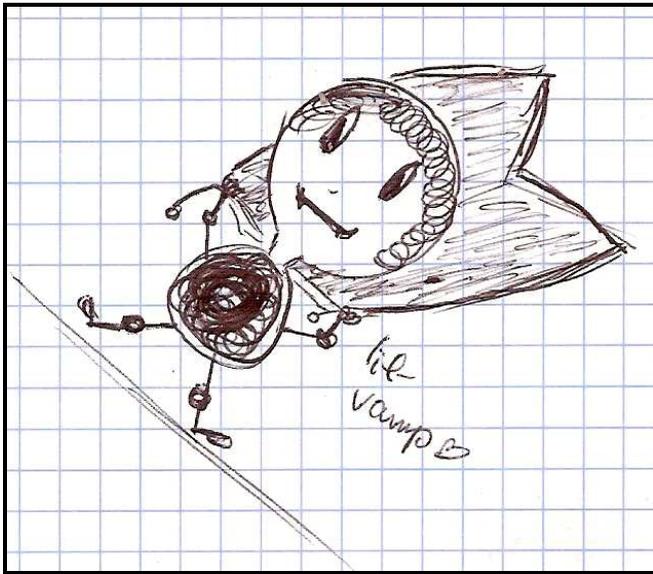


Mein SENDLING

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



30. Ausgabe - Oktober 2009



Kleine Vampirin mit wehendem Umhang, von Anna

Redakteure für diese Ausgabe:

Rosemarie B., Hien + VO + Lam, Ilona Zubrod, Johannes Wirdsein,
Kriemhilde Klippstätter, Sophie Arndt, Karin Osberg, Frank Elter,
Anita Schmid, Andreas Hauzenberger, Antonia Heigl,
Wolfgang Schumann, Anna und Gabriela

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

In Kürze wird es auf unserer Homepage eine Riesenüberraschung geben, allerdings möchte ich das Geheimnis noch nicht lüften, obwohl ich nichts lieber täte !!
Noch ein ganz, ganz klein wenig Geduld ...

In der vorletzten Septemberwoche hat **Mein SENDLING** die Ernährungswissenschaftlerin Ilona Zubrod zu einem sehr interessanten Vortrag über die „Ernährung unseres Hirns“ eingeladen und der Abend wurde ein voller Erfolg. Bald könnt ihr die Fotos und ihren Vortrag auf unserer Homepage anklicken. Auf der Seite 11 der neuen Ausgabe schreibt Ilona über das „Schönessen“ und lädt darin auch zu ihrem nächsten Vortrag am Samstag, den 31. Oktober ein.

Unser nächstes Redaktionstreffen findet am 13. Oktober statt, der Ort wird euch noch online bekannt gegeben.

Bis dahin liebe Grüße
Eure Gabriela

**Die Neugier steht immer an erster Stelle
eines Problems, das gelöst werden will...**

Galileo Galilei

**ital. Mathematiker, Philosoph u. Physiker
1564 - 1642**

INHALTSÜBERSICHT

- 4 Klein Elefant von **Rosemarie B**
5 **Restaurant Jasmin stellt sich vor**
8 Kunst in Sendling 2009
9 dumbodesign, erstmals bei Kunst in Sendling dabei
11 Schönesser von **Ilona Zubrod**
14 Die Frau von **Johannes Wirdsein**
17 Drei Tage abgehängt von **Kriemhilde Klippstätter**
20 Ein neues Bier für Sendling von www.maxltrein.de
22 Unsere Werbeseite
23 Unsere Werbeseite und Impressum
24 Die Raupe von **Sophie Arndt** und Ankündigung:
Karin Osberg spaziert und erzählt wieder
25 Park(ing) Day **Hollerbusch** 2009
27 Ein Märchen von unbekannt
28 Geschichte von **Frank Elter**
30 Ein goldener Oktobertag
32 Das kleine **dumbodesign** Kreativprojekt mit
Anita Schmid
34 Servus aus Sendling, eine Aloe Vera erzählt
36 **VHS – 2 Neue Themenschwerpunkte** von **Antonia Heigl**
38 2 Kopfzerbrecher
40 Auslegeorte
41 Ankündigung **Irmis Leidenschaft**
43 Staunendes Herbstpferd von **Anna** und Rätselauflösung
44 Letzte Seite

marion mutschler	fotografie		<i>mitten in Sendling...</i> Gute Bilder Gute Chancen Ihr Studio für Bewerbungsfotos Marion Mutschler Fotografenmeisterin Ötztalerstr. 1 B /1.Stock 81373 München Tel. 0170-301 99 36 www.foto-mutschler.de
			
			

Die Fotografin Marion Mutschler stellt sich in der nächsten Ausgabe vor

Klein Elefant, wie Baby Mumm

der so ganz blau war rundherum,
war müd' vom weiten wandern,
wollt grau sein, wie die andern.

