet, gilt folgender Aufruf:

S P E N D E T !!!

Um es Euch leichter zu machen, wird das Team von „Mein SENDLING“ in den nächsten Wochen erkennbare **Spardosen** immer dort aufstellen, wo auch die Zeitung zu finden ist. Selbstverständlich ist auch jeder willkommen persönlich im Büro von Gabriela im Stemmerhof vorbeizuschauen.

Wenn Euch das Fortbestehen der Zeitung, **Eurer** Zeitung, wichtig ist, dann unterstützt die Arbeit mit einer kleinen Spende. Selbstverständlich freut sich das Team auch über jeden Sponsoren, der selbstverständlich – und wenn gewünscht – in der nächsten Ausgabe namentlich genannt wird.

Das ist die Wahrheit!

Diana Hillebrand
www.WortBeruehrungen.de

*Der Wunsch, etwas zu machen,
ist eine Vorahnung der Fähigkeiten, die man hat!*

Central Reinigung

stellt sich vor!



Servus, ich bin Arthur Buhl.

Habt ihr eine weiße Weste?

Ich meine, eine WIRKLICH weiße Weste?

Oder gibt es da einfach Flecken in eurer Kleidung, die bisher resistent gegen jeden Reinigungsversuch waren? Und natürlich ist dieses Teil mit Sicherheit euer Lieblingsstück, stimmt's?

Auch ich hatte dieses Problem. Nie war meine Kleidung einwandfrei sauber. Und ihr werdet es nicht glauben, aber genau aus diesem Grund habe ich mich entschieden, eine Ausbildung zum geprüften Fachmann für Textilreinigung und Detaschur (gemäß RAL-RG 990) an der Technischen Akademie Hohenstein e.V. zu machen. Selbst ist der Mann!

Ja, und nun gibt es sie wieder: Die Qualitätsreinigung.

In meiner Reinigung wird Dienstleistung großgeschrieben; ihr erhaltet einen kompletten Wäscheservice mit modernsten Reinigungstechniken, **umweltbewusst und hautsympathisch**. Darauf, wie auch auf das Bügeln per Hand, lege ich höchsten Wert. Dirndl'n sind übrigens meine Leidenschaft, natürlich nur was die Flecken z.B. nach ausgiebigem Wiesn-Besuch angeht.

Auch Imprägnierung, Hemdendienst, Mangelwäsche und schrankfertige Bettwäsche biete ich in meiner Reinigung an, und das alles zu einem äußerst fairen Preis.

Schaut einfach einmal bei mir vorbei, oder besucht mich im Internet unter www.Central-Reinigung.de.

Dort könnt ihr auch eine Liste der Orte finden, wo ihr eure Kleidung abgeben könnt, z.B. im Rewe – Markt in der Alramstraße bei Herrn Strübig. Oder direkt bei mir in der Aidenbachstraße 30 am Ratzingerplatz, wunderbar erreichbar mit der U-Bahn, Haltestelle Aidenbachstraße. Parkplätze stehen selbstverständlich auch zur Verfügung beim Rewe-Markt in der Aidenbachstraße.

Meine Arbeit ist Eure Freizeit!

Mein Name ist Arthur Buhl und ich freue mich auf Sie!

Central Reinigung

Stellt sich vor :

Kompletter Wäscheservice
unsere Arbeit = ihre Freizeit
www.Central-Reinigung.de

Tel.: 089 / 7853340
Aidenbachstraße 30
am Ratzingerplatz



U - 3 Aidenbachstraße Parkplatz bei Rewe Markt

*GLÜCK ist, wenn man dafür geliebt
wird, wie man eben ist*



LA CERTOSA

OBERLÄNDERSTRASSE 14
81371 MÜNCHEN

ÖFFNUNGSZEITEN:

MO – FR VON 10 – 22 UHR
SA VON 17 – 22 UHR

SONN- UND FEIERTAGE GESCHLOSSEN

TEL.-NR. 089-725 45 22

Die Worte meiner Chefs

... ich höre meinen alten Chef zu mir sagen:

„Herr M., lassen Sie uns das beim Mittagessen besprechen...“

„Grüßen Sie Ihre Freundin!“ ...

„Ich drück' Euch die Daumen!“ ...

Ich arbeite als Ingenieur in einer HighTech Firma. Zwanzig Ingenieure. Jüngere und ältere Techniker, die sich der IT verschrieben haben. Die Firma schreibt seit Jahren schwarze Zahlen und agiert als Spezialistenteam im Markt, wie man im „Management-Deutsch“ zu sagen pflegt. Ich bin stolz auf meine Firma: Sie hat einen guten Ruf im Markt.

Seit 3 Monaten habe ich einen neuen Chef. Mein „alter“ Chef ging in seinen wohlverdienten Ruhestand. Den vertrauten Fragen meines Chefs, wie geht es Ihnen und Ihrer Freundin? Lassen Sie uns das beim Mittagessen in aller Ruhe besprechen ... wichen Redewendungen wie:

Setzen Sie ein Meeting auf! Lassen sie bei Petra einen Termin machen! Das performt aber gar nicht! Ich sag Euch, das wird ein Mega Event!

Feststellungen formuliert er, in dem er seine Eindrücke wie ein Echo wiedergibt, eine rhetorische Frage stellt und gleich darauf eine Antwort oder eine Wertung hinterher schiebt, wie:

Das ist ja schon im Ansatz missglückt. Wo gibt es denn so etwas? Ich hab mir das so gedacht, und wenn wir das so machen, dann ist das eine runde Sache! Oder, was meint ihr?

Die meisten Meetings dieser Art enden mit breitem Schweigen. Ich beobachte: 10 Leute gehen mit ihren Meinungen in ein Meeting und verlassen das Meeting mit nur mehr einer, der Meinung des Chefs.

Innerlich höre ich noch die Worte meines früheren Chefs nachklingen:

Herr M., wie sehen sie das als junger Ingenieur? Oder: Herr M., ich brauche da Ihre Erfahrungswerte, können Sie sich zu dieser Angelegenheit Gedanken machen?

Seine Sätze waren Balsam für meine Seele, motivierend, herausfordernd. Ich arbeitete gerne mit ihm zusammen. Er vermittelte mit seiner Art: Wir arbeiten alle gemeinsam an einer Sache.

Übrigens, mein früherer Chef hieß Helmut. Helmut konnte gut zuhören. Er holte sich bei uns Rat. Und wenn wir einen gelungenen Projektabschluss oder neuen Auftrag hatten, lud er uns zum Essen ein. Wir waren ein eingespieltes Team. Und wenn er einmal nicht gut drauf war, wussten es alle. Alle konnten damit umgehen.

Seine rechte Hand, die Christl, gab dann die Order aus: Lasst ihn heute in Ruhe! Christl war so etwas wie die Seele der Firma.

Obwohl Helmut nicht mehr in der Firma ist, wirken seine Worte weiter.

Er hatte eine Gottesgabe, nämlich die Teams verschiedener

Generationen zusammen zu bringen. Er verließ sich auf seinen Instinkt und war erfolgreich. Ich schätze es, mit älteren und jüngeren Kollegen zu arbeiten. Ich spürte die Erfahrungswerte und Ausgeglichenheit meiner älteren Kollegen (sie müssen sich nichts mehr beweisen) und die neuen Erkenntnisse meiner jüngeren Kollegen (sie bringen neue Ideen von der Uni mit).

Mein neuer Chef orientiert sich an Zahlen. Wie er sagt: Es zählen Fakten. Seit Anfang des Jahres wissen wir: Es werden künftig weniger Fehler gemacht. Fehler machen wir nur einmal, ist übrigens eine der neuen Leitlinien. Nur so, glaubt er, kann man eine Firma voranbringen. Den früheren Prokuristen hat er gefeuert. Der war nicht teamfähig, hat er uns versichert. Ich erinnere mich bei den neuen Leitlinien an die Georg Orwells Animal Farm. An die "ten commandments". Die 10 Gebote, die das Leben auf der Animal Farm regeln... The Animal Farm - die Firma? Ich verdränge diesen Gedanken gleich wieder - ich will positiv denken!

In der Organisation, wie er die Firma seit neuestem nennt, gibt es, wie er festgestellt hat, eine Menge Einsparpotential und eine Menge zu verbessern. Da müssen wir alle umdenken und antiquierte Denkmuster ablegen. Er hat sich jetzt einmal hingesetzt und gerechnet. Was wir früher beim Mittagessen besprochen hatten, besprechen wir jetzt in Ad-hok Meetings. Ansagen, welche wir früher in unserer Firmenküche besprochen haben, erhalte ich jetzt als Ad-hok Mitteilungen per Email. Sogar auf mein Handy. Die letzte Ad-hok Mails hatten Hinweise dieser Art: Wir müssen unsere Kommunikation verbessern! Dabei haben wir soviel Kommunikation wie noch nie. Sogar eine eigene Stelle für interne Kommunikation.

Mir gehen in diesem Tagen viele Gedanken durch den Kopf: Heute weiß ich was es bedeutet eine Firmenkultur zu haben. Vorständen und Geschäftsführern sind Werte und Menschen anvertraut.



