

Mein SENDLING

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



26. Ausgabe - Juni 2009



Die berufstätige Hündin Kaylie (Seite 10)

Redakteure für diese Ausgabe:

Susan Arbinger, Diana Hillebrand, Kaylie - Friederike Brachmann,
Anja Uhlig, Margarete Buchner, Oliver Kan, Alexandra Schlemmer,
Anke Raum, Dorothee Luik, Anita Schmid, Elisabeth Kripp, Stefan Bächer,
Uwe Heitzig, Peter Peschel, Petra Föhr, Erwin Winter, Udo Wenzel und
Anna Lefèvre

INHALTSÜBERSICHT

- 3 Editorial
4 **FÜR DIETER ! von Susan Arbinger**
7 SENDLING BERÜHRT:
„Kirschen“, von **Diana Hillebrand**
10 **Kaylie, die berufstätige Hündin stellt sich vor**
12 Das KloHäuschen von **Anja Uhlig**
16 Die Nachbarin von **Margarete Buchner**
20 Dr. Mohrmann von **Oliver Kan**
22 Unsere Werbeseite
23 Unsere Werbeseite
25 **Starke Frauen: ALEXANDRA SCHLEMMER,**
Galeristin, stellt sich vor
28 Das kleine **dumbodesign** Kreativprojekt
30 Sendlinger Erzählcafé von **Elisabeth Kripp**
33 Käse von **Erwin Winter**
34 Wir haben unseren Maibaum wieder, eine Rückschau
von **Stefan Bächer**
36 Schatzfinder **Uwe Heitzig**
38 Einladung **H-Team**
40 ABO
41 Jazzoase Stemmerhof von **Stefan Bächer**
42 Auslegeorte
44 Letzte Seite: Singendes Pferd mit Zujublern von **Anna**
Lefèvre



BLUME & BEIWERK®

Jürgen Stefan Maier
Staatlich geprüfter Florist

ZEITGERECHTE FLORISTIK
TRAUERFLORISTIK - FLEUROP-AGENTUR
DEKORATIONEN - LIEFERSERVICE

Lindwurmstraße 203 - 80337 München
Tel. 089 / 57 86 92 01 - www.blume-beiwerk.de

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

Wir von Mein SENDLING und bestimmt noch viele, viele andere Münchner müssen sich langsam aber sicher mit dem Gedanken anfreunden, dass unsere Redakteurin CATHY CONRADY, die von Anfang an mit dabei war und so manche lange Nacht geschuftet hat um unsere Zeitung zum Leben zu erwecken und zu unterstützen, Anfang Juli zu ihrem Schatz in die Staaten zieht.

Cathy, wir werden dich sehr, sehr vermissen und danken dir für alles, was du für Mein SENDLING und besonders für mich auf die Beine gestellt hast. Wir kommen dich besuchen, das ist versprochen. Alles Liebe und Gute für dich und deine Family!!



Mach's gut Cathy!! Wir alle von Mein SENDLING + Gabriela

STAR - TECHNIKER

DIETER

von Susan Arbinger

DER CHILLIGSTE,
DER CULTIGSTE,
DER BESTE,

DIETER

DER AUFMERKSAMSTE,
DER HILFSBEREITESTE,
DER ZUVORKOMMENSTE,

DIETER

DER GENIALSTE,
DER FREAK,
DER MUSIKALISCHSTE,

DIETER

DER LIEBSTE,
DER HUMORVOLLSTE,
DER SCHNUCKELIGSTE,
UND LEIDER AUCH:

DIETER,

DER UNS VERLASSEN WIRD

Früh-Morgens, wenn du dich umziehst,
mit Badeshorts am Becken kniest,
wirst du gleich ins Wasser rauschen,
um die Lichter auszutauschen.

Mit Bleigürtel schwebst du im Wasser
wie ein Fisch,
mein Gott...das schaff noch nicht mal ich.
Mit `nem Macciato in der Hand,
steht du danach gechillt am Rand.

Im Winter - wenn es stürmt und schneit,
wärmt dich dein Wollmützel g` scheid.
Und halten dich wegen ihr die „Bullen“ auf,
-pups egal-
du machst dir nichts draus.

Wenn es heißt: „hier tropft`s heraus“,
kommst du sofort angebraust,
und hast ganz einfach -wie über Nacht-
ein Wunder -hier und jetzt- vollbracht.

Die Wasserwerte schnell gemacht,
und nebenbei noch viel gelacht.
Schon wieder eine Lieferung...,
egal, du kommst ganz schnell mit Schwung.

Und sind Pumpe und Co auch mal im Eimer,
so fix reparieren wie du kann das keiner!
Besser wär`s, du hättest deinen Kopf
manchmal geschont,
wir wissen doch,
warum sich ein Stahlhelm lohnt☺.

Nach der besten Party, der kürzesten Nacht,
bist du durch `ne Latte wieder zum Leben
erwacht.

Wir können es noch gar nicht fassen,
du wirst uns wirklich bald verlassen... .

Die Zeit ging viel zu schnell vorbei,
doch die Erinnerung - sie bleibt.

So ein cultiger Typ wie du es bist,
-die Trauerflagge wird gehisst-
wenn du von dannen ziehst...

Dieter`li - eins sollst du noch wissen,
wir werden dich alle unheimlich vermissen !
Du musst uns besuchen, das ist wohl klar,

denn du bist einfach so wunderbar
!!!!!!



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

Sendling berührt ...! Sendling berührt ...!



Kirschen

Kürzlich ist mir einmal wieder die „Wiederholung aller Dinge“ aufgefallen. Kennen Sie das auch? Ich hatte heute einen solchen Moment, als ich ein etwa 7 Jahre altes Mädchen sah, das an beiden Ohren Kirschen aufgehängt hatte. Sofort wurden Erinnerungen wach an den Garten meiner Großeltern, Kirschen, Erdbeeren und Himbeeren.

Die Himbeeren habe ich später nicht mehr gegessen, als ich sah, wie oft kleine Würmer darin waren. Davor hatte ich diese kleine „Fleischeinlage“ gar nicht bemerkt.

Und heute sah ich also dieses Mädchen mit den Kirschen an den Ohren. Zwei schöne rote Kirschen, die am Stiel zusammengewachsen waren, gerade richtig, um sie über die Ohren zu hängen. Für mich war das ein schöner Moment. Natürlich weil er mich an meine Kindheit erinnerte, aber auch, weil es Dinge gibt, die immer gleich bleiben bzw. die sich wiederholen. Es ist tröstlich, dass es auch heute – im Zeitalter von Internet und schnellen Datenverbindungen, in der Zeit, in denen Handys und Klingeltöne die Stille beherrschen - noch etwas gibt, dass es schon immer gegeben hat. Ich bin überzeugt davon, auch meine Oma hat sich Kirschen an das Ohr gehängt. Und sie sahen so schön aus diese Kirschen, leuchtend und rot.

Stellt sich nur noch die Frage, wie lange wir noch Kirschen haben. Aber ein paar Jahre wird es vielleicht noch gut gehen. Ein paar Jahre wird es noch Kirschbäume geben, an denen Kirschen wachsen können. Und dann, und dann werden vielleicht Menschen kommen die Kirschen züchten, Kirschen ohne Kern natürlich, der hat schon immer gestört. Mich aber nicht, weil da gab es ja auch noch das Kirschkernwettspucken. Darin war ich nicht besonders gut, aber mein Bruder. Wie wird das sein, mit gezüchteten kernlosen Kirschen, eine saubere Sache, aber vermutlich wird man dann keine Stiele mehr brauchen. Denn Kirschen aus dem Labor brauchen schließlich keine Bäume mehr.

Sie wachsen gleich in einem Glas. Dann muss sie auch niemand mehr ernten. Ist doch toll, oder?

Oder auch nicht, denn dann kann man die Kirschen ja nicht mehr an die Ohren hängen! Doch vielleicht gibt es dann ja doch ein paar Menschen, die sich danach sehnen, sich Kirschen an die Ohren zu hängen. So etwas passiert ja manchmal zum Beispiel bei der Renaturierung der Isar. Die wird jetzt auch wieder schön! Natürlich kann man sich die Isar nicht an die Ohren hängen, aber man kann daran entlang spazieren und die vielen Isarkiesel unter den Füßen knirschen lassen.

Und morgen, morgen geh ich und kaufe meiner Tochter Kirschen und wir werden sie uns gemeinsam an die Ohren hängen. Ich auch!

Vielen Dank, Mädchen mit den roten Kirschen!

Diana Hillebrand

www.WortBeruehrungen.de



ZIEGLER & PARTNER
IMMOBILIEN GMBH

Sie möchten Ihre Wohnung, Ihr Haus,
Ihr Mehrfamilienhaus, Ihr Grundstück
oder Ihre gewerblichen Räume verkaufen
oder vermieten?