Drum fraß er viele grüne Sachen
und wurde grün, die Kinder lachen;
weil er viel weiße Blumen fraß,
wurde er weiß, das ist kein Spaß.

Der Baby Mumm wurde sehr traurig,
began zu weinen, es war schaurig.
Er badete im Tränensee;
sein Herz war traurig, sein Kopf tat weh.

Als er herausstig strahlend frisch,
so blau wie früher, freute er sich.
Glücklich tanzte Baby Mumm
voll Übermut im Kreis herum,
bläst blaue Wasserfontänen,
die Kinder lachen Tränen.

Er bleibt ein blauer Baby Mumm,
er hat's gelernt, er ist nicht dumm;
wird einzigartig blau und schön
als Baby Mumm durchs Leben gehn.

Von Rosemarie B.



Der Spielewastl empfiehlt:

Die **Kellner Steckfiguren** wurden Ende 1920 von Georg Kellner erfunden. Heute werden die Figuren von seinem Enkel hergestellt. Und das in Thüringen, in Handarbeit wie vor 90 Jahren. Die Holzfiguren bestehen vor allem durch die vielen verschiedenen Köpfe und den bunten Körperteilen, die beliebig kombinierbar sind. Ein tolles Spielzeug, das Ihre Kinder lange begleiten wird. Es ist von der ersten Figur an lustig und spannend. Kellner Steckfiguren tragen

das Spielgut-Siegel! Kommen Sie ins **Atelier dumbodesign** und lernen Sie Quiek, Quak, Tim, Bim, Brum, Erna, die Familie Übermut und überhaupt alle kennen. Spielewastl, dumbodesign am Stemmerhof, Plinganserstr. 6; Di – Fr: 14.00 – 19.00 Uhr, Sa 10.00 – 15.00 Uhr; www.spielewastl.de – fragen@spielewastl.de

Vorstellungsartikel 2009

Restaurant *Jasmin* in der Lindwurmstr. 167 stellt sich vor

Wer es von Euch liebt vietnamesisch essen zu gehen, wird sich über diese Empfehlung sicher sehr freuen.

Das Restaurant *Jasmin* liegt in der Lindwurmstr. 167, fast direkt neben dem Aquariumladen und gegenüber der Berufsschule für Einzelhandel.

Geleitet wird es von **Hien**, Ihrem Ehemann **Vo** und deren Onkel **Lam**, wobei der Bereich der beiden Herren die Küche ist, während **Hien** vorn im Restaurant ihre Gäste verwöhnt.



Hien

Hien ist **Boat People**,-* sie und ihre Eltern sind 1979 unter 270.000 gleichgesinnten Vietnamesen auf Grund der schwierigen wirtschaftlichen Lage und aus Angst vor politischer Verfolgung im Jahre 1979 aus ihrer Heimat geflüchtet.

Das Restaurant hat die Familie am 23.08.2003 eröffnet, der Name *Jasmin* steht für Jasmin-Tee und ist ein Relikt aus der fernen Heimat, wo er ein Nationalgetränk ist.

Die Stammgäste kommen aus ganz München, kein Wunder, denn das *Jasmin* ist für seine leichte und frische, mit viel Gemüse und raffinierten Soßen angerichtete preiswerte Küche bekannt.



Vo und Lam

Ich esse dort immer ganz leckere Tofugerichte, wobei mein Mann und meine Tochter vom gegrillten Fisch bis hin zum leckeren Hühnchen wechseln.

Als ich **Hien** fragte, wann denn Ruhetag wäre, schaute sie mich ganz verwundert an und meinte, dass es keinen gäbe. Ihre Familie und sie wollen für ihre Gäste da sein, am Wochenende und in der Woche, denn für sie ist ihre Arbeit Leidenschaft und ‚die wird nicht geschlossen‘.