**AMBULANTE WOHNUNGSHILFE
AMBULANTER PFLLEGEDIENST
BETREUTES EINZELWOHNEN
HAUSWIRTSCHAFTLICHE HILFEN
BETREUUNGSVEREIN**

**Plinganserstr. 19
81369 München
089/747 36 20**

**www.h-team-ev.de
verwaltung@h-team-ev.de**

Mir gehen in diesem Tagen viele Gedanken durch den Kopf: Heute weiß ich was es bedeutet eine Firmenkultur zu haben. Vorständen und Geschäftsführern sind Werte und Menschen anvertraut.

Ich denke dabei an ideale Werte, die manche Team-Trainer wieder neu als „Stärke“ eines Teams entdecken und in Form von Management Consulting geschickt als neue Weisheiten verkaufen.

Werte - auch im übertragenen Sinn. Ich erinnere mich in diesen Tagen an meine Abiturzeit. Insbesondere an mein Mathematikbuch: Degen, Algebra: Ein Werk, das vielen Generationen vor mir viel Kopfzerbrechen und vielleicht den ein oder anderen an den Rand der Verzweiflung gebracht hat. Ich hab es gemocht. Der grüne Einband mit der Gaußschen Normalverteilung. Die Gaußsche Normalverteilung kannte zu dieser Zeit jeder – da gab's noch 10 D-Mark Scheine. Und auf den letzten Seiten des Buches: Die Geschichte der Mathematik.

Die Mathematiker und Philosophen aus dem 5. Jahrhundert vor Christus - unserer Vordenker! Wenn ich heute nicht mehr im Detail über geometrische Reihen bescheid weiß, die Sichtweisen der Menschen, die mir die Mathematik näher gebracht haben, haben sich mir eingeprägt. Die Ideen eines Wertesystems, die unser Arbeits- und Menschenbild, unser Miteinander bestimmen, werden wach: Pythagoras und die pythagoräische Schule hielten die Zahl für das Maß aller Dinge. Und, ich erinnere mich in diesen Tagen gern an Protagoras, der entgegnete: Der Mensch ist das Maß aller Dinge!

Der Autor: Ein Sendlinger



Der kleine, feine Laden - Damenmode bis Grösse 48

Pfeufferstrasse 47 (50m vom Stemmerhof)

81373 München

Tel. (089) 37 41 48 70

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 11h - 19h - Sa. 11h - 14h

monari

TONI

Vanilia

VIA/APPIA

Über mich, Tierärzte und eine gemeine Geißel des Frühlings

Liebe Sendlinger!

Mein Name ist Linda-Marie Wunderlich, und ich freue mich sehr, mich Ihnen als neues Mitglied der Redaktion von Mein SENDLING vorstellen zu dürfen.



Selbstverständlich wohne ich mitten im Herzen unseres sympathischen Stadtteils. Nach langen und hektischen Schwabinger Jahren eine erdende Umgebung. Genau das Richtige, um kreativen Schüben freien Lauf zu lassen und Freilauf ist im Zusammenhang mit Kreativität ein sehr wichtiger Faktor.

Da ich Musik (Musiklehrer/ Konzertpianist in Mannheim/ Heidelberg) studiert habe hoffe ich, unsere Leser des Öfteren mit Konzertkritiken, CD-Rezensionen und allgemein Kulturellem unterhalten zu können. Damit kann ich meiner zweiten Leidenschaft, dem Schreiben (die dritte wäre dann die bildende Kunst) öffentliches Gehör verschaffen.

Vor kurzem konnte ich meinen 32. Geburtstag feiern und die Bekanntschaft mit dieser netten kleinen Redakteurgemeinschaft im malerischen Stemmerhof kommt mir mittlerweile wie ein nachträgliches Geburtstagsgeschenk vor. Neben so vielen positiven Dingen gibt es jedoch auch diesen Frühling wieder einmal, vor allem auch für Tierhalter

wie mich einiges, was die Unbeschwertheit ein wenig dämpfen kann. Vor allem die steigenden Infektionsfälle durch Zeckenbisse machen mir häufig Sorgen.

Während der zeitweisen Mitarbeit in einem Immobilienbüro in meiner Studienzeit in Mannheim, lernte ich zum ersten Mal die heimtückischen Auswirkungen einer **Borreliose- Infektion** kennen. Einer meiner Kollegen hatte sich Jahre zuvor durch einen Zeckenbiss diese Krankheit zugezogen. Über die Jahre ging seine Sehkraft auf einem Auge stark zurück, das Abwehrsystem war auf Dauer geschwächt, und er fühlte sich häufig matt und elend.

Auch bei Tieren sind die Auswirkungen dramatisch. Ich kann nur jedem ans Herz legen, gewisse Vorsichtsmaßnahmen bei sich selbst und natürlich auch seinem etwaigen Haustier zu treffen.

Glücklicherweise konnte ich zu diesem brisanten Thema bezüglich eines Haustieres zwei bestens informierte und ausgebildete Fachkräfte befragen und diese Tipps an Sie, liebe Leser weiterleiten.

In der schönen Tierarztpraxis von Dr. med. vet. Sabine Kirstein und Regine Aumann in der Dreimühlenstraße 33 raten die beiden netten jungen Veterinäre dringend, z.B. bei einem jungen Hund wie dem meinen, (8 Monate) der noch nie einen Zeckenbiss hatte, zu einer Impfung gegen Borreliose. Diese ist seit einigen Jahren auf dem Markt. Auch bekomme ich ein sogenanntes Spot-On-Präparat mit dem Inhaltsstoff Permethrin empfohlen, welches während der Sommermonate regelmäßig auf das Fell des Tieres aufgeträufelt wird und die Zecken erfolgreich abwehrt. Dieses gibt es direkt beim Tierarzt zu kaufen.

Die gründliche Kontrolle nach Spaziergängen in freier Natur ist natürlich auch zu meinem eigenen Schutz unbedingt zusätzlich notwendig.

»Sollte eine Zecke an sich selbst oder dem Tier gefunden werden, am besten mit einer spitzen, gebogenen Pinzette entfernen. Auf keinen Fall mit Klebstoff, Öl oder Sonstigem beträufeln, da die Zecke dadurch vermehrt Speichel absondert, mit dem die Erreger ins Blut gelangen.«,

rät Frau Dr. Kirstein. **»Durch umgehendes Entfernen der Zecke wird das Risiko einer Infektion deutlich gemindert!«**

Zum Ende der Untersuchung gib't dann noch ein Leckerli für den Hund und mit dem guten Gefühl, den Gefahren nicht schutzlos ausgeliefert und mit meinem Tier in den besten Händen zu sein, geht's raus an die Isar.

Frühling, meinetwegen kannst Du kommen! Mein Hund und ich sind vorbereitet! Und wenn Sie Rat brauchen, **die Telefonnummer von Fr. Dr. Kirstein ist 089-38 53 26 14.**

Ihre Linda-Marie Wunderlich

Jacques´ Wein-Depot stellt sich vor



Seit 12 Jahren gibt es nun schon das Jacques´ Wein-Depot hier in Sendling in der Lindwurmstraße 124. Vor 8 Jahren habe ich den Laden übernommen und führe ihn mit großer Freude und Leidenschaft.

Durch meine langjährige Berufserfahrung als Koch in der gehobenen Gastronomie, meine Ausbildung zum Sommelier kann ich meinen Kunden mit meinem Team in allen Angelegenheiten „rund um den Wein“ eine ausführliche und kompetente Beratung bieten.

Unsere bekannten und geschätzten Weinseminare und Verkostungsaktionen bieten zusätzlich Gelegenheit die Weine von Jacques´ Wein-Depot und deren Erzeuger näher kennen zu lernen. Ausgewählte Feinkost-Spezialitäten sind eine willkommene und beliebte Ergänzung unseres Sortiments.

Unsere Kunden schätzen den Service in einer angenehmen Atmosphäre – sei es bei der Auswahl eines passenden Weins zu einem Menü oder eines Geschenks für einen besonderen Anlass.

Der Erfolg und treue Kunden über viele Jahre geben uns Recht!
Ich freue mich auf Ihren Besuch in unserem Depot.

Ihr Alexander von Bredow

**Jacques Wein-Depot
Lindwurmstraße 124
80337 München
Tel. 089/74 79 38 61
Fax 089/ 74 79 38 60**

Ein sehr berührender Brief, zur Verfügung gestellt von der Nachbarschaftsbrücke SENDLING

Liebe Ilse,

im Januar 2006 hat mich Frau Reinecke von der Nachbarschaftsbrücke angerufen, dort hast Du Dich auf Anraten Deines damaligen Arztes gemeldet, um in Deinem alltäglichen Leben ein wenig Unterstützung zu bekommen. Sie erzählte mir, dass Du vor allem jemanden brauchst, der einkauft und ein bisschen mit Dir plaudert, Dir zuhört. Für mich hörte sich das gut an, kurz entschlossen rief ich bei Dir an.



Deine Stimme am Telefon klang sehr jugendlich und frisch. Wir haben uns sofort ganz ungezwungen und frei unterhalten. Als erstes hast Du mir erzählt, dass Du nicht mehr hinaus kannst und ich halt für Dich einkaufen gehen sollte. Das mal fürs erste, später sehen wir weiter, hast Du gemeint.