Wir suchen neue Objekte - Haus - Wohnung - Gewerbe

*Lassen Sie sich von uns
unverbindlich beraten!*

Daiserstraße 31, 81371 München
Fon 089.78 99 00, Fax 089.780 99 98
www.zieglerundpartner.de
Ziegler & Partner ist Mitglied im



KAYLIE, die berufstätige Hündin



Mein Name ist Kaylie, ich bin eine berufstätige, bernsteinfarbene Mischlingshündin, acht Jahre alt. Man sieht mir meine Abstammung von einem Schäferhund und einem Chow-Chow deutlich an, ich habe eine blaue Zunge.

Ich lebe in einer Familie mit John, Lisa, Klein-Greta und Ms. Kitty. John ist der Buchhändler von „The Munich Readery“ in der Augustenstraße, und er hat einmal ein Kinderbuch mit mir geschrieben. Lisa ist Schriftstellerin, Klein-Greta geht in den Kindergarten und Ms. Kitty ist die Familienkatze.

Ich selbst lebe bei Lisa und John seit ich ein kleiner Welpe war.

Besonders stolz bin ich darauf, dass auch ich seit gut zwei Jahren einen Job habe. Eine Sozialarbeiterin vom „Evangelischen Beratungsdienst für Frauen“, Frau Brachmann, ist meine Freundin geworden und so kam es, dass ich sie zwei Mal wöchentlich als „ehrenamtliche Helferin“ in ihre Arbeit begleite.

In dieser Zeit erlebe ich viel. Manchmal treffen wir Frauen in ihrem zuhause und manchmal kommen die Frauen in das Büro

von Frau Brachmann. Die Wege durch die Stadt kenne ich inzwischen und die Hauseingänge der Frauen, die wir öfter besuchen, kann ich fast schon alleine finden. Frau Brachmann und die Frauen reden miteinander und zeigen einander viele Papiere. Zu mir sind die Frauen meistens sehr nett. Sie begrüßen mich immer als Erste, sie streicheln mich und sagen mir, wie schön sie es finden, wenn ich bei den Verabredungen dabei bin. Manche kommen extra an den Tagen, an denen ich Frau Brachmann beim Arbeiten begleite in den Beratungsdienst. Wenn sie im Büro am Tisch sitzen, dann liege ich darunter und leiste ihnen Gesellschaft. Manchmal beschäftigen sich alle nur mit mir und ab und zu bekomme ich Lekkerli. Eine Besucherin ist ganz regelmäßig da und bei ihr traue ich mich meinen Kopf auf ihre Füße zu legen.

Wir gehen auch alle zusammen im Park spazieren. Frau Brachmann und die Besucherin besprechen dabei mitunter Themen, die mich gar nicht betreffen. Im Park habe ich allerdings selbst so viel zu tun, dass es mir ganz recht ist, wenn sie sich ohne mich beschäftigen können. Dass ich „Therapiehund“ beim „Evangelischen Beratungsdienst für Frauen“ geworden bin macht meine Woche spannend und abwechslungsreich. Ich freue mich immer schon sehr, wenn mich Frau Brachmann zum Arbeiten abholt. Schön ist es auch, dass wir zum Entspannen zwischendurch und nach dem Arbeiten immer wieder Spaziergänge durch die Münchner Parks machen und manchmal am Wochenende gemeinsam zum Wandern gehen.

So, das wollte ich euch erzählen, vielleicht sehen wir uns ja mal während unserer Spaziergänge?

Eure Kaylie

Frame4U - Eyewear GmbH - Boschetsrieder Str. 12 - 81379 München

- 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



Frame4U - Eyewear GmbH - Boschetsrieder Str. 12 - 81379 München

Das KloHäuschen von Anja Uhlig

Als ich den Raum zum ersten Mal von innen sah, war er wie verzaubert. Er hatte geschlafen. Das Licht schien sanft durchs Fenster, die vanillegelben Kacheln schimmerten, und ich war hingerissen von der altertümlich geschwungenen Form der Pissoirs. Und von dieser Glasbausteinwand. Wer baut denn eine Glasbausteinwand als Sichtschutz in ein öffentliches Klo ?! Und noch dazu extra mit zwei gelben Steinen – und einem blauen !

Eigentlich war ich ja mal wieder auf der Suche nach einem Atelier gewesen. Und immer wenn ich mit meinem Latte Macchiato vor dem Café Bussone saß, sah ich das kleine Klohaus neben dem Westeingang der Großmarkthalle und stellte mir vor, dass dort drin hinter der linken, der verschlossenen Tür, doch sicher ein guter Raum für ein kleines Atelier sein könnte.

Im Großmarkt sagten sie mir, dass der Raum nicht als Atelier geeignet sei (na ja, sie hatten ja recht). Aber ich durfte ihn anschauen. Es war Liebe auf den ersten Blick.



Das ist nun über 4 Jahre her. Einiges ist passiert – auch im KloHäuschen.

Aber seit Anfang 2008 stand es wieder leer und wartete. Es sollte zum Generatorraum umgebaut werden. Und ich fuhr jeden Tag vorbei, kuckte rein, fuhr wieder weg.

Ende 2008 fragte ich doch noch mal beim Großmarkt nach ihm. Vielleicht könnte man es zumindest im Winter – in der dunklen Zeit – nochmal zum Leuchten bringen.

Und der Großmarkt sagte **JA**. Und zwar für das ganze Jahr 2009!

So kam es zu den „Maßnahmen zur Beseelung des Klohäuschens an der Großmarkthalle“.

Idee des „Maßnahmenpaketes“ ist, dass eingeladene Künstler mit Installationen und Performances das KloHäuschen „beseelen“, abwechselnd mit „Intermezzi“ aus dem nahen Umfeld, kleinen Aktionen von Menschen aus der Nachbarschaft, die selber etwas zur „Beseelung“ beitragen möchten.

Zum Glück erklärten sich sehr spontan die Vertreter der beiden Non-Profit-Experimental-Galerien Galerie von Roit (Hoya|Munich) und GalerieLa (Berlin) bereit, für die Auswahl der Künstler ihre Kontakte einzubringen. Und so nahm gleichzeitig auch die Idee, mit dem KloHäuschen in Sendling einen kleinen Projektraum für zeitgenössische Kunst zu schaffen, Gestalt an.

Aktuell zeigt die Zeichnerin **Susanne Hanus** durch ein Guckloch Einblicke in den Großmarkt. Und die nächste Eröffnung ist für den 06. Juni geplant.

Die Nachbarschaft hingegen ist noch etwas schüchtern. Wer also Lust und eine gute Idee hat, ist herzlich eingeladen, ein „Intermezzo“ zur Beseelung beizutragen.

Vor kurzem erzählte mir einer der Pförtner der Großmarkthalle von seinen Gedanken zu den bisherigen Ausstellungen. Er hatte alle Veränderungen im Raum verfolgt sowie die

Reaktionen der Passanten, die stehen blieben, um zu kucken, was da wohl sei.

Ich war ihm sehr dankbar, zu erfahren, dass die „Beseelung“ wohl auch den Menschen im Umfeld Spaß macht – und ganz neue Kontakte ermöglicht.

Besonders danken möchte ich auch den Markthallen München, dem Kulturreferat der LH München und dem Bezirksausschuß Sendling für ihre Unterstützung.

Infos

Das KloHäuschen ist während der Ausstellungen jederzeit als Schaukasten einsehbar.

Im Internet ist es zu finden unter www.das-klohaeuschen.de

Und es freut sich über Ihre Kontaktaufnahme über KH@das-klohaeuschen.de

Eure Anja



KAFFEE ESPRESSO & BARISTA

Pfeufferstr. 33
81373 München Sendling
Telefon: 0 89 - 21029951
www.kaffee-espresso-barista.com
Öffnungszeiten
Mo - Fr 9.00-18.00 . Sa 10.00-16.00

Ihr Fachgeschäft für
frischen Kaffee , Toasts &
ausgesuchte Spirituosen!

Schaut Euch auch den Artikel aus der
Februararausgabe 2009 an unter
http://www.mein-sendling.de/page_barista.html



natura well

Ihr Beauty- und Wellness-Studio für Körper, Geist und Seele

*Schnupperstunde
Gesichtspflege
29,00 Euro*

Andreas Hauzenberger | Plinganserstr. 25 | 81369 München / Harras
Tel. 0 89.72 06 91 92 | entspannung@natura-well.de | www.natura-well.de

Die Nachbarin von Margarete Buchner

Sie läutet an meiner Wohnungstür. Im Bademantel bittet sie um ein Stück Brot oder ein Bier.

Wenn Sie mal den Fernseher aufmachen, darf ich mich dazu setzen?

Ich weiche aus, den Fernseher habe ich im Schlafzimmer, sollten wir Ihren nicht richten lassen?