Hien und **Vo** haben 2 Kinder, **Kevin** (9) und **Alina** (7), die übrigens das auf der nächsten Seite abgedruckte Bild für Mein SENDLING gemalt hat.

Hien erzählte mir noch die kleine Anekdote eines Gastes, der ihren Namen und den Namen ihres Mannes in **WOHIN?** ableitete:

Vo + Hien = WO-HIN, natürlich ins JASMIN .

Guten Appetit wünscht Euch Gabriela

* Für die Flucht wurden oftmals Schiffe und Boote verwendet, die absolut nicht hochseetüchtig sind, und nach internationalen Schätzungen sterben wenigstens **ein Drittel** aller *Boat People* auf der Flucht - entweder, weil ihr Boot sinkt, oder weil nicht genügend Wasservorräte und Lebensmittel an Bord sind...

Weiterlesen Quelle:

<http://www.asiatour.com/vietnam/d-01land/dv-lan25.htm>



« Die Prinzessin wohnt drinnen im Schloss.. » Alina, 7 Jahre



Lindwurmstr. 167 in 80337 München
Tel. 76 77 57 12
Mo - Fr: 11 - 15 Uhr und 18 - 22.30 Uhr
Sa. So. Feiertag 18 - 22.30 Uhr

KUNSTINSENDLING2009

Offene Ateliers in Sendling | 08. – 11.10.2009

Am Donnerstag, den 8. Oktober öffnen die Künstler in Sendling ab 19 Uhr ihre Ateliers. Zum sechsten Mal findet „Kunst in Sendling“ statt und bietet die Möglichkeit, an 43 Orten im Viertel die Werke und die Arbeit von fast 70 Künstlern zu entdecken. Zum Glück haben die Ateliers das ganze Wochenende offen, so ist es durchaus machbar, an vier Tagen alle Orte zu besuchen.

Selten hat man sonst die Gelegenheit zu sehen, wie und wo die Künstler arbeiten. Beim Rundgang durch die verschiedenen Ausstellungen entdeckt man so unser Stadtviertel ganz neu. Die Künstler locken auch ins Café Blue, in die Sendlinger Buchhandlung, in den Stemmerhof und in den T-Shirt-Laden Nica, wo man sich die Kunst auf ein T-Shirt bringen lassen kann. Kunst wird in der Himmelfahrtskirche und im Atriumhaus zu sehen sein. Zentraler Informationspunkt ist das Alten- und Servicezentrum in der Daiserstraße 37. Hier gibt es auch von den Künstler gestaltete Originalplakate – erschwingliche Kunst zum Mitnehmen.

Ein vielfältiges Rahmenprogramm mit Lesungen, Musik und Performances macht dieses Wochenende zu einem umfassenden Kulturerlebnis. Das Faltblatt mit Programm und Lageplan liegt in allen Ateliers aus. Außerdem gibt es dieses Jahr (dank der freundlichen Unterstützung des Bezirksausschusses) erstmalig einen Katalog, der alle Künstler mit ihren Werken vorstellt. Für nur fünf Euro ist er in allen Ateliers zu erhalten.

Alle Infos finden sich auch im Internet unter:

www.kunstinsending.de

Öffnungszeiten:

Donnerstag, 08.10.2009, ab 19 Uhr
Freitag, 09.10.2009, 19-22 Uhr
Samstag, 10.10.2009, 14-22 Uhr
Sonntag, 11.10.2009, 14-20 Uhr

Ein freundliches Hallo aus Sendling,

Dieses Jahr habe ich mich zu Kunst in Sendling angemeldet.
Es findet an vier Tagen an verschiedenen Orten mit vielen Künstlern statt.

Mein Atelier wird wie das aller anderen Künstler wie folgt geöffnet sein:
Do bis Sa von 19.00 - 22.00 Uhr
Sonntag 14.00 - 20.00Uhr

Zu sehen gibt es bei mir üppige Formen, mal bunt, mal schlicht, mal winzig, mal groß.

Im Atelier **dumbodesign** zeigen sich ballonartige Balladonnas und üppige Moppelweibchen von blassweiß bis knallbunt.