Wir waren ja sicher ein bisschen neugierig auf uns beide. Am nächsten Tag fuhr ich bei Dir vorbei. Wir waren uns von Anfang an sympathisch, erzählten ganz ungezwungen. Du meinst, ich dürfe mich an Deinem „Durcheinander“ nicht stören, Du bist keine Hausfrau, hast ja immer gearbeitet.

Du hast fast mit Leidenschaft erzählt, dass Du bis zu Deiner Pension immer gearbeitet hast. Den Haushalt hat die Mama geführt.

Wir haben an diesem Schnuppertag gleich einen Einkaufszettel geschrieben. Er war so herzerfrischend! Ganz zielgerichtet hast Du mir Deine kulinarischen Wünsche gesagt, die von Wollwürste über Äpfel bis hin zur Kinderschokolade gingen. Bald wusste ich auswendig, was Dein Herz

so alles begehrte. Deine größte Leidenschaft war die Zigarette. Manchmal habe ich Dir gesagt, als ich vom Einkaufen kam, die Zigaretten wären aus. Am Anfang hattest Du sehr zweifelnd in mein Gesicht gesehen: „Wie wird sie es wohl meinen?“ Doch ich kam nie ohne eine dieser Schachteln vom Einkaufen zurück... Du hast sie mit einer Hingabe und einem Genuss geraucht...

Nach einem Tässchen Kaffee und einer längeren Unterhaltung haben wir uns zweimal die Woche verabredet. Es hat sich sehr gut eingespielt. Ich war froh um Deine Toleranz,- wann immer ich kam war es Dir recht. Du bist an der Tür gestanden und hast Dich ehrlich gefreut als ich die Treppen herauf kam.

Für mich ein unwahrscheinlich schönes Gefühl zu sehen und zu spüren, was an Freude zurückkommt, wenn man Freude gibt.

Du wolltest nie, dass ich bei Dir sauber mache, es war Dir nicht wichtig. Dafür haben wir Deine Bilder von früher angesehen. Auch für mich war das sehr schön, Du bist in der Vergangenheit versunken. Beim Kreuzworträtseln hast Du mich mit Deinem Wissen verblüfft, Übung macht den Meister, hast Du gesagt.

Wir haben zusammen Schuhe gekauft, haben diverse Arztbesuche unternommen, einen neuen Kühlschrank besorgt. Wir waren so eingespielt und haben uns wunderbar ergänzt.

Nach mehr als zwei Jahren kam leider ein unschöner Tag. Du musstest in die Klinik und von dort aus in Kurzzeitpflege. Da verspürte ich ein mulmiges Gefühl in mir. Es war wie eine Trennung. Schöne Gewohnheiten, Unterhaltsames, Lustiges und die Zufriedenheit gingen dahin.

Zwischenzeitlich konnten wir zusammen telefonieren. Die Hoffnung, bald wieder zu Hause zu sein halten wir beide aufrecht.

Du hast Dich mit den Worten bei mir verabschiedet: „Sobald ich wieder daheim bin, rufe ich Dich sofort an! Du bist immer mein rettender Engel, ohne Dich wäre ich aufgeschmissen.“

Vielleicht inspiriert dieser Brief den einen oder anderen, Hilfe an Menschen weiterzugeben und sich selbst und andere zu erfreuen, ihnen einfach Lebensqualität zu schenken.

Hannelore Vogt

Freie Selbstverteidigung

individuell & formlos

Mo., Mi. und Fr. 18.30 - 20.00 Uhr
Geretsriederstr.6/1.OG

Für Männer und Frauen
Training auch ohne Vertragsbindung

www.freie-selbstverteidigung.de



BESUCH

von Margarete Buchner

Besuch ist angesagt, und Mémé backt den Kuchen
unbedingt, auch ungeübt muss sie versuchen,
da seltener Besuch und herziger, Tochter und Kind;
die Freundin rät zu Kuchen, die zu kaufen sind.
Nüsse, Kirschen, Eier, Zucker nicht einmal Mehl,
da kann nichts passieren, da schlägt nichts fehl,
wenn man, die Masse geteilt in zwei Portionen
eingefroren sich weitere Besucher lohnen,
frisch ans Werk geht, nur nicht säumen,
nach 10 Minuten beginnt der Teig zu bräunen.
Und zu riechen! Bedeckt, dass nichts verbrennt,
o, sie ist klug, eine, die alle Backschliche kennt.

Kurzum, sie lässt die Kuchen brav erkalten,
damit sie beim Rausnehmen die Figur erhalten,
denkste, zärtlich hebt sie und am Rand in Brösel
die Köstlichkeit für Blinde, nicht für Schnösel,
die betonen, dass das Auge mitessen muss,
ok, dieser Kuchen ist nur geschmacklich Genuss.
Doch findig in ihrer -Man muss nur wissen wo- Schläue
kleckert sie die gelben Seiten nach dem Konditor ihrer Wahl
und in der Nähe positioniert:
und fleht, dass er wenigstens **einen** Kuchen repariert.

Bei der Ehre gepackt schafft er wie Asam eitlen Stuck,
dass sie die Hände zusammenschlägt, aus, Schluss, genug,
man erkennt ja nicht mehr den Charme des Backeleven,
das glaubt mir keiner; der Konditor reibt sich die Schläfen,
ohne Biskuit widerstrebt mir und bitte nicht schiefe,
sonst rutschen Sahne- und Schokoraspeladditive,
das eine Prachtwerk der Konditorei und ihrer Kunst,
und meine Meisterschaft wäre vergeudet, umsonst.
Vorsichtig befördert sie im Korb auf dem Rad
wie er befohlen, stolz und verkannt als Akrobat
balanciert sie zierlich über die Treppenstufen
und – kippt kopfüber aus Pantinen und Hufen.

Entsetzen nicht wegen Fall und Blessur,
spröde Missachtung der barocken Glasur,
montiert sie seufzend in der verklebten Schachtel
die Teile stümpernd mit Messer und Spachtel,
sie wollte, dass der Autor zu erkennen sei,
quod erat demonstrandum trotz Spiegelfechtereie.
(Die Kunst und der Preis zwar leider vergebens
so narren die Tücken im Alltag des Lebens.)

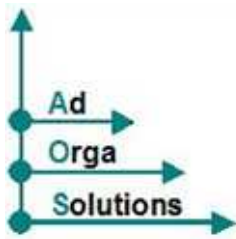
Ich und meine Flammlilie! Orthographie einmal anders

Ich habe einen Kater, eine Butter und zwei kältere Geknister. Mein Kater ist Hahnarzt, meine Butter ist Kehrerin und unterlichtet Geogra-Vieh und Rally-go-on.

Wir wohnen in der Stadt Schnalzburg im Lande Klösterbleich. Wir sind alle sehr bierliebend, haben einen Quellenfittich, eine Wildkröte und einen Bernhard-Diener. Die Eltern meines Katers sind meine Mooseltern. Mein Mooskater ist Würgermeister, meine Moosbutter ist Mausfrau. Sie wohnen in einem kleinen Wort in der Nähe von Hühnchen. Meine Mooseltern butterlicherseits haben ein Speisebüro in Prinz an der Donau und speisen beruflich und privat in der Pflanzen Welt herum. Die Geknister meiner Eltern sind meine Monkeln und Kanten. Ein Monkel ist Schnarchitekt, ein anderer ist Zwergführer. Eine Kante ist Lachärztin für Rinderheilkunde, eine andere ist Rennsäuferin und hat schon viele Greise gewonnen. Wenn ich einmal grob bin, möchte ich Bierpfleger oder Schluckerbäcker werden, vielleicht auch Klodirektor oder Kastronaut.

So, das waren meine Flammlilie und ich!

Leider anonym eingesandt (Anm. der Redaktion)



- **Optimierung von Abläufen und Prozessen**
- **Überarbeitung von Dokumenten, Vorlagen und Texten (z. B. Homepage, Gutachten)**
- **Übernahme von Personalaufgaben und Personalbeschaffung**
- **Seminare für Vertrieb und Organisation**

Kontakt: Regina Mühlich
AdOrgaSolutions
Email: muehlich.aos@online.de

Sind Sie gut organisiert? Nein...

www.mein-sending.de

**Kurse für Kinder
An der Theresienwiese**

Tante Mieke

Private Bildungseinrichtung

**Bietet Spielgruppen für Kinder
ab ca. 2 Jahren**

Kreatives Gestalten für 3 bis 6 jährige

**Kreatives Schreiben für Kinder
zwischen 9 und 12 Jahren.**

Unsere Spielgruppe

**Montag/ Dienstag Vormittag hat noch
ZWEI Plätze frei.**

**Mehr Information für alle Kurse
unter Tel: 089/32600618 oder**

nicola.steichele@tanjemieke.de

www.tanjemieke.de.

Reisebüro am Harras



Hans Schaller

Geschäftsführer

Plinganserstr. 40, 81369 M.

Fon: 746330-0/Fax: ...330-30

E-Mail: info@amHarras.de

Web: www.amHarras.de



HOLERBVSCH

NATUR PUR!