Sie weint oft am Abend, sagt sie. Ich streichle ihre zarte Altweiberbacke und denke an meine Tränen.

In der Klinik lag sie mit vier Frauen auf einem Zimmer. Sie sprachen wenig miteinander.

Manchmal wehrte sie sich gegen Übergriffe. Nein, das ist mein Nachttisch, lassen Sie meine Wasserflasche stehen. Auf ausreichendes Trinken wurde geachtet und dass die persönlichen Schrankfächer versperrt waren. Eine Patientin räumte unaufhörlich murmelnd ihre Habseligkeiten um und um.

Wenn ich sie überraschend besuchte, freute sie sich „ich werde verrückt“. Sie wußte nicht, warum sie im Krankenhaus war. Sie redete sich ihre einsame Wohnung schön und blieb doch geduldig auf der geschlossenen Station.

Manchmal holte ich sie zu einem Spaziergang in die Stadt ab. Sie erzählte, wie sie alle Wege früher, als sie noch arbeitete, zu Fuß gegangen sei und gerade in diesem Cafe, das es damals nicht gab, gegessen habe. Auch ihre Vergangenheit redete sie schön.

1922 ist sie in einem kleinen Dorf im Böhmen geboren, sie kann noch tschechisch. Überhaupt war sie eine gute Schülerin und im Sportverein. Die Mutter starb, als sie drei Jahre war, der Vater heiratete bald wieder wegen seiner drei Kinder. Nein, eine böse Stiefmutter hatte sie nicht, aber eine mit den Kindern überforderte. Die Lehrer empfahlen ihr weiter die Schule zu besuchen, aber sie wollte selbständig sein, lernte im Büro. Der Krieg trieb sie in eine Rüstungsfirma nach Berlin. Berlin sei eine sehr schöne Stadt, aber sie arbeitete zwölf bis vierzehn Stunden, konnte nicht ausgehen, aß und schlief mit anderen Frauen in einer Sammelunterkunft. Sie sprachen wenig miteinander.

Als alles zusammengebrochen war, kehrte sie nicht mehr in die Heimat zurück. Sie wollte unbedingt nach Bayern.

Das Gebirge hatte ihr immer gut gefallen, sie lief gerne. Ein Geschäftshaushalt in der Kreisstadt nahm sie wohlwollend auf, obwohl sie ein Flüchtling war. Sie konnte arbeiten, die Kinder liebten

sie und sie die Kinder. Auch heute könnte sie dorthin, doch sie weiß längst nichts mehr von deren Leben.

Ende der Fünfziger Jahre lernte sie Ludwig kennen. Er war ein lediges Kind, der Vater wohlhabender Gastwirt. Sie zog mit ihm nach München, sie bekamen eine Wohnung, weil sie Flüchtling war. Sie half ihm mit 40 DM monatlich sein Studium zu finanzieren, erzählte sie.

Ansonsten lebten sie beschaulich. Ludwig, mittlerweile promovierter Beamter, sie Verkäuferin in einem feinen Wäschebusiness. Ihre Schränke sind heute noch sauberlich geordnet. Du musst nicht mehr arbeiten, bleib zu Hause, am Wochenende wandern wir im Gebirge. Sie gab ihre Stellung auf und ihre Freiheit. Abends wollte Ludwig seine Ruhe, seine Arbeitstage wurden länger. Er beriet private Kundinnen, sie merkte es zu spät. Sie hätte so gerne Kinder gehabt, Ludwig wollte nicht, er hatte schon ein uneheliches, auch das erfuhr sie spät. Sie tröstete sich mit Alkohol, sie weinte viel, Ludwig schlug sie. Die Hausgemeinschaft hörte nichts. Ludwig war ruhig und beliebt. Irgendwann zog er aus, er hatte eine Andere im Amt, erzählte sie.

Die Scheidung kam, sie hängte Zettel an ihre Wohnungstür, verfluchte das Schwein, das sie betrogen hatte und in ihre Wohnung einbrach. Die Leute im Haus wandten sich von ihr ab, warnten vor ihrer Unberechenbarkeit. Sie verdächtigte alle, bei ihr einzubrechen und die Frauen, mit ihrem Mann ein Verhältnis zu haben. Niemand sprach mehr mit ihr. Sie verriegelte ihre Wohnung wie einen Safe, ließ sich schwere Schlösser einbauen. Die Anschläge an der Tür schrien weiterhin von Diebstählen.

Es gab keinen Besuch, keine Freunde und Verwandte. Die kümmern sich nicht um mich, erzählte sie. Sie war immer allein. An seltenen Tagen sang sie mit wunderschönem Altweibersopran. Wenn sie zum Einkaufen ging, machte sie sich sorgfältig zurecht. Sie lächelte allen Kindern zu und beschimpfte die Erwachsenen. Einmal ohrfeigte sie eine junge Frau im Treppenhaus, die hatte was mit ihrem Mann. Ludwig war längst tot, sie war auf seiner Beerdigung, obwohl er eine Andere hatte. Die Zettel an der Tür untersagten jegliches Eindringen in ihre Wohnung und das Kochen auf ihrem Gasherd. Manchmal stand sie verzweifelt schimpfend im Treppenhaus und konnte ihre vielen Schlösser nicht aufsperrern. Sie hatte sämtliche Schrank- und Zimmerschlüssel dabei und fand sich nicht zurecht. Eines Abends läutete sie bei mir, kommen Sie bitte mit rüber. Der Notarzt, den sie gerufen hatte, forderte mich auf, ihr das Nötigste für

das Krankenhaus zu packen. Ihre Wäsche lag ordentlich gebündelt in den Fächern, sie hastete durch den Flur. Es geht mir gut, erzählte sie, als ich sie im Krankenhaus besuchte. Ich weiß gar nicht, wie ich hierher gekommen bin. Nach einer Woche wurde sie entlassen. Die Einsamkeit setzte sich fort. Sie kochte sich nichts mehr, die Zimmer waren sauber und ordentlich. Ab und zu wurde sie von einer mitleidigen Nachbarin auf eine Suppe eingeladen.

Irgendwann, als ich zwei Tage nichts von ihr gehört hatte, erfuhr ich durch die Polizei, dass sie wieder in einer Klinik sei. Ich weiß gar nicht warum, erzählte sie. Sie wunderte sich nicht über die verschlossene Stationstüre. Sie bekam zu essen und wehrte die anderen Frauen ab.

Mit den Ärzten war sie freundlich, es geht mir gut. Tag für Tag stand sie morgens auf, wusch sich, aß und wartete auf die nächste Mahlzeit.

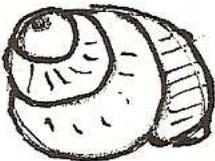
Wann kann ich wieder nach Hause, fragte sie unaufhörlich. Bald, wir müssen nur sehen, dass Sie ihre Medikamente regelmäßig einnehmen.

Sie freute sich über meinen Besuch, ich werd verrückt, passen Sie gut auf meine Wohnung auf, da wird eingebrochen.

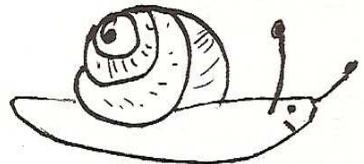
Nach drei Monaten kam sie plötzlich nach Hause. Sie bekam einen Betreuer, der sich über Gebühr kümmert. Mehrmals täglich überprüft ein Medizinischer Dienst ihre Tabletteneinnahme.

RAUS aus Ihrem Schneckenhaus mit URSULA KSCIUK

**Begleitung
Freizeitgestaltung**



**Hilfe und Beratung
zur Erhaltung der
Selbständigkeit**



mobil:0160/94755541

**Gemeinsam
bewältigen**

Fon: 089/81303112

Manchmal macht sie nicht gleich auf, sie kann ihre Schlüssel nicht finden. Nie spricht sie über die Betreuung: ich muss zu bestimmten Tageszeiten zu Hause sein, weil da Kassierer kommen, erzählt sie. Jetzt wird ihr mittags ein Essen in hygienischen Näpfen geliefert, manchmal steht es sehr lang auf der Fußmatte.

Sie läutet oft an meiner Türe: Haben Sie eine Zeitung für mich, hätten Sie ein Stück Brot, ich weiß nicht, was mit mir ist, ich bin ein Vergissmeinnicht, haben Sie vielleicht eine Flasche Bier, könnten Sie mir 20 Mark leihen, welchen Tag haben wir heute?

Ich gebe ihr alles, ich beantworte ihre Fragen, ich lade sie viel zu selten ein.

Mittlerweile geht sie nicht mehr raus, die Treppen, sagt sie. Mit dem freundlichen jungen Mann, der sie im Auftrag des Betreuers besucht, spielt sie Mensch- ärgere- dich - nicht.

Sie gewinnt fast immer.