Die Damen sind zwischen 20 cm und 140 cm groß und zeigen sich überwiegend in Ton. Wer genau hinsieht entdeckt neben glasierten Ton Beton und Pappmaché.



Meine Exponate sind vor allem außen, vor meinem Hühnerstall zu finden, beleuchtet von Kerzen und Fackellicht.

Um Hände und Magen warm zu halten gibt es Kartoffeln vom Grill und Kräuterquark.

Ich freue mich auf Euch

Eure
Anita Schmid



David, dein und meinster
www.
dumbodesign
Stm
Atelier am Sternentafel
Pflanzmarkt, 4
81249 München
atelier@dumbodesign.de

Öffnungszeiten:
Do - Fr 14.00 - 19.00 Uhr
Sa 10.00 - 18.00 Uhr
Und jederzeit
nach Vereinbarung

Vorstellungsartikel April 2008

KUNSTINSENDLING

OFFENE ATELIERS IN SENDLING VOM 8.-11. OKTOBER 2009

EINLADUNG ZUM 6. KUNSTINSENDLING

VERNISSAGE: DO., 08. OKTOBER, 19 UHR IN ALLEN ATELIERS.



ZEICHNUNG • MALEREI • FOTOGRAFIE
BILDHAUEREI • COMPUTERKUNST
SCHMUCK • KERAMIK • LESUNGEN
MUSIK • PERFORMANCE



NEU!
FARBIGER
KUNSTLERKATALOG
INKL. PROGRAMM IN
ALLEN STATIONEN
FUER 5 EURO.

ÖFFNUNGSZEITEN:
DO. UND FR. 19-22 UHR
SA 14-22 UHR
SO 14-20 UHR

9 ALTEN UND SERVICE ZENTRUM
DAISERSTR. 37

HIER GIBT ES DIE ORIGINAL
PLAKATE DER SENDLINGER
KÜNSTLER SOWIE DEN FLYER.

WWW.KUNSTINSENDLING.DE

*Angenehm ist am Gegenwärtigen die Tätigkeit,
am Künftigen die Hoffnung und am
Vergangenen die Erinnerung.*

Aristoteles



Tiefenentspannung und
Wohlbefinden mit **Shiatsu**

Erste Schnupperbehandlung zum Kennenlern-Preis: 25,- €

Ulrike Moser Dipl. Shiatsu-Praktikerin

Im Therapiezentrum Sendling, Treffauerstraße 19, 81373 München oder

In der Naturheilpraxis, Heiglhofstraße 1c, Großhadern, 81377 München

Telefon: 01 76-646 931 88 · moser.shiatsu@hotmail.com





Wie könnt ihr euch schön essen?

Würdet ihr euch eure Gesichtsscreme für ein leckeres Frühstück in euer Müsli rühren? Wahrscheinlich eher nicht. Im Gegensatz dazu könnt ihr aber unbesorgt euren leckeren Frühstücksquark oder Joghurt für eine Gesichtsmaske benutzen.

Wahrscheinlich kämt ihr auch nie auf die Idee euch Erdöl ins Gesicht zu schmieren. Dennoch tun es viele von uns, da es bei unzähligen Gesichtsscremes und Körperlotionen nicht erkennbar ist, woher der darin enthaltene Fettanteil stammt. Im Gegensatz dazu spricht allerdings nichts dagegen euer gutes, kaltgepresstes Oliven- oder Walnussöl, was ihr sonst nur für den Salat benutzt, auch zur Gesichtspflege oder als Körperöl zu verwenden.

Bei meiner Arbeit erlebe ich es immer wieder, dass sich viele meiner Klienten bei der Auswahl der richtigen Gesichtsscreme oder Körperlotion mehr Gedanken machen, als bei beim Einkaufen von Lebensmitteln. Ich finde das schade, denn beide, Lebensmittel wie Kosmetikprodukte, haben ja dasselbe Ziel. Sie sollen uns nähren – also mit Vitaminen, Mineralstoffen, Eiweiß und wichtigen Fettsäuren versorgen. Lebensmittel tun es von innen und Gesichtsscremes und Körperlotionen sollen es von außen tun. Bei Lebensmitteln bin ich überzeugt davon, dass Vitamin E und C, Selen, Kupfer oder Linolsäure ganz sicher ihren Weg zu der Körperzelle finden, an der sie ihre volle Wirkung entfalten sollen. Bei vielen Kosmetika habe ich allerdings meine Zweifel.