ERWIN WINTER

DAISERSTR. 5 81371 MÜNCHEN

TEL 089 776474

FAX 089 74688347

WWW.BIONELLE.DE

BIOMARKT.SENDING@GMX.DE



hibis.kus das wellness lädchen

Lindwurmstr. 203

Tel.: 72018858

oder

0172/8466879



Der Perlen- und Schmuckladen in München-Sendling

Bei Glitzerstein finden Sie

Eine große Auswahl an Perlen und Zubehör für die eigene kreative Schmuckgestaltung - von Swarovski- und Glasperlen, Edelsteinen, 925er Silber und echte Süßwasserperlen
Zahlreiche kreative Schmuckdesignkurse für Groß & Klein - 25 Euro pro Kurs
Selbstgefertigte moderne Schmuckstücke aus Swarovski- und Glasperlen, Edelsteinen, 925er Silber und echten Süßwasserperlen

Öffnungszeiten von Glitzerstein:

Montag	14 bis 19 Uhr	Mittwoch	14 bis 19 Uhr
Freitag	14 bis 19 Uhr	Samstag	10 bis 17 Uhr

Glitzerstein

Kidlerstraße 21, 81371 München-Sendling

Tel.: 089 -20 20 45 25

Aktuelle Termine für die Schmuckdesignkurse und weitere Informationen und Bilder finden Sie auch auf unserer Homepage:

www.Glitzerstein.com



Med. Fußpflege Nagelpflege Nail Art Kosmetik

Spezialisiert auf Diabetiker und Bluter !!

3TO Spangentechnik !!

Montag – Freitag von 9h30 - 18h30

Albert-Rosshaupter-Str. 26, 81369 München

Tel.: 089/72 63 58 83 – Fax.: 089/72 63 58 84

mail@flavias-wob

www.flavias-wob.de

**Ihre Werbung als unsere
Unterstützung. Danke**

STARKE FRAUEN !



Beatrice Starck

Kulturmanagement zwischen den Welten.....

Ich wuchs im schönen Ambiente einer "Kreativfamilie" über Generationen und in vielen Gebieten auf – da gab es eine Großmutter, die Bildhauerin war und in deren Künstler-Haus am Ammersee ich groß wurde. Und einen Vater, der als Regisseur und Fernsehautor, Journalist und Geschichtsexperte immer für viele interessante Gäste aus dem In-und Ausland bei uns sorgte. Meine Mutter brachte die Liebe zur Musik mit als junge Pianistin und so schwebte in unserem Haus und Geschwisterkreis immer die Liebe zur „völkerverbindenden Kultur,, der Mittelpunkt unseres Lebens. Mir als „Jüngster“ in diesem Kreis war sehr früh klar, dass auch ich mein Leben nur im Umgang mit dieser Mischung verbringen wollte. Im Atelier meiner Großmutter war mein liebster Platz – so war es mir möglich im Alter von 12 Jahren zum ersten Mal skulpturales auszustellen.

Die Liebe zum Umgang mit der Kunst war längst eine unstillbare Leidenschaft geworden und brachte mich im Bereich Malerei, Graphik und Bildhauerei an die Akademie nach München. Von dort aus ging es nach Kolumbien und

damit hinein in eine „multikulturelle, grenzüberschreitende“ Sicht aller Dinge. Das sollte der nächste Schwerpunkt in meinem Leben werden – Kunst und Kultur als Sprache zwischen den Welten, die keiner Worte bedarf. Ich wurde zur grenzüberschreitenden Globetrotterin im Auftrag der Kunst. Bald landete ich so durch einen ägyptischen Professor in Paris bei der UNSECO, für die ich als Kulturmanagerin erstmals tätig wurde zwischen „Orient und Okzident“. Die persönliche Begegnung in diesem Rahmen mit Menschen wie Nelson Mandela, Butros Gahli und dem Dalai Lama haben mich nachhaltig geprägt. Reisen und Aufenthalte quer durch die Welt -en haben mir immer deutlicher gezeigt, dass Kunst für mich die Aufgabe einer Botschafterin hat und nicht die einer „Einzelkarriere“ im stillen Kämmerlein.

Nach Jahren bei der UNESCO kam für mich eine Zeit beim ‚Haus der Kulturen der Welt‘ in Berlin, wo ich schwerpunktmässig internationale Ausstellungen und Kinderworkshops leitete, um Kulturen spielerisch miteinander zu verbinden. Die Geburt meines Sohnes brachte mich nach München zurück, aber meine Arbeit und „Berufung“ blieb grenzüberschreitend und wenn es auch „nur“ noch bis in die Schweiz reichte, die mir die letzten Jahre eine Mischung aus internationaler Heimat und freudiger Arbeitgeber war. In dieser Zeit sammelte ich aus „aller Herren Länder“ Künstlerkollegen und Freunde zusammen, zu einer heute stetig wachsenden Truppe von Kunstgetriebenen. Mit ihnen arbeite ich international für Ausstellungen und Kunstsymposien und halte ihnen den Rücken frei gegen die Widrigkeiten des Alltags, die auch Künstler hart ankommt.. So passierte es vor zwei Wochen, dass ich vom Schicksal durch einen Freund aus dieser Gruppe an den Stemmerhof in Sendling gespült wurde und damit auf ein weites, noch nicht beackertes Feld. Die Freude an der Herausforderung etwas aus dem „Nichts“ zu kreieren und zu einem „Gesamt-Kunst-Werk“ werden zu lassen aus vielen individuellen Charakteren, ließ mich diese Aufgabe annehmen. Dabei habe ich mich in Sendling verliebt – in seine Menschen und die Herzlichkeit und Offenheit, die mir hier entgegen gebracht wird. Und voll Freude „teile“ ich nun mit Gabriela Lefèvre das „**Mein Sendling**“ – Büro als Anfang einer Outdoor-Galerie-Idee auf dem Stemmerhof. Dort werde ich also in nächster Zeit meine Zelte aufschlagen und zu finden sein – viel „Bodenhaftung“ also für eine grenzenlose Globetrotterin in Sachen Kunst und Kultur

- Sorgfältige Sehstärkenbestimmung und Gleitsichtanpassung ungestört auf Termin
- Fassungen und Gläser direkt vom Hersteller
- Brillenmode und Sehtestaktionen vor Ort

Das alles bekommen Sie bei

frame4U

Terminvereinbarung unter Tel.-Nr.: 089 - 1229 7434
Jürgen Fladung, Augenoptikermeister, Brillendesigner



Schmiedkochlstraße

(Eine erste Annäherung von Kriemhilde Klippstätter)

Das Kind kam aus der Donaustadt an die Isar. Es war zu Besuch bei seinem Urgroßvater in der Schmied-Kochel-Straße. Damals wusste es nichts vom patriotischen aber vergeblichen Kampf des Handwerkers und seiner Mitstreiter gegen die Österreicher. Für das Kind klang der Straßename nach Küche und kochen, nicht nach Heldengedenken. Die Erwachsenen förderten unbewusst diesen Irrtum weil sie „Schmiedkochl“ wie ein Wort aussprachen und dabei das e verschluckten. Daheim in Regensburg gab es die Wurstkuchl, einen dunklen und rauchigen Ort, wo kleine, würzige Würste gebraten und verkauft wurden. Und in München gab es eben die Schmiedkochl, was immer da auch hergestellt wurde.

Hergestellt wurde dort vor allem Kleidung, denn der Urgroßvater war Schneidermeister. Er führte das Kind in sein - heute würde man sagen - Atelier. Damals war es die Werkstatt mit den zwei ineinandergelassenen Räumen und dem riesigen Zuschneidetisch. Auf den setzte der Meister das Kind, damit es sich einen Überblick verschaffen konnte. Was es sah, war wunderbar. Im hohen Regal an der Längswand lagen einige Stoffballen, meist herrlich glänzende Futterstoffe oder dicke Wattepacken zum Polstern der schmalen Anzug- und Kostümschultern. Auf einem Gestell thronte ein Bügeleisen, das wirklich noch aus Eisen geformt war und auf Arbeit wartete.

Der alte Mann widmete sich wieder seiner Beschäftigung, ließ aber das Kind daran teilhaben. Gemeinsam befreiten sie einen Anzug von den langen weißen Heftfäden, die vor der eigentlichen Naht die Teile zusammenhalten. Der Urgroßvater nahm sich die Jacke vor und gab dem Kind die Hose. Während der Meister eine stumpfe Schere zum Fädenziehen benutzte, genügten dem Kind die kleinen Finger. Das freute den Großvater und er lachte. Dem Kind kam es gar nicht komisch vor, dass der alte Mann auch auf dem Tisch saß. Zeigte nicht

die Zeichnung im Buch von Wilhelm Busch den Schneider Meck meck meck wie er ebenfalls auf dem Tisch saß als ihn Max und Moritz zu necken begannen?

Nachdem der Anzug von den Heftfäden befreit war, wollte der Urgroßvater die Knöpfe annähen. Das Kind erbot sich gerne, den Faden durch das schmale Nadelöhr zu fädeln, denn der Opa brauchte dafür schon lange eine Brille. Stolz war das Kind, als der Großvater sich scheinbar über die Adleraugen des Enkels wunderte und sich anschließend für die große Hilfe bedankte. Wie konnte der Meister im Alltag nur ohne das Kind auskommen? Nachdem die Knöpfe angenäht waren, beendete der Großvater für heute sein Tagwerk - wegen dem Besuch des Urenkels früher als sonst.