Sie ist viel allein. Auf meine Frage, was sie denn so mache tagsüber, sagt sie, ach, man hat doch immer was zu tun.

Sie lächelt, nein, sterben will ich noch nicht.



Windelservice München

NATUR & KIND
Ihre Spezialisten rund ums Baby



Wir bieten eine große Auswahl an natürlicher Babyausstattung von der waschbaren Textilwindel bis hin zum Laufrad.

- **TRAGEHILFEN**
Tragetücher
Didy mos, moby wrap...
- **TEXTILIEN & SPIELSACHEN**
Popolini, Disana, Lana, imps & elfs...

Komforttragen
Ergo Baby Carrier, Manduca...

Wir sind geschulte Partner der Trageschule Dresden.

Lassen Sie sich fachkundig beraten!

Plinganserstr. 6 (Stemmerhof) • 81369 München
Tel. 089 / 12 02 28 97 • Kostenlose Parkplätze
U-/S-Bahn Harras • Bus 53 (Sendlinger Kirche)
Geöffnet: Mo - Fr 10 - 19 Uhr & Sa 10 - 14 Uhr
www.windelservice-muenchen.de

Kindermund

Von Angelika Lorenz

Luca liebt Tiere über alles. Vor allem Kühe. Aber am liebsten, wenn sie ihr Gras nur im Bilderbuch fressen.

Eines Tages kamen wir beim Wandern an einer Kuhweide vorbei. Luca saß hoch oben in der Kraxe. Wir näherten uns dem Weidezaun, damit er die Tiere genauer ansehen konnte.

Luca begann in der Kraxe zu zappeln und rief: „Nein! Nicht hingehen!“

„Warum? Hast du Angst?“, fragte Mama.

Luca antwortete: „Nein! Die Kühe haben Angst!“

"...und wissen Sie, was mir am meisten auf die Nerven geht?" von Oliver Kan

Dr. Mohrmann hielt einen Augenblick inne und blickte mich mit großen Augen an. Er selbst würde mir gleich gehörig auf die Nerven gehen, das war mir klar. Was blieb mir also übrig, als jetzt ganz sacht den Kopf zu schütteln?

"Dass die Leute immer und überall in ihre Handys quatschen müssen!" Dr. Mohrmann senkte seinen Kopf. "Handys können Leben retten, heißt es in der Werbung!" Er schnaubte verächtlich. "Mir töten sie den letzten Nerv!"

Damit ging er wieder an die Arbeit.

"Ursula, den Sauger, bitte", wies er seine Helferin an. Er selbst griff nach dem Zahnarztbohrer und setzte ihn gerade an, als irgendwo ein Handy klingelte, nicht irgendwo - das Klingeln kam aus meiner Hosentasche. Es war nicht mein Handy. Ich besitze nämlich keins. Das Handy gehörte meiner ältesten Tochter. Meine Gattin hatte es mir mitgegeben: "Falls du mir noch etwas in der Stadt besorgen sollst." Offensichtlich war ihr just in diesem Augenblick ein Auftrag für mich eingefallen. Denn in meiner Hosentasche klingelte es noch immer.

Dr. Mohrmann stand vor mir in halb gebückter Haltung, den Zahnarztbohrer in der rechten Hand. In seinem Gesicht las ich Enttäuschung. Hatte er doch bis zu diesem Augenblick geglaubt, in mir jemanden entdeckt zu haben, der Handys hasste wie er selbst. Und nun das! "Ursula!" Dr. Mohrmanns Stimme klang eiskalt. "Schreiben Sie das Schild fürs Wartezimmer neu:

'Handys bitte ausschalten!' Und lassen Sie das 'bitte' weg!" Eine halbe Stunde später war meine Krankenkasse ein wenig ärmer und ich um eine Füllung reicher. Ich saß in meinem Wagen, das Handy meiner Tochter in der Hand.

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

Meine Arbeit ist Eure Freizeit!

Mein Name ist Arthur Buhl und ich freue mich auf Sie

<http://www.central-reinigung.de/>

Es war ihr Geburtstagsgeschenk gewesen und für Notfälle gedacht. Die hohen monatlichen Kosten ließen meine Frau und mich bald stutzig werden. Belegten sie doch offensichtlich, dass unsere 19-jährige Tochter von einem Notfall in den nächsten stolperte. Auch unsere beiden anderen Töchter, fünfzehn und siebzehn Jahre alt, forderten inzwischen ihre überlebenswichtigen Mobilfunkrechte ein. Sie bräuchten dringend jede für sich ein eigenes Handy.

In Dr. Mohrmanns Praxis hatte ich das Handy abgeschaltet. Jetzt schaltete ich es wieder ein und entdeckte auf dem Display das Symbol eines Briefumschlags.

"Das heißt, dass man eine SMS-Nachricht erhalten hat!", hatte mir meine Tochter erklärt und mir die Taste gezeigt, die zu drücken war, wollte man die Botschaft lesen. Ich drückte die besagte Taste.

"Hallo, mein kleiner grüner Frosch...", las ich auf dem Display. Ich stockte. Für mich war diese Nachricht nicht bestimmt. "Frosch" würde meine Gattin niemals zu mir sagen, egal ob klein, ob grün. Meine Gattin hasste Frösche.

Diese SMS-Botschaft galt der Besitzerin des Handys, hatte die sich doch vor einer Woche ihre Haare grün gefärbt. Aber ich wusste nichts von einer Freundschaft. Ich kannte niemanden, der meine sonst so selbstbewusste Tochter ungestraft als "kleiner grüner Frosch" bezeichnen durfte.

Während ich noch vor mich hin grübelte, klingelte das Handy meines "kleinen grünen Frosches", pardon: meiner ältesten Tochter.

Ich ging ran.

"Hallo, mein kleiner grüner Frosch", quakte eine Stimme. "Hast du meine SMS gekriegt?"

Ich seufzte tief. So klang sie also, die Stimme jenes jungen Herrn, von dem es sich meine Tochter gefallen ließ, "kleiner grüner Frosch" genannt zu werden.

"Hallo, mein kleiner grüner Frosch, bist du noch dran?", fragte die Stimme unsicher.

"Nein", sagte ich mit leisem Seufzer und dachte an alle meine Töchter.

"Hier ist kein kleiner grüner Frosch. Hier spricht der Eigentümer des ganzen Froschteichs!"



Kunst, Deko und Geschenke
www.dumbodesign.de
Atelier am Sternmertal
Pflinganserstr. 6
81349 München
atelier@dumbodesign.de

Öffnungszeiten:
Do - Fr 14.00 - 19.00 Uhr
Sa 10.00 - 14.00 Uhr

Und jederzeit
nach Vereinbarung



LA CERTOSA

Franca und Sandro
Oberländerstr. 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

haben eine
wunderschöne
kleine Eisdielen
mit leckerem Gelati
und mit dem schön klingenden Namen

IL CERTOSINO

direkt neben ihrer
LA CERTOSA
eröffnet.

Man kann sehr angenehm draussen sitzen
und sich fast rund um die Uhr
verwöhnen lassen.

Mo – Fr
von 9 – 22 Uhr !!!



How hot is your chili?

www.pecha-kucha-muenchen.de



Jacques' Wein-Depot

Lindwurmstraße 124,
80337 München

Tel. 089/74 79 38 61,

Fax 089/ 74 79 38 60

Stemmer Ruchl



Ab SOFORT:

Leckeres EIS

Im Stemmerhof

Plinganserstr. 6

81369 München

Tel.: 74 11 89 33

Mo-Fr: 6.30-19.00 Uhr

Sa: 7.00-15.00 Uhr

NEUERÖFFNUNG:

ab 6.30 Uhr kleines und
großes Frühstück,

ab 9.00 Uhr Brotzeit
mit Leberkäs und

Weißwürstl von Schelkopf

ab mittags Leckereien

aus der Münchner

Suppenküche,

nachmittags

Dinghartinger Strudel

und American-Style-

Kuchen.

Ganztägig exquisite

Kaffeespezialitäten aus

der Wasserburger

Kaffeerösterei.

Und das alles gibt's

auch zum Mitnehmen!



hibis.kus das wellness lädchen

Lindwurmstr. 207

Tel. : 7201 8858

oder

0172 8466879

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)

redaktion@mein-sendling.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.



Augenfitness Doris LEDERER

Ganzheitliche Seh- und Visualtrainerin
für ein besseres und stressfreieres Sehen.

Visuelle Stresslösungen am Bildschirmarbeitsplatz

Ein Arbeitsplatz, der ergonomisch nicht optimal gestaltet ist, kann die Ursache für Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich, Augenprobleme, Kopfschmerzen, Erschöpfung und andere Beschwerden sein. Die Folge sind Stress, nachlassende Konzentrations- und Leistungsfähigkeit, allgemeine Erschöpfung, schlechtes Sehen. Das Training unterstützt sowohl im präventiven Bereich als auch bei bereits bestehenden Problemen.

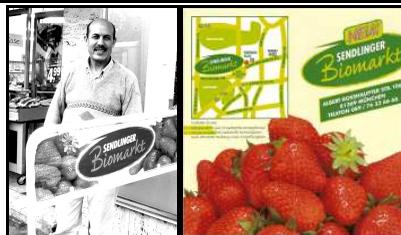
Termin 19.06.09

VHS Taufkirchen von 19:00 bis 21:00 Uhr

www.augen-fitness.de info@augen-fitness.de

Telefon 089 411 35 999

Doris ist die Starke Frau in der Januarausgabe von **Mein SENDLING**
Ihr Artikel ist zu lesen unter : www.mein-sendling.de/download.html



SENDLING Biomarkt

Albert-Rosshaupter-Str. 106
Mo. – Fr. 8h – 20h, Sa. – 19h

Siehe auch Artikel in der Januarausgabe 2009, Seite 4

www.mein-sendling.de

STARKE FRAU



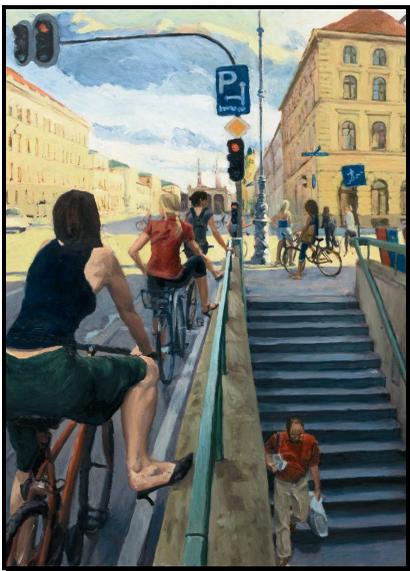
Alexandra + Anke Raum , ebenfalls Künstlerin der Galerie
Foto: Dorothee Luik

Alexandra SCHLEMMER **Galeristin**

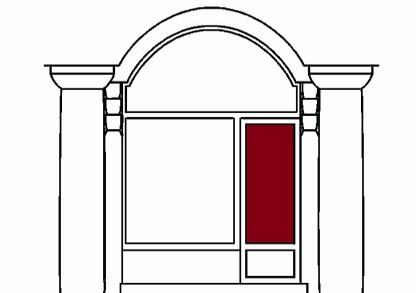
*Wie kommt man eigentlich dazu,
eine Galerie zu eröffnen?*

Das werde ich öfters gefragt. Nun ja. Die Leidenschaft dafür entdeckte ich eigentlich in den Jahren, in denen ich im Baltikum lebte. Dort gibt es in den größeren Städten Galerien, die die Menschen durch ihr sympathisches äußeres Erscheinungsbild auf einen Besuch einladen. Das kreative Potential der Künstlerinnen und Künstler dort wird nicht selektiert in Kunst oder „nur“ Kunsthandwerk. Hier ist man offen für verschiedene Richtungen und das finde ich anziehend! Um gute Kunst auszustellen, das habe ich

außerdem dort gelernt, braucht man keine kühl anmutenden Räumlichkeiten mit spartanischem Ambiente, keine hochglanzpolierten Riesenglasfensterfronten, die nur die Hemmschwelle erhöhen einzutreten, nein, es reichen eigentlich weiße Wände, ein guter Lichteinfall und eine freundliche Atmosphäre. Mit dem ehemaligen Ladengeschäft des Jugendstilgebäudes in der **Thalkirchner Straße** fiel mir da also ein kleiner Schatz in die Hände. Seit fast fünf Jahren gibt es hier nun schon wechselnde Kunstausstellungen in der Galerie mit dem prägnanten Rundbogenfenster. Es ist nicht nur der Spaß am „Ausstellungsmachen“, der mich weitertreibt, hier treten auch viele nette und interessante Menschen über die Türschwelle, Künstlerinnen und Künstler, „Ausstellungsgucker“ und „Bildersucher“ und solche, die es über die Galerie vielleicht noch werden wollen.



freiraum 117



Ich lade ganz herzlich zu der derzeitigen Ausstellung „Freie Fahrt“ ein. Der aus Virginia stammende und in Sendling lebende Künstler Benjy Barnhart zeigt München aus seiner ganz eigenen Perspektive. Wir sehen gelassene Szenen aus dem Alltag auf Münchens Straßen, es sind Augenblicke, die er einfängt, Schnappschüsse von sich unbeobachtet fühlenden Frauen in Momenten, die er präzise festhält und damit deren Ästhetik und sicher auch Erotik herausstellt.



Öffnungszeiten sonntags 15 – 18 Uhr und nach Vereinbarung.

Info unter www.freiraum117.de oder unter 089/76757989

**Übrigens feiern wir am 4. Juli ein Sommerfest
ab 16 Uhr.**

freiraum 117
Galerie für Kunst
Thalkirchner Straße 117
81 371 München
U3 Brudermühlstraße

Leckere Kuchen Partyplatten
Getränke **DAS KLEINE BACKHAUS** Leberkäs
Torten Wurst
Gebäck Brotzeit
Und ein Lächeln umsonst..

Das kleine Backhaus, Boschetsrieder Str. 17, 81379 München
Alexia Apostolidou, Tel. 089-7232160

Das kleine dumbodesign Kreativprojekt

Liebe SendlingerInnen,

es wird langsam Sommer. Die Freibäder sind offen und es zieht uns nach draußen. Deshalb heute ein Basteltipp, den Sie vor allem im Freien verwenden, denn wir brauen Seifenlösungen für herrliche Seifenblasen.



Dazu benötigen wir ein paar Kleinigkeiten aus der Apotheke und der Küche. Am besten gelingen die Rezepte mit destilliertem Wasser, das Sie am günstigsten im Supermarkt oder Baumarkt bekommen.

Um **große Blasen** zu erzeugen benötigen Sie einen dicken Draht (Kleiderbügel aus Draht), den Sie zu einer runden Schlaufe mit ca. 25 cm formen. Die Schlaufe umwickeln Sie nicht zu eng mit einem dünnen Draht oder einem dicken Faden/dünne Wolle. Dies ist nötig, damit Sie eine schöne Membran erhalten, die Sie mit mäßiger Geschwindigkeit schwenken. Die Drahtschlaufe möglichst senkrecht halten. Ein bisschen Übung und schon machen Sie die herrlichsten Riesenblasen!

Wer einfach im Freibad mit Seifenblasen loslegen möchte, kann bei mir aus einem umfangreichen Pustefixsortiment auswählen.

Rezept für besonders dauerhafte und große Seifenblasen:

Material:

4 EL Glyzerin, 4 EL Schmierseife, 1/4 Liter destilliertes Wasser.

Und los geht's:

Für die Mixtur Glyzerin und Schmierseife in das Wasser geben. Anwärmen und umrühren, bis alles aufgelöst ist. Abkühlen lassen.

Rezept für eine lange haltbare Seifenblasenlösung:

Material:

25gr. Tapetenkleisterpulver in 1 Liter Wasser gelöst, 9 Liter Wasser, 500gr. Zucker, 1 kg Neutralseife.

Wenn Ihnen diese Menge zu hoch ist, teilen Sie alles durch 5!

Und los geht's:

Wasser, Zucker und Seife aufkochen und über Nacht stehen lassen. Den gelösten und klaren Kleister dazurühren. Die Mischung (ca. 12,5 L) kann in Flaschen abgefüllt werden und hält sich mehrere Wochen. Mit dieser Menge können Sie mehr als einen Wasserkasten an Flaschen füllen. Sicherlich sind ein Kanister (5 L) und ein paar PET Flaschen (1,5 L) praktischer. Für einen Kindergeburtstag ist die Menge jedoch durchaus zu empfehlen.

Rezept ohne Apotheke:

Material:

1 Liter destilliertes Wasser, 80g Neutralseife, 50g Puderzucker, 1 TL Tapetenkleister.

Und los geht's:

Wasser, Seife und Zucker in einem Topf zum Kochen bringen. Am nächsten Tag einen TL Tapetenkleister unterrühren. Wenn das Wetter zu heiß ist, ist es mit diesem Rezept schwierig Seifenblasen zu erzeugen.



Einfaches Rezept:

Material:

4 Esslöffel grüne Seife, 4 Esslöffel Glycerin, 1 Liter warmes destilliertes Wasser.

Und los geht's:

Die grüne Seife im Wasser auflösen und Glycerin dazugeben. Die Lösung ein bis zwei Stunden altern lassen. Sollten sich keine Seifenblasen bilden, die Lösung noch etwas altern lassen.