Schmiedkochlstraße, zweite Annäherung in der Juniausgabe

*Hoffnung ist wie der Zucker im Tee:
Auch wenn sie klein ist, versüßt sie alles.*

Aus China

KLAVIERUNTERRICHT nach Maß

Von einem erfahrenen Klavierpädagogen und Konzertpianisten,
gleich hier in Sendling!



Ulrich Schoedel

089/ 767 00 392

MUSIK FÜR IHR FEST/ HAUSKONZERT

www.rubintrio.de

Nehmen Sie einfach Kontakt auf!

Mehr zu meiner Person auch unter:

http://www.mein-sendling.de/page_schoedel.html

18 wirst du von Airwin

16 - 17 - 18

*dich nicht mehr gesehen
in erinnerung kamen renates wehen
36 stunden kämpfte sie für dich
damals vor 18 jahren dich für sich*

*nun bist du bald volljährig
hast viel erfahren und bist gelehrig
hast deinen weg, dein aufgabe gefunden
kommst so, mit dir und allen über die runden*

*du hast dich erkannt, den weg oder das geld
wohin gehst du, was ist der steg, deine welt
ich weiß nichts mehr von dir, du bist verborgen
du bist eigen, denkst dein sein, mache mir keine sorgen*

*so mußt du sein, um dich zu finden
das leben ist nicht einfach, auch nicht unter linden
achtzehn, jetzt kommt deine freiheit
du kannst machen, was du willst, schaffe kein leid*

*die welt ist so weit
sei für dein leben bereit
keine klagen sei
einfach frei.*

Airwin

**Die Kleine Nachbarschaftszeitung von SENDLING
sucht wohlwollende Sponsoren, welche uns gerne
mit Spenden oder Anzeigen unterstützen möchten.
Herzlichen Dank!**

Postbank Karlsruhe, Kto.Nr: O280 341 752

BLZ: 660 100 75

G. Lefèvre, Die Kleine Nachbarschaftszeitung von SENDLING

ZEITGENÖSSISCHER TANZ MITTEN IN SENDLING

Minka-Marie Heiß und der Kulturverein

hausgemacht e.V. stellt sich vor



1972 in Frankfurt geboren

1997 Studienabschluss Mathematik und Sportwissenschaften an der TU Darmstadt

1999 Bühnenreife an der Iwanson Schule München

1999-2000 Engagement am Staatstheater Darmstadt

seit 2000 Dozentin für zeitgenössischen Bühnentanz

2002 Produktion des Kurzfilms urban movements, der regelmäßig auf München TV ausgestrahlt wird.

2003-2007 verschiedene Arbeiten mit internationalen Choreographen in Frankreich, Schweden und Portugal.

Mehrfache Auszeichnungen für choreographische Werke (Internationales Solotanzfestival in Stuttgart 2003 und 2007, Debutförderung der LH München 2006), seit 2004 künstlerische Leiterin der Kompanie hausgemacht.

„Ich möchte meine Faszination für den Tanz teilen und mitteilen, ich erwecke Kulturprojekte zum Leben, um andere Menschen zu erreichen, um ihre Phantasie, ihre Gefühle und ihre Gedankenwelt zu berühren. Ich arbeite mit jungen Tänzern daran, die vielfältigen Möglichkeiten der Ausdrucksformen des Tanzes zu entdecken und ihre eigene Künstlerpersönlichkeit zu entfalten.“

Die Projekte der Kompanie erfreuen sich größter Beliebtheit: die zehn Profitänzerinnen aus verschiedenen Nationen bringen den Zuschauern den Tanz aus tiefstem Herzen buchstäblich nahe.

Seit 2006 steht **hausgemacht** in enger Kooperation mit dem Institut français München; im Juni 2007 bot die Kompanie die bewegte Ausstellung „des racines et des ailes“ in den Räumlichkeiten des Instituts, in Garten und Atrium des Palais Seyssel d'Aix, dar und begeisterte das Publikum, das die Performance hautnah miterleben und anschließend die Künstler im offenen Gespräch persönlich kennen lernen konnte.

Der Begriff Lieudit ist in Frankreich ein Ausdruck für Orte, die so klein sind, dass sie nicht einmal auf einer Landkarte verzeichnet sind, ein Flecken irgendwo im Nirgendwo. Wo auch immer der liegen mag, die Tänzer wissen ihn präzise zu orten, nämlich da wo „Ratten als Schmetterlinge aufblühen und Träume noch Goldfrüchte tragen, wo niemand zur Nacht werden muss und Küsse noch Triangel und Orchester sind“.

2008 ist hausgemacht verrückt nach Wasser - einem Molekül mit Wirkung. Die dem Wasser innewohnenden Gestaltkräfte mit extrem gegensätzlichen Eigenschaften, erinnern in besonderer Weise an künstlerische Prozesse.

Wasser gefriert, unendlich variabel, in jeder Schneeflocke zum präzisen Sechsstern, es rundet sich zur voll-kommenen Kugel im Tropfen.

Wasser reagiert höchst sensibel auf jeden Impuls und formt sich entsprechend plastisch aus. Es kann Spiegel sein und Tsunamiwelle, Ozean und Quelle, Wolke und Eis - Wasser ist Zeit und Dauer zugleich.

Zu sehen sein wird dieses neue Projekt im Institut français München im Mai, im i-camp/neues theater münchen und auf der Burg Schwaneck im Juni 2008.

Mehr Informationen finden Sie unter <http://hausgemacht.free.fr>

Kompanietraining hausgemacht

donnerstags 19:45 -21:00 Uhr im Studio **movARTE**

kostenloses Probetraining!!!

Infos unter Tel: 089 74792366 oder

Email: hausgemacht@free.fr

Das kleine dumbodesign Kreativprojekt

Liebe Sendlinger,

heute stelle ich zwei Ideen vor, wie Sie Ihre große oder kleine Pflanzenwelt dekorativ aufpeppen können. Das eine Projekt ist wirklich klein und wenig aufwendig. Das andere Projekt ist etwas für ein Wochenende und problemlos für jeden zu meistern. Dabei bitte nicht vergessen, dass Kinder am liebsten mit Ihren Eltern basteln.

Bunte Steine:

Material:

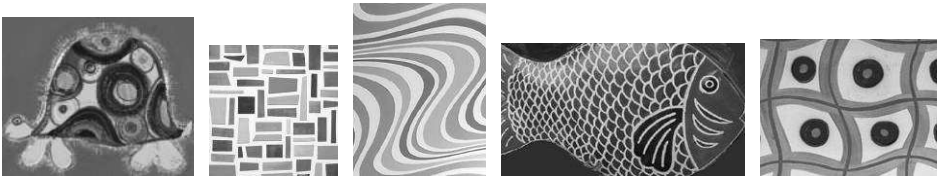
- Steine, große, kleine, ganz nach Gusto von der Isar, aus dem Garten, aus dem Baumarkt...
- Farbe, die wasserfest aufdrocknet
- Bunte Lackstifte

- Klarlack
- Bastelkleber, um alles mögliche aufzukleben
- Kraftkleber, um Steine zusammenzukleben
- Zeitung, zum Unterlegen, bzw. als Stütze beim Steine zusammenkleben

Und los geht's:

Steine von Staub, Moos, etc. reinigen und trocknen lassen. Kleine Kiesel am besten einfarbig bemalen und dann kleine Bilder/Muster mit Lackstiften aufbringen. Oder auf die bemalten Steine Sticker aufbringen und diese Überlackieren. Je größer der Stein, umso bunter und flächiger kann das Muster sein.

Kleben Sie sich doch auch einen Fisch zusammen. Einen großen Stein nehmen, oben und seitlich kleine Steine als Flossen aufkleben. Zuerst die Rückenflosse (mit Zeitungsknäuel Halt geben) und anschließend die beiden Seitenflossen. Einen weiteren Stein als Schwanzflosse hinten ankleben. Schließlich alle Flossen und Gesicht gelb anmalen, den Fischkörper blau. Nach dem Trocknen mit Lackstift Gesicht und Schuppen aufbringen.



**Das Kleine Backhaus, Boschetsrieder Str. 17,
81379 München - Tel. Laden: 089-7232160**

Hosenblumentopf:

Material:

- alte Kinderhose (oder andere alte Kleidung)
- Zeitung, um die Hose auszustopfen & Arbeitsunterlage
- Wäscheversteifer / Dekosteif / Stoffsteif (Bastelgeschäft / www.opitek.de / www.vbs-hobbywelt.de)
- Bauschaum, für stehende Hose
- Plastikschiüssel oder großer Joghurtbecher
- Pappmaché und Farbe, die Wasserfest auf trocknet

Und los geht's:



Die Hose mit geknäultem Zeitungspapier ausstopfen und in die Form bringen, die Sie haben möchten. Bei stehender Hose, die Beine erst mit Pappröhren oder gerolltem Fotokarton in Form bringen, dann mit Zeitungspapier zusätzlich ausstopfen. Anschließend das ausgestopfte Kleidungsstück mit Wäscheversteifer versteifen.

Bei einer stehenden Hose die Beine nach dem Versteifen mit Bauschaum ausfüllen.