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 14.00 - 19.00 Uhr; Sa 10.00 - 14.00 Uhr geöffnet

Sendlinger Erzählcafe

„Erinnerungen an meine Schulzeit“



Im Sendlinger Erzählcafe am 15.05. machten wir uns auf eine Zeitreise in die Schulzeit. Und was kamen da für Erinnerungen hoch, zu den Begriffen Schulweg, Lehrer, Schule im Krieg, Schulspeisung etc.

Trotzdem bei allen die Schule schon eine lange Zeit zurückliegt, sind die Erinnerungen noch sehr lebendig. Einige, die in Sendling aufgewachsen sind, besuchten die Plinganserschule.

Frau S. las aus ihrem Poesiealbum vor:

**„Die schönste Zeit, die Jugendzeit ist Dir
zum Lernen gegeben,
benütze sie mit Emsigkeit, nie kehrt sie wieder im
Leben.“**

**Zur Erinnerung an Deine Klassenlehrerin
Anna Schönhuber, im Kriegsjahr 1940“**

Andere machten ihre ersten Erfahrungen auf dem Land, in Klassen mit 80 Kindern und sehr langen Schulwegen, 2 km einfach, die es schwer machten, pünktlich im Unterricht zu sein.

Die Lehrerinnen und Lehrer waren durch die Bank sehr streng und verwendeten, um sich durchzusetzen, „Zeige- und Tatzensteckern“. Tatzen gab es ja schon bei Kleinigkeiten, wie schwätzen.

Jedes halbe Jahr war einer kaputt und Frau T. erzählt, dass sie einmal von zuhause einen neuen Weidenstock mitbrachte und dann von den Buben dafür büßen musste.

Schulunterricht während des Krieges: kann man das überhaupt so nennen?

Es kam durch Fliegeralarm ja immer wieder zu Ausfällen. Ein durchgehender Unterricht konnte kaum gehalten werden. Durch die Evakuierung von städtischen Schulen aufs Land entstanden hier die übervollen Klassen.

Auch das Unterrichtsmaterial war rar, so erzählt Frau R., dass sie zuhause keine Tusche hatten und sie mit Tinte die Aufgabe geschrieben hat. Von ihrer Lehrerin wurde sie jedoch dafür gerügt.

Es gab halt nichts zu kaufen, weder Kleider noch Schuhe, Lebensmittel auf Bezugsmarken etc. Und so lebte man von den Erträgen aus dem eigenen Garten, strickte und häkelte, tauschte und trug Geliehenes, um über die Runden zu kommen.

Bei dem Wort Schulspeisung geraten einige ins Schwärmen. Grießbrei mit Milch und Rosinen und die erste Schokolade, ein Gedicht! Die Amerikaner, vor allem die dunkelhäutigen waren besonders nett und großzügig zu den Kindern. Es gab Schokolade, Kaugummi und manchmal sogar Kaffee für die Mama.

Unsere internationalen Teilnehmer aus Polen, Kolumbien, Ukraine und Italien erzählten übereinstimmend, dass sie in der Schule eine einheitliche Schulkleidung trugen. Die Lehrer achteten sehr darauf, dass die Kleidung sauber und ordentlich war und die Schuhe blitzblank. Frau R. aus Warschau ist gar nicht gern in die Schule gegangen.

Dies änderte sich erst, als durch den Krieg die Schule geschlossen wurde und der Lehrer zu ihnen ins Haus kam. Olena aus Odessa ging sehr gerne zur Schule und hatte auch gute Noten.

In Kolumbien, erzählt Lorena, waren die Kinder die ganze Schulzeit zusammen, über 14 Jahre und erlebten sich so intensiv als Gemeinschaft, die über die Schulzeit hinaus anhält.

Die Zeit unseres Erzählcafés verging wie im Flug. Ein Teilnehmer meinte:“ über Schule können wir tagelang reden“. Wir sollten dieses Thema ein anderes Mal wieder aufgreifen.

Nach einer kurzen Pause hörten wir noch Geschichten zu den mitgebrachten Fotos, bei denen es sich hauptsächlich um Bilder zu einem bestimmten Anlaß, wie Kommunion, Konfirmation, Hochzeit, Schulabschluß etc. handelte. Zur damaligen Zeit hatte nicht jeder einen Fotoapparat.

Alles in allem eine „runde Sache“ das 2. Erzählcafe. Wir haben viel voneinander erfahren dürfen.

Ich freu mich schon aufs nächste Erzählcafe am **12. Juni 2009 im ASZ Sendling in der Daiserstrasse** und die spannenden Erzählungen aus ihrem Leben.

Ihre Elisabeth Kripp



Der Spielewastl empfiehlt:

Austoben und mit Seifenblasen Feinmotorik und Konzentration schärfen. Mit dem Pustefix Ring für Riesenblasen lassen sich mit etwas Übung wasserballgroße Seifenblasen erzeugen. Wer mit dem Multiring von Pustefix losläuft, zieht eine Schlange an Seifenblasen hinter sich her. Der Forscher sammelt im Urlaub Sandproben und zuhause Moose. Unterm Mikroskop lassen sich im Sand Mini-Muschel finden, im Moos mit etwas Glück

Bärtierchen. Kommen Sie ins **Atelier dumbodesign**, hier halte ich eine große Auswahl an Pustefixgeräten für Sie bereit, ebenso wie preiswerte Mikroskope. Spielewastl, dumbodesign am Stemmerhof, Plinganserstr. 6; Di – Fr: 14.00 – 19.00 Uhr
www.spielewastl.de – fragen@spielewastl.de

K ä s e

Käse ist ein natürliches Produkt, das mit Beginn seiner Herstellung bis zum Verzehr-Frischkäse ausgenommen- verschiedene Reifestadien durchläuft. Unsere Käse (ca. 50 verschiedene) werden nie unter 4 Grad Celsius gehalten, da ansonsten die guten Käsebakterien beeinträchtigt würden. Die beste Reifung des Weichkäses erfolgt bei 14-15 Grad Celsius. Blauschimmel-, Schnitt- und Hartkäse sollten bei 12 - 15 Grad Celsius im feuchten Tuch oder in Pergament oder Frischhaltefolie eingeschlagen werden. Käse sollte immer einzeln eingewickelt werden. Verwendet man/frau tücher, so müssen sie regelmäßig ausgewaschen werden. Wenn sich der eigene Schimmel eines Käses ausbreitet, ist das ein gutes Zeichen und er kann getrost mitgegessen werden. Fremder schwarzlicher Schimmel ist gesundheitsgefährdend und muß beseitigt werden. Bläulicher Schimmel, der sich auf der Rinde von Schnitt- oder Hartkäse festgesetzt hat, wäscht man/frau mit Salzwasser ab. Alle Käse sollten 30 Minuten vor dem Verzehr aus dem Kühlschrank genommen werden, damit Geschmack und Aroma stimmen.

In der Juli-Ausgabe: Wein, Wasser, Bier - unser Lebenselixier.
Über Ziegen-, Schafkäse, darüber berichten wir auch im Juli-Heft.

Euer Erwin



Bioladen HOLLERBUSCH
NATUR PUR !
Erwin Winter
Daiserstr. 5
Tel.: 77 64 74

Wir Sendlinger haben unseren Maibaum wieder

Eine Rückschau von Stefan Bächer

Seit ersten Mai hat Sendling wieder einen Maibaum. Das traditionelle Wahrzeichen vor der Sendlinger Kirche mußte wegen Witterungschäden im Februar abgebaut werden. Hunderte von Besuchern begleiteten das Spektakel. Bei strahlendem Sonnenschein wurde der Baum in einem Festzug mit einem Roßwagen und einem Pferdegespann durch Sendling zur Sendlinger Kirche gezogen. Mit einem schweren Kranwagen der Münchner Berufsfeuerwehr wurde der Maibaum in seine Halterung gehoben. Gemäß den Traditionen tanzten unsere Burschen und Dearndl vom Schmid vom Kochel um den Maibaum. "Es ist schön, daß es diese Traditionen in unserem Stadtteil noch gibt", sagt eine 70 jährige Sendlingerin im Dialekt. Während mir gleichzeitig ein 5 jähriger kleiner Knirps im bayerischen Trachtengewand aus versehen von hinten sein Limo auf meine Hose kippt. Als der Kleine das Malör bemerkt, treffen sich unsere Blicke ... wir sind sofort wieder versöhnt!