Je nach Bundweite und Hosengröße eine passende Plastikschiüssel oben in die Hose einsetzen und entweder mit Bauschaum einarbeiten oder einfach mit Pappmaché fixieren. Pappmaché nach dem Trocknen mit Lackfarbe bemalen. Sieht hübscher aus und zieht kein Wasser.

Beim Einsetzen der Schüssel oder des Joghurtbechers bitte darauf achten, dass der Hosensbund übersteht und somit die Plastikeinheit unsichtbar bleibt.

Jetzt einfach einen Blumentopf in die Schüssel stellen und schon ist ein sehr witziges und ungewöhnliches Deko-Element auf Terrasse / Balkon / Wohnung fertig.

Geben Sie Ihren Ideen Körper und Raum,

Ihre Anita Schmid

www.dumbodesign.de
basteln@dumbodesign.de

Atelier am Stemmerhof, Plinganserstr. 6, 81369 München
Di-Fr von 14.00 - 17.30 Uhr geöffnet



„Das schaffst du sowieso nicht.“

...sagte einer meiner Klassenkameraden einen Tag vor dem Vorlesewettbewerb. Na ja, ich war mir ja selber nicht mal sicher, ob ich es schaffen würde.....

Ich war Klassen- und Schulsiegerin beim Lesen geworden, nun war der Vorlesewettbewerb „Vorentscheid München Ost“ an der Reihe.

Als es dann so weit war, war ich nicht besonders aufgeregt.

Ich hatte mir eine Beurlaubung von unserem Schulleiter geholt. Es war Donnerstag, der 14.02.2008 im Maria Theresia Gymnasium.

23 andere Kinder, meine Deutschlehrerin, meine Mama und ich.

Ich war als 20te mit meinem vorbereiteten Text dran. Ich wurde aufgerufen, setzte mich vor die Jury und dachte noch mal kurz an alle Sachen, die ich beachten sollte:

Langsam, deutlich, schön lesen und richtig betonen.....

Und ehe ich mich versah, war ich auch schon fertig.

Dann musste ich noch einen unbekanntem Text vorlesen. „Potilla und der Mützenkönig“ von Cornelia Funke. Ging eigentlich ganz gut.

Als alle Kinder vorgelesen hatten, gab es 20 Minuten Pause, damit die Jury die Punkte zusammen rechnen konnte. Kurz meiner Freundin eine verzweifelte SMS geschrieben.

Alle sind wieder da, die Jury verkündet ihre Entscheidung: Der Gewinner ist.... (nächste Seite....)



Windelservice München Kind & Natur
Plinganserstr. 6, 81369 München -Stemmerhof-
Tel.: 089-12 02 28 97, Fax: 089-12 02 28 99

Öffnungszeiten:
Mo.- Fr. 10 - 19 Uhr, Sa. 10 - 14 Uhr
kostenlose Parkplätze im Hof vorhanden
U-Bahn Harras, Bus 53, Sendlinger Kirche

Nee, doch nicht, erst mal wurden alle „Nicht-Gewinner“ auf die Bühne gebeten. Acht sind noch übrig, ich auch, sechs kommen weiter... zum Münchener Stadtentscheid.

Jetzt sind es nur noch sechs, ich bin auch dabei!

Fünfter Platz, Vierter Platz, ich bin immer noch nicht dabei. Wahrscheinlich hat sich die Jury da verrechnet. Dritter Platz: Katharina Mühlich, das bin ich.

Alle rufen mich am Nachmittag an, aber ich erzähle es nur meiner besten Freundin.

Am nächsten Tag stürmen alle auf mich zu: „Du hast gewonnen!“ Mein Klassenkamerad fragte mich: „Hast du wirklich gewonnen?“ „Ja!“ antwortete ich. „Hab’ ich doch gleich gewusst“.

Als nächstes kommt der Stadtentscheid. .

(Katharina Mühlich, 12 Jahre, Dante-Gymnasium)

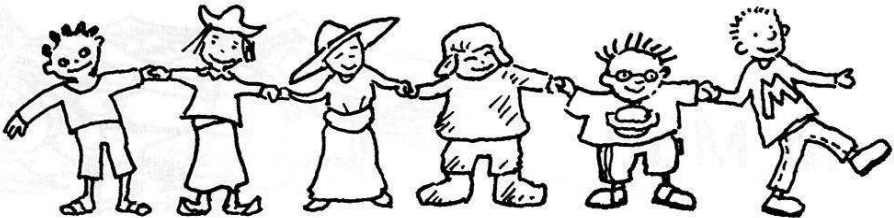
Impressum: "Mein SENDLING, Die Kleine Nachbarschaftszeitung" wird von kreativen Leuten des Stadtbezirks Sendling gestaltet und herausgegeben.

V.i.S.d.P.: G. Lefèvre, Plinganser Str. 6, 81369 München (im Stemmerhof)

dein.sendling@yahoo.de Redaktion und Anzeigen: G. Lefèvre

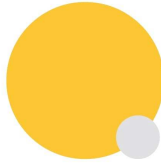
Bei allen eingesandten Artikeln geht die Redaktion davon aus, dass die Rechte Dritter nicht verletzt werden. Für den Inhalt der Artikel und Anzeigen sind die Autoren verantwortlich. Die Red. behält sich Änderungen und Kürzungen vor. Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung eingesandter Beiträge.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion.



Top-gepflegte 2-Hand-Markenkinderkleidung in den Größen 62 -110. (Esprit, Mexx, Oshkosh, Kanz, Liegelind, H&M) bei

Emmy-Bären, Sachsenkamstr. 5, 81369 München
(U-Bahn-Partnachplatz) Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Montag bis Donnerstag von 9⁰⁰ bis 18⁰⁰ Uhr. Telefon
089/7432056



**MÜTTERZENTRUM
SENDLING e.V.**



Das Mütterzentrum Sendling stellt sich vor:

Ob man einfach nur mal in Ruhe einen Kaffee trinken, in Büchern oder der Zeitung schmökern möchte oder ob man kommt, um sich auszutauschen, Kontakte zu knüpfen und ein soziales Netz aufzubauen - das offene Cafe des Mütterzentrums Sendling ist hierfür der richtige Ort. Mütter, Väter und Großeltern verschiedener Nationalitäten können dieses Angebot spontan nutzen und ihre Kinder währenddessen kostenfrei im Kinderzimmer betreuen lassen.

Das Mütterzentrum bietet außerdem ein wechselndes Programm mit Kursen, offenen Mutter-Kind-Gruppen, einer fester Kindergruppe, Beratungen rund um die Familie, Vorträgen, Flohmärkten, Kursen und Veranstaltungen.

Das Programm erscheint 3-mal jährlich und ist im Mütterzentrum sowie an verschiedenen Stellen im Stadtteil erhältlich.

Das Mütterzentrum lebt von der aktiven und engagierten Mitarbeit von Müttern und Vätern. Die Eltern haben die Möglichkeit sich in folgenden Bereichen einzubringen: im Cafedienst, in der Kinderbetreuung, in der Öffentlichkeitsarbeit, als Gruppen- oder Kursleitung. Daher sind persönliches Wissen, Fähigkeiten und Erfahrungen der MitarbeiterInnen mitbestimmend für das laufende Angebot. Im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit ist auch der neue Familien-Stadtplan Sendling entstanden.

Lagerverkauf im Stemmerhof



Markenschuhe & Natur-Mode

Jeder Woche neue Ware aus
Überproduktionen & Überhängen

Öffnungszeiten:

Mo.-Sa. 10.00-19.00

Plinganserstr.6

81369 München



Bereits vor sieben Jahren – als die erste Ausgabe des Familien-Stadtplanes erschien - sollten Familien mit Tipps rund um das Thema „Leben mit Kindern in Sendling“ unterstützt werden.

Daran hat sich nichts geändert. Neu ist, dass diesmal viele NutzerInnen des Mütterzentrums Sendling ihre Erfahrungen, Lieblingsplätze und Geheimtipps verraten haben. Diese wurden gesammelt, in Form gebracht und mit wichtigen Adressen rund ums Kind ergänzt – das Ergebnis kann man sich ab Ende April im Mütterzentrum und in der Stadtbücherei am Harras ansehen und kostenlos mitnehmen (solange der Vorrat reicht).

Den „Mittelpunkt“ des Familien-Stadtplans Sendling bildet ein doppelseitiger Umgebungsplan, auf dem alle wichtigen Orte eingezeichnet sind. Rundherum gibt es Informationen über Spielplätze, familienfreundliche Restaurants und Geschäfte, Ausflugstipps, Adressen von Kinderärzten, Krippen/Kindergärten, Sportvereinen etc. und viel viel mehr.

Im Familien-Stadtplan Sendling sind vor allem Angebote für Familien mit Kindern bis etwa 6 Jahren aufgeführt, weil vorwiegend diese das Mütterzentrum nutzen. Aber auch für Familien mit älteren Kindern sind sicher einige wertvolle Ideen zu finden.

Das Mütterzentrum Sendling freut sich auf Ihren Besuch! Die Öffnungszeiten des Cafes sind Montag bis Donnerstag von 9.30 bis 12.00 Uhr und Dienstag bis Donnerstag von 15.00 bis 17.30 Uhr. In den warmen Monaten (ab Ende Mai) ist das Mütterzentrum bei schönem Wetter an zwei Nachmittagen auf dem Valleyspielplatz. Genauers erfahren Sie im neuen Programm oder auf der Internetseite des Mütterzentrums.