Ebenso gleichzeitig erzählt eine Sendlingerin vor mir von ihrer Zeit aus Kanada/Toronto und daß sie froh ist mit ihrer Familie wieder zuhause in Sendling zu sein. "Auch wenn man es nicht hört, bin ich hier aufgewachsen", entschuldigt sie ihre Sprache. "Ich weiss, der Dialekt ist hier das Verbindende zwischen den Menschen“, fährt sie fort. Es ist unser "Klebstoff", der uns in Bezug auf unsere Identität zusammen hält, sagt mir später ein Sendlinger im Spektakel Wirtshaus an der Pfeuferstraße. "Du kannst mit allen auch auf hochdeutsch reden, aber der Dialekt erzeugt bei uns Sendlingern das Bauchgefühl", erzählt mir ein Sendlinger Feuerwehrmann. Dass es noch so etwas traditionelles gibt, für das die Sendlinger Familien, Schüler und Studenten sich aufmachen und zusammen in ihrem Stadtteil feiern, zeigt wie lebendig Sendling ist. "Das müssen und

wollen wir uns bewahren", sagt einer vom Schmid von Kochel Verein. "Es ist schön zu sehen, wie offen die Jugend für diese Traditionen heute wieder ist" sagt einer aus dem Festzug.



"Der Maibaum mit seinen Symbolen erinnert an unsere gemeinsamen Gefühle, wie wir leben und denken. Das ändert sich nicht, mögen noch so viele Krisen kommen", sagt eine Dame, als ich sie fragte, was ihr der Maibaum bedeutet. Jedesmal wenn ich hier vorbeikomme und den Baum sehe, freu ich mich. Bestimmt erinnere ich mich die nächsten Monate an den heutigen Tag. Das sind im Alltag kurze Blicke, die nachwirken, weil sofort Gefühle und Gedanken hochkommen.

Das freut, „servus, i muas jez weida“, sagt sie und geht weiter. Das Brauchtum, einen entasteten Baum mit Bändern und Kränzen aufzustellen, geht auf das 16. Jahrhundert zurück. Besonders in Oberbayern bildete sich dieses Brauchtum verstärkt ab.

Euer Stefan



Heilerpraxis Schäfer
80803 München – Schwabing

www.heilerpraxis-schaefer.de
info@heilerpraxis-schaefer.de

Tel: 089 31859510
Mobil: 0177 6969898



Schatzfinder für Ent-Wirrung und Ent-Wicklung

Liebe **Mein SENDLING** Leserinnen und Leser,

Die Astrologie, das Tarot- Kartendeuten und geistige Heilen sind meine Passionen und mein Werkzeug, meine Berufung sehe ich im Auffinden von Schätzen, quasi Nick Knatterton der Seele.

Ich schaue zusammen mit meinem Auftraggeber nach dessen weggeschlossenen Kleinoden im Inneren.

Wie ich dabei vorgehe möchte ich gern etwas erläutern, denn mein Motto bei der Arbeit lautet: lebensstauglich, somit überprüfbar, der Liebe dienend und richtig für die gegebenen Bedingungen. Ich orientiere mich in erster Linie an Ihnen und Ihren Fragen.

Astrologie kann uns dienen zu erkennen in welchen Phasen wir uns befinden und was im Moment unserer Entwicklung dienlich ist. So können z.B. Krisen als etwas Akzeptables erlebt werden, allein dadurch, dass wir wissen, wann sie Anfang und Ende haben.

Menschen, die gern intellektuell arbeiten, mögen oft diese Art der Deutung. Praktisches Beispiel: einer meiner Klienten war völlig mit den Nerven fertig, weil er seine Arbeit verloren hatte und starke Ängste hatte, mit Mitte vierzig keine Arbeit mehr zu bekommen. Saturn bewegte sich durch sein zweites Haus, also konnten wir gut aufspüren, was es zu tun gab. Heute ist der gute Mann zwar finanziell nicht besser gestellt (Saturn ist immer noch in seinem Haus 2) aber wenn man seine zuversichtliche Ausstrahlung, sein Engagement und seine Lebensfreude sieht, spricht das für sich. Er engagiert sich in sozialen Projekten und die Geldfrage scheint in Hintergründ gerückt.

Die Tarotkarten können uns mitteilen, wie wir jetzt oder auf längere Sicht ganz konkrete Fragestellungen meistern können. Menschen mit der Vorliebe an Symbolen mögen diese Art der Lebensschau. Praktisches Beispiel: bei einer Klientin gab es eine Kartenberatung, weil sie zwar Ihren Schatz mittels Astrologie gefunden hatte, aber

nun Fragen zu einzelnen Projekten hatte. Klare Antwort der Karten war, sie solle nun ihre bis dato zögerliche sicherheitsorientierte Haltung aufgeben und in die Vollen gehen, durchaus ein Risiko wagen.

Tatsächlich machte sich dieser Tipp bewährt. Mittlerweile ist ihr Motto : Wer die Freiheit der Sicherheit willen aufgibt, wird vielleicht bald beides hergeben müssen. (G.B. Shaw)

Wenn Sie eine Stunde meines Astro- oder Tarot-Dienstes beanspruchen wollen kostet das 33,-- Euro pro Stunde. (Ermäßigungen möglich).

Manchmal ist aber auch eine Kurzberatung sinnvoll, schließlich will ich niemanden dauerhaft an meine Arbeit binden, sondern Kunden mit wieder gefundenem Vermögen ins Leben entlassen.

Ich liebe meine Arbeit und hoffe, so geht es Ihnen auch.

Kleiner Tipp: Falls nix mehr geht, gedanklich loslassen (Kinnlade und Schultern hängen lassen);

Intention überprüfen und möglichst laut sagen: das wird jetzt schon... (bitte ausprobieren, die einfachen Dinge sind manchmal hoch wirkungsvoll)

Viel Mut und Orientierung für das hier und jetzt wünscht Ihnen

Uwe Heitzig, 43 Jahre jung, Jungfrau Asz.: Löwe
Ausbildungen: Industriekaufmann, Heilerziehungspflegehelfer,
Geistheiler, Cranio-Sacral-Therapeut, Klassische Massage,
Hawaiianische Massage
Tel.: 544 93 990



PSYCHOTHERAPEUTISCHE PRAXIS
Atemtherapie, Gesprächstherapie

Maria Antonia Rappay

Tel. 089 7450 0353
Wolfratshauer Straße 28
81379 München-Obersendling
maria.rappay@atembegleitung.de
www.atembegleitung.de



In individueller Einzelbegleitung biete ich **jeden ersten Donnerstag im Monat eine Atemgruppe** an, die Ihnen beim **Stressabbau** und für die **Schlafförderung** helfen kann.

NÄCHSTER TERMIN: 4. Juni, 19.00 - 20.30 Uhr:

**Soziales trifft Kunst und Kultur
H-TEAM e.V. trifft Evangelische Jugend München/Soziale
Rehabilitation**

**Einladung zur Vernissage und Ausstellung
„Für a Fünferl an Durchanand“**

Schirmherrschaft Peter Rubin

Liebe Leser von Mein SENDLING, liebe Freunde und Förderer,
liebe Kunstliebhaber,



mit einer Vernissage eröffnen am 2. Juli 2009 der H-TEAM e.V.
gemeinsam mit der Evangelischen Jugend München/Soziale Rehabilitation
die Ausstellung „Für a Fünferl an Durchanand“.

Unter diesem Motto präsentieren KünstlerInnen mit Behinderung ein buntes
Spektrum an Kunstwerken: Großformatiges ebenso wie kleine Bilder, Öl
neben Aquarell, Abstraktes und Figürliches, Comics und Zeichnungen – für
a Fünferl an Durchanand eben.

Hierzu möchten wir Sie sehr herzlich einladen.

Dauer der Ausstellung:

**2. Juli bis 17. Juli 2009
Mo - Do von 9 - 16 Uhr
Fr von 9 - 12 Uhr
und nach Vereinbarung**

Datum der Vernissage:
19.00 Uhr

Ort:

Donnerstag, den 2. Juli 2009, ab

**Plinganserstraße 19, 81369
München**

Gestaltet wird die Vernissage von den drei Künstlerinnen und dem Künstler

Simone Schelhas, Comics
Maria Bozena Ebenhöf, Malerei
Ekaterina Zeiler, Malerei
Georg Wartner, Musik.

Mit der Ausstellung wollen die KünstlerInnen zeigen, dass Kunst keine Behinderung kennt. Denn Kunst sucht nach Ausdrucks- und nicht nach Ausgrenzungsformen, und schafft so Möglichkeiten, die Grenze zwischen Behinderung und Nichtbehinderung aufzuheben. „Wir möchten den KünstlerInnen die Gelegenheit geben, ihre Werke einem breiten interessierten Publikum zu zeigen“, erklärt Peter Peschel, Geschäftsführer des H-TEAM e.V..

Die Ausstellung ist Teil der Veranstaltungsreihe „Soziales trifft Kunst und Kultur“, die das H-TEAM ins Leben gerufen hat, um auf soziale Randthemen aufmerksam zu machen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen, auf neue Kontakte, anregende Diskussionen und neue Sichtweisen.

Herzliche Grüße
H-TEAM e.V. www.h-team-ev.de
Peter Peschel
1. Vorsitzender



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

39,60 Euro = 1 Zeitung kostet 3,30 Euro
1,00 E = Papier- und Druckkosten
1,45 E = Briefmarke Inland
0,30 E = Briefumschlag = 2,75 E
Bleiben 0,55 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,-)O	Bitte ankreuzen
12 Monate (EUR 39,60)O	
Anrede:	Herr <input type="checkbox"/> Frau <input type="checkbox"/>
Name:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Vorname:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Strasse:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Hausnummer:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
PLZ:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Ort:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Postfach:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Telefon privat: *	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Telefon dienstlich:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Telefon mobil:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
E-Mail:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Geburtstag:	<input style="width: 100%;" type="text"/>
* wichtig für Rückfragen	

Postbank Karlsruhe, Kto.Nr: O280 341 752

BLZ: 660 100 75

G. Lefèvre, "Mein SENDLING"

**Hallo Gabriela,
war letzstens im Stemmerhof auf einem Jazzkonzert. War begeistert.
Anbei ein Artikel darüber:
LG, Stefan**

Jazzoase Stemmerhof

Wow, dieser Jazzabend ist ein Highlight. Wir hören Barbara Robert`s Quintett. erinnert mich an die früheren Jazzabende in der Unterfahrt oder Domizil, flüstert mir ein Zuhörer begeistert ins Ohr. Die Jazzmusiker haben weltklasse und sind aus München.

Der heutige Jazzabend ist der Idee gewidmet "Junges Gemüse trifft alte Hasen". Etablierte Musiker präsetieren jungen Nachwuchs. Und das ist gelungen. Barbara Robert`s Quintett begeistert mit gefühlvoll, melancholischen und immer mitreißenden Stücken. Man möchte gar nicht glauben, daß die junge Nachwuchskünstlerin Sang Ganyonga, aus Kamerun und seit zehn Jahren in Erding lebt, als "Nachwuchs" angekündigt wird. Sie steht so souverän auf der Bühne und begeistert mit Ihrer Stimme, als hätte sie schon immer auf der Bühne gestanden. Es ist schön zu sehen, wie die jungen Musiker die Jazzgeschichte begreifen, für sich entdecken und weiter entwickeln.

Die Jazz Oase im Stemmerhof. Das Erlebnis beginnt schon an der Abendkasse. Während man das Ticket bekommt, wird einem gleichzeitig ein Glas Rotwein gereicht. Man sitzt in einem Raum, eingerichtet mit viel Liebe zum Detail. Die Instrumente an der Wand verraten: Hier sind die kreative Macher, mit viel Liebe und Gestaltungssinn von Ars Musica am Werk. Die familiäre Atmosphäre ist einzigartig. Man hat Blickkontakt zu den Musikern. Jazzmusiker sind besondere Menschen. Sie haben kaum Starallüren und strahlen die Liebe zu ihrer Musik aus.

Die Jazz Oase bietet aber noch mehr: Hinterher trifft man sich mit den Künstlern bei einem kleinem Büffet. Ich hatte das Vergnügen mit dem Schlagzeuger noch lange darüber zu philosophieren, wie junge Musiker im Viva und Internetzeitalter mit Jazzmusik umgehen. Wo doch Jazz nicht zum Mainstream zählt. Aber sie entdecken die Musik in laden sich den Jazz auf ihre iPods. Wir haben uns sehr gefreut mit der 19 jährigen Sang Ganyonga zu erleben, wie junge Musiker Jazz wieder für sich entdecken und von Generation zu Generation tragen. Wir freuen uns, daß wir am heutigen Abend erfahren haben: **Jazz lebt!**

Redaktion: Mein SENDLING

viele Grüße,
Stefan Bächer

DIE KLEINE NACHBARSCHAFTSZEITUNG LIEGT u.a. AUS BEI:

Musik Hartwig, Lindenschmitstr. 31
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
Reformhaus am Harras, Plinganserstr. 37
Blume und Beiwerk, Lindwurmstr. 203
Wirtshaus Valley's, Aberlestr. 52, Ecke Valleystr.
Mütterzentrum Sendling, Brudermühlstr. 42
Restaurant Agora, Aberlestr. 1
Antonius-Tenne, Plinganserstr. 10
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
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, Nestroistr. 2
Lotto-Toto Gabriela Seidewitz, Nestroistr. 2
Das Kleine Backhaus, Alexia APOSTOLIDOU, Boschetsriederstr. 17
Central Reinigung, Aidenbachstr. 30
Jacques Wein-Depot, Lindwurmstr. 124
Tierarztpraxis Dr. med. vet. S. Kirstein+R. Aumann, Dreimühlenstraße 33
Int. Mütterforum, Plinganserstr. 26
Eichendorff-Apotheke, Schmuzerstr. 1
Sendlinger Bio Markthalle, Albert-Rosshaupter-Str. 106
Kopfarth, Plinganserstr. 24,
StemmerKuchl, Stemmerhof,
Kaffee, Espresso und Barista, Pfeuferstr. 33
Südbad, Valleystr. ,
und mehr

Sehr geehrte Frau Gabriela,

zufällig ist mir Ihre Nachbarschaftszeitung in die Hände gefallen. Das ist eine großartige und nette Idee. Leider wohne ich nicht in Sendling sondern Sendling-Westpark.

Ich bin aber die zweite Vorsitzende von einem Münchner Sportverein und immer auf der Suche, wie wir unsere Sportstunden public machen können. Wir haben Übungsstätten in ganz München und auch im Klenzegymnasium. Es würde mich sehr freuen, wenn Sie in ihrer Nachbarschaftszeitung darauf hinweisen würden.

z.B.: Seniorengymnastik mit wahlweise Senioren-Volleyball oder Entspannung bietet der 1. Münchner Club für Ausgleichs- und Gesundheitssport jeden Donnerstag von 20 - 21.30 Uhr im Klenzegymnasium, Wackersbergerstr. 59 an.

Auskunft: Petra Föhr 089 / 570 62 82

Ich würde mich freuen, wenn es klappen würde.

Mit freundlichen Grüßen

Petra Föhr

SENDLINGER AUGUSTINER

Das gemütliche Wirtshaus in Sendling

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

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**

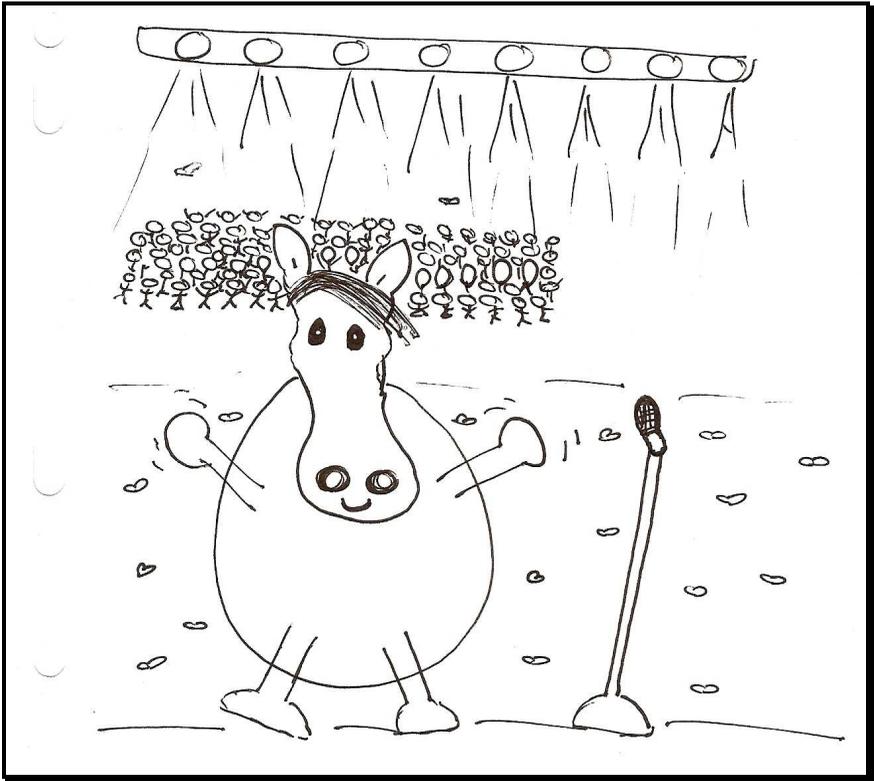
Fußball Bundesliga

Samstag ist

Schnitzeltag
versch. Schnitzel
mit Beilagetag
6,66 €

Montag ist

Schweinebratentag!
Ofenfrisch und den
ganzen Tag mit 2
Knödeln,
Speckkrautsalat
und Dunkelbiersoße
5,90 €



Singendes Pferd mit Zujublern
von Anna

HAIKU von Udo Wenzel

sinkende sonne
die letzten strahlen reichen
tiefer in den wald

Kontakt: dein.sendling@yahoo.de

MACHT MIT BEI UNS !

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

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang Juli 2009

www.mein-sendling.de