Mütterzentrum Sendling e.V.
Brudermühlstr. 42, 81371 München
Tel. 089/ 7777 44, Fax. 089/ 74792260
info@muetterzentrum-sendling.de,
www.muetterzentrum-sendling.de

Holt Euch "Mein SENDLING" im Abonnement direkt und automatisch zu Euch nach Hause !!!

36,50 Euro = 1 Zeitung kostet 3,31 Euro

1,00 E = Papier- und Druckkosten

1,45 E = Briefmarke Inland

0,30 E = Briefumschlag = 2,75 E

Bleiben 0,56 Cents pro Ausgabe für unsere Arbeit

Einfach das Formular ausfüllen, in der Redaktion abgeben oder per Mail oder per Post zuschicken an:

**"Mein SENDLING", Stemmerhof, Plinganserstr. 6,
81369 München - redaktion@mein-sendling.de**

"Mein SENDLING" kostet EUR 36,50 frei Haus für 11 Ausgaben im Jahresbezug und endet automatisch bei nicht erfolgter Verlängerung.

"Mein SENDLING"	
Bezugsbeginn:	
6 Monate (EUR 21,-) <input type="radio"/>	Bitte ankreuzen
11 Monate (EUR 36,50) <input type="radio"/>	
Anrede:	Herr <input type="checkbox"/> Frau <input type="checkbox"/>
Name:	<input type="text"/>
Vorname:	<input type="text"/>
Strasse:	<input type="text"/>
Hausnummer:	<input type="text"/>
PLZ:	<input type="text"/>
Ort:	<input type="text"/>
Postfach:	<input type="text"/>
Telefon privat: *	<input type="text"/>
Telefon dienstlich:	<input type="text"/>
Telefon mobil:	<input type="text"/>
E-Mail:	<input type="text"/>
Geburtstag:	<input type="text"/>
* wichtig für Rückfragen	

Postbank Karlsruhe, Kto.Nr: O280 341 752

BLZ: 660 100 75

G. Lefèvre, "Mein SENDLING"

Geschichten aus einem Hundeleben Von Sybille

Grüß Gott liebe Sendlinger, schön Euch wiederzusehen!

Für alle die neu dazu gekommen sind, mein Name ist *Stella*



und ich bin ein griechischer Bordercolliemix.

Hund und Katz

Dass Hunde und Katzen meist nicht die besten Freunde sind ist allgemein bekannt. Wenn ihr euch noch an mein Erlebnis in der Wohnung unserer Nachbarn erinnert, so wisst ihr, warum auch ich, wie so viele meiner Artgenossen, den vierbeinigen Samtpfotenläufern nicht sonderlich viel abzugewinnen vermag. Wovon ich euch bis jetzt allerdings noch nichts berichtet habe, ist der Ursprung meiner noch viel größere Abneigung gegen Kater – und ich meine diesmal keine Vierbeinigen...

Letzten Sommer waren meine Familie und ich zu einem Gartenfest eingeladen. Unter den Gästen befand sich auch ein netter kleiner Dackel namens Betzi, mit dem ich mich auf Anhieb verstand. Nachdem meine Familie unter großem Hallo begrüßt worden war und alle fröhlich feierten, machten wir beide uns unbemerkt auf den Weg, um das Haus und den Garten auszukundschaften. Unsere Nasen führten uns zunächst in die Küche, wo es uns mit einigem Geschick gemeinsam gelang, den Küchentisch um eine appetitlich dekorierte Platte mit Schinken und Käsebrötchen zu erleichtern. Als wir genug Häppchen verspeist hatten und immer noch nicht vermisst wurden, machten wir uns auf die Suche nach einem geeigneten Ruheplatz für ein kleines Verdauungsschläfchen.

Eine der Türen war nur leicht angelehnt, und als wir vorsichtig hinein schauten, sahen wir ein großes Bett mit wunderbarem seidnem Bettbezug. Mit einem Satz waren wir in diesen himmlischen Laken. Nachdem wir uns noch einige Male darin gewälzt hatten, schiefen wir Schnauze an Schnauze friedlich ein. Ein Entsetzensschrei weckte uns unsanft aus unseren Träumen – Betzis und mein Frauchen standen direkt vor uns, und deren Blicke verhießen nicht Gutes! Mit einem Satz und eingezogenen Ruten verschwanden wir so schnell es ging, doch nur wenige Schrecksekunden

später waren wir schon wieder auf Entdeckungsreise, jetzt allerdings auf verhältnismäßig sicherem Terrain, im Garten. Erstaunt beobachteten wir, wie die Zweibeiner mit zunehmender Stunde immer lauter und fröhlicher wurden. Die ansteigende Fröhlichkeit schien mit einem großen Fass zusammenzuhängen, aus dem die Gäste ihre Gläser füllten. Vorsichtig auf dem Bauch robbend machten wir uns auf, dieses komische Gebilde näher zu untersuchen. Das Fass stand in einer großen Wanne, in welcher sich eine goldene, aus dem Zapfhahn tropfende Flüssigkeit sammelte. Unser Erkundungsgang hatte uns durstig gemacht, und unsere Trinkschalen standen am anderen Ende des Gartens, es erschien mir also nur zu verständlich, dass Betzi sich begeistert auf die seltsam gefärbte Flüssigkeit stürzte. Unter geräuschvollem Schlabbern verkündete er, ich müsse unbedingt von diesem köstlichen Nass probieren. Nachdem ich vorsichtig einen kleinen Schluck getrunken hatte, schüttelte ich mich erst einmal. „Betzi, das schmeckt grauenvoll!“ „Quatsch, trink weiter, das Aroma entfaltet sich erst später. Du musst nur mehr trinken, dann schmeckt es dir auch!“ Nun ja, ich wollte kein Spielverderber sein und so machte ich mich trotz meines Widerwillens ebenfalls über die Flüssigkeit her. Siehe da, Betzi hatte recht – je mehr des leicht bitteren Gebräus ich zu mir nahm, umso besser schien es auch zu schmecken. Doch mit einmal wurde mir ganz komisch zu Mute. Ich hob meine Schnauze aus der Wanne und versuchte mich umzudrehen, meine Beine fühlten sich an als seien sie aus Gummi. Alles sah plötzlich ganz anders aus - mein Frauchen und die anderen liefen auf einmal auf ihren Köpfen! Nein, halt, ich hatte mich nur ohne es zu merken auf den Rücken gelegt. Mit einigen Schwierigkeiten gelang es mir, wieder auf die Beine zu kommen. Mann, war das aber ein lustiges Gefühl!

SENDLINGER AUGUSTINER

Das gemütliche Wirtshaus in Sendling

Alramstr. 24 in 81371 München, Tel: 089-747 09 25, U3/6 Implersstraße

www.sendlinger-augustiner.de

Frühstücken in
Sendling
10,50€
jeden Sonntag von
10h30 – 14h00

Büffet incl.
Eierspeisen,
Weißwürste und
aller Heißgetränke



**Fußball Bundesliga
Live auf Großbildleinwand**

Samstag ist
versch. Schnitzel
mit Beilagetag
6,66 €

Montag ist
Schweinebratentag!
Ofenfrisch und den
ganzen Tag mit 2
Knödeln,
Speckkrautsalat
und Dunkelbiersoße

Vor lauter Begeisterung begann ich, mich im Kreis um die eigene Achse zu drehen, dabei war es ausnehmend wichtig, die eigene Rute fest zwischen den Zähnen zu halten, damit sie sich nicht plötzlich löste und davonflog. Neben mir gab Betzi komisch verzerrte Laute von sich und wälzte sich in den ulkigsten Verdrehungen am Boden.

Ich wollte ihm zurufen er solle ja auf seine Rute acht geben, diese sei nämlich in Wirklichkeit ein Federvieh - da schwanden mir plötzlich die Sinne.

Als ich meine schweren Lider hob, blickte ich in einen Wald von Beinen. Ich hörte lautes Stimmengewirr um mich herum, dann kam der Kopf meines Frauchens ins Blickfeld. „Stella, was ist mit dir?“ Dann die Stimme von Betzis Frauchen: „Oh je, ich fürchte die Hunde haben sich am Bierfass bedient! Das ist schon das zweite Mal, dass Betzi zum Alkohol greift.“ „Stella, bist du etwa betrunken?!“ Nein, wollte ich noch rufen, aber da fiel ich auch schon erneut in ein tiefes schwarzes Loch.

www.tierzentrum.com

**BIO - Tiernahrung/Lagerverkauf
mit Heimlieferservice!**

Hundeschule schon ab 49,00

T: 38 07 58 43 im "Stemmerhof"

Als ich am nächsten Morgen aufwachte, hatte ich das Gefühl mehrere Köpfe zu haben, die sich allesamt anfühlten als hätte Thor sie mit seinem Hammer bearbeitet. Ich versuchte mich zu erinnern was geschehen war. Erst nach längerem Überlegen, bei dem es größter Anstrengungen bedurfte, meine Übelkeit und die scheußlichen Kopfschmerzen zu ignorieren, fiel mir die Feier und das seltsame Getränk wieder ein. Ich rappelte mich auf. Auch meine Pfoten wollten nicht so richtig meinem Willen gehorchen, ich hatte größte Mühe sie in die Richtung zu bringen in die meine Schnauze den Weg zeigte. Über mir ertönte die Stimme meines Frauchens: „Na du kleiner Schluckspecht, auch schon wieder munter?“ Au, das tat weh! Erstens klang die Stimme viel zu laut in meinen Ohren und außerdem drehte sich immer noch alles vor meinen Augen. Wer den Schaden hat, braucht bekanntlich für den Spott nicht zu sorgen – den Rest des Tages verbrachte ich damit, mit dröhnendem Schädel abwechselnd vor mich hin zu dösen und meinen Magen unter krampfhaften Zuckungen zu entleeren. Ich schwor mir, in Zukunft auf mein eigenes Bauchgefühl zu hören und um alle Hunde, die sich für exotische Flüssigkeiten begeistern einen großen Bogen zu machen! So, meine Lieben, jetzt kennt ihr also auch den Grund für meine Abneigung gegen Kater.

Eure Stella macht jetzt erst einmal Ferien und erholt sich ein bisschen, meine Stimme ist schon ganz rau vom vielen Erzählen!

Einen dicken Schlecker,

Eure *Stella*

Der ist beglückt, der sein darf, was er ist.

Friedrich von Hagedorn

Naturheilmittel aus Grossmutter's Zeiten

Bluthochdruck

Liegt bei wiederholter Messung ein Blutdruck von 140/90 oder mehr vor, spricht man von hohem Blutdruck. Starkes Übergewicht und Stress erhöhen das Risiko, an Bluthochdruck zu erkranken.

Weißdorntee wirkt bei hohem Blutdruck regulierend und beugt Arterienverkalkung vor. Übergießt 2 TL der getrockneten Früchte und Blüten mit einer Tasse kochendem Wasser. Nach 10 Minuten kann der Tee abgeseiht werden. Dreimal täglich eine Tasse trinken.

Auch Wadenwickel bewähren sich bei zu hohem Blutdruck. Dazu legt zwei Leinentücher in lauwarmes Wasser und drückt sie leicht aus. Mit den Tüchern beide Unterschenkel umwickeln. Der Wickel soll vom Knöchel bis zum Knie reichen und keine Falten werfen. Darüber legt je ein trockenes Baumwolltuch und ein Wolltuch. Sobald der Wickel warm wird, die Anwendung wiederholen. Körperwarme Wickel helfen auch bei ansteigendem Fieber.

Durchfall

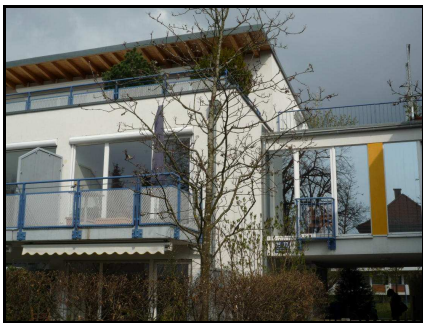
Durchfall ist keine Krankheit, sondern die Reaktion des Körpers auf krankmachende oder giftige Stoffe. Der Darm reagiert auf die Giftstoffe und versucht sich durch erhöhte Tätigkeit davon zu befreien. Wenn es euch erwischt habt, 3-mal täglich 1 TL Heilerde in ein Glas Wasser einrühren und trinken, das absorbiert krankmachende Substanzen im Darm. Außerdem helfen getrocknete Heidelbeeren aus dem Reformhaus oder aus der Apotheke. Bereits eine Handvoll Früchte binden Bakteriengifte und können so den Durchfall stoppen.

Aus dem Tagebuch einer sehr alten Frau.

DIE KLEINE NACHBARSCHAFTSZEITUNG LIEGT AUS BEI:

Musik Hartwig, Lindenschmitstr. 31
Authentic Kopfraum, Frisör, Lindenschmitstraße
Hausarztpraxis Engert + Oefelein, Pfeuferstr. 33
Sendlinger Buchhandlung, Daiserstraße 2
Café Viva, Valley/Ecke Danklstraße
Augustiner, Alramstr. 24
ASZ, Daiserstr. 37
Bioladen Hollerbusch, Daiserstr. 5
Oberländer Apotheke, Oberländerstraße
Rama Feinkost, Alramstr 27/Ecke Daiserstraße
Stadtbibliothek Sendling, Albert-Roßhaupter-Str.
Bäckerei GRIESHUBER, Treffauer Str. 21, 81375 M
Bücher Kindt, Albert-Roßhaupter-Str. 73a
Arztpraxis Fischer und Steininger, Albert-Roßhaupter-Str. 73
Stemmerhof: Café im Stemmerhof, Kulturbühne ars musica, Galleria, Windelservice,
Tierzentrum, Lagerverkauf, dumbodesign
Kulturschmiede, Daiserstr. 22
Café Schuntner, Plinganserstr. 10
Medithera, Alramstr. 20
PSCHORR-Krug, J+F ISTRATE, Oberländer/Ecke Daiserstr.
Deutsch/Französische Schule Jean Renoir, Berlepschstr. 3
Glitzerstein, Kidlerstr. 21
Café Kitchenette, Plinganserstr. 38a, Nähe HARRAS
Reformhaus am Harras, Albert-Roßhaupter-Str.
Hibis.kus, Lindwurmstr. 203
Wirtshaus Valley's, Aberlestr. 52, Ecke Valleystr.
Mütterzentrum Sendling, Bruderermühlstr. 42
Restaurant Agora, Aberlestr. 1
Antonius-Tenne, Plinganserstr. 10
Kunzes Restaurant, Plinganserstr. 37
King's Laden, Partnachplatz 9
Gesundschuh Wagner, Daiserstr. 35a
Reisebüro am HARRAS, Plinganserstr. 40
Pieris Backstube, Aberlestr./Lindenschmitstr.
H-Team e.V., Plinganserstr. 19
Centro Espagnol, Daiserstr. 20
Lebensmittel Cavusoglu, Implerstr. 23-25
Flavia's World of Beauty, A-Roßhaupter-Str. 26
Transpedal, Alramstr. 24
Schneiderwerkstatt Brigitte Deuerling, Kidlerstr. 1
Arztpraxis Roder + Kollegen, Plinganserstr. 33
rosset Brillen – Contactlinsen GmbH, Plinganserstr. 38
ladysportiv, Pfeuferstr. 34
Arztpraxis Selzle, Am Harras 15
Lotto-Toto Schreibwaren, Albert-Roßhaupter-Str. 110
Thai-Markt, Albert-Roßhaupter-Str. 100
Petra's Papeteria, Plinganserstr. 26
Bäckerei & Konditorei BACK MAYR, Nestroystr. 2
Lotto-Toto Gabriela Seidewitz, Nestroystr. 2
Das Kleine Backhaus, Alexia APOSTOLIDOU, Boschetsriederstr. 17
NEU: Central Reinigung, Aidenbachstr. 30
NEU: Jacques Wein-Depot, Lindwurmstr. 124
NEU:Tierarztpraxis Dr. med. vet. S. Kirstein+R. Aumann, Dreimühlenstraße 33

Kleinanzeigen



Vorankündigung

**München-Hadern 4-Zi.-Wohnung mit Südbalkon
absolut ruhig – 1.OG mit Lift – ca. 94,73m² Wfl.**

- ca. 94,73 m² Wohnfläche
- 1.OG mit großzügigem Balkon und Lift
- helle und großzügige Raumgestaltung
- Moderne Architektur aus dem Baujahr 2001
- hochwertige Ausstattung (z.B. Eiche-Massivparkettboden)
- 2 Bäder; TG-Stellplatz
- **Wenige Meter zur U-Bahn (U6), Haltestelle Holzapfelkreuth**
- **Bezug : nach Absprache frei und beziehbar**
- Kaufpreis: € 298.000 + € 10.000 Duplex-Stellplatz
- Provision: 3,57 % inkl. MWSt.

***Info unter 089 / 78 99 00 und Daiserstr. 31, 81371 München**



Nutzen Sie über 30 Jahre Immobilienerfahrung und erstklassige Referenzen



Wenn Ihr interessiert an einer Probestunde seid, ruft einfach durch:
Sabine Schmidt: 0151-10513252.
www.pilates-vivace.de



Skulpturengarten im Stemmerhof

Es ist soweit! Der Skulpturengarten ist eröffnet und steht nun für alle Besucher und Interessierte bereit. Bewundern Sie die Werke namhafter Künstler aus dem In- und Ausland.

Besonders die Unterschiedlichkeit der Kunstwerke lädt zum Verweilen und Betrachten ein.

... und natürlich können die Skulpturen auch gekauft werden!

walter.kunz@stemmerhof.de

Ihr Walter Kunz vom Stemmerhof
Mobil: 0049 (0) 172 - 841 34 64



Anna.

Kontakt: dein.sendling@yahoo.de

Tel.: 0176-96 81 19 26 Neue Nummer! (Gabriela)

Die nächste Ausgabe von Mein SENDLING erscheint Anfang Juni 2008

www.mein-sendling.de