Die Fette aus Pflegeprodukten auf Erdölbasis unterscheiden sich sehr von unseren natürlichen Körperfetten. Sie können auch nur

schlecht abgebaut und verstoffwechselt werden. So eine „Erdölcreme“ kann zwar auf der Haut einen Film bilden, sie kann aber die Haut nicht in ihren Aufgaben unterstützen. Die Haut muss regelmäßig nachgefettet werden und wird mit der Zeit inaktiv und trocken.

Ganz anders verhalten sich natürliche Pflanzenöle. Oliven-, Walnuss- oder Traubenkernöl unterstützen die hauteigenen Schutzfunktionen. Diese Fettsäuren haben eine große Ähnlichkeit mit unseren Körperfetten und können in den Stoffwechselprozess mit einbezogen werden. Sie stärken das Immunsystem der Haut, binden Feuchtigkeit und regulieren die natürliche Rückfettung. Die Haut bleibt elastisch, glatt und geschmeidig



„Kann ich mich schön essen?“ Das war die Frage, die der Stein zum Anstoß war, ein **Schönesser-Seminar** zu gestalten. Eine Obstsorte, die für mich Gesundheit und Schönheit von innen und außen in Vollendung symbolisiert, sind Weintrauben. An Weintrauben ist alles gesund: das Fruchtfleisch, die Schale, die Kerne, die Stiele und die Blätter. Die wertvollen Inhaltstoffe sind ein wahrer Jungbrunnen. Den kerngesunden Geschmack gibt es auch als Saft, Öl, Brot, Nudeln oder Pesto. Nur zum Essen alleine zu schade. Die Kraft der Trauben lässt sich auch für ein Peeling, eine Gesichtsmaske oder ein Körperöl nutzen.

Das alles könnt ihr erleben: Beim ersten Schönesser-Seminar am Samstag 31. Oktober von 9:30 bis 18:00 Uhr, bei mir in der Praxis Lindwurmstrasse 213. Es soll ein Tag werden, an dem ihr einfach mal abschalten und nur an euch denken sollt. Ihr werdet viel Neues erfahren über Trauben und könnt sie in ihren verschiedenen Formen

probieren. Ihr werdet ein Traubenpeeling und eine Gesichtsmaske selber anrühren und sofort ausprobieren. Für zuhause mischt ihr euch euer persönliches Körperöl. Eure Investition in Gesundheit und Schönheit beträgt 185 Euro. Im Preis enthalten sind Mehrwertsteuer, Pausensnacks, Mittagsimbiss, Getränke, alle Materialien für die Traubenkosmetik zum Selbermachen und ausführliche Seminarunterlagen. Ich freu mich auf euch. Anmelden könnt ihr euch hier:

Ilona Zubrod, Lindwurmstr. 213, 80337 München,

Telefon: 089 – 72 62 69 31,

Fax: 089 – 74 60 567,

E-Mail: ilona.zubrod@t-online.de,
www.schoenesser.de

Ilona K. Zubrod	Ernährungstherapie & Beratung
Diplom-Oecotrophologin Zertifizierte Ernährungsberaterin VDOE	 Zubrod Kompetenz in Ernährung
	
Lindwurmstrasse 213 80337 München Telefon: 089 - 72 62 69 31 Telefax: 089 – 74 60 567 Mobil: 0162 – 91 67 055 ilona.zubrod@t-online.de www.zubrod-ernaehrung.de	
Diät war gestern – klug essen und trinken ist heute!	

Vorstellungsartikel Juli 2009

Wir haben verlernt, die Augen auf etwas ruhen zu lassen. Deshalb erkennen wir so wenig.

Jean Giono

DIE FRAU von Johannes Wirdsein

Als Gott dabei war, die Frau zu erschaffen, war er schon bei seiner sechsten Überstunde. Ein Engel erschien, und fragte "Warum verbringst du so viel Zeit damit???"

Gott antwortete "Hast du das Datenblatt dazu gesehen???"

Sie muss komplett waschbar sein, aber kein Plastik, muss über 200 bewegliche Teile haben, die alle ersetzt werden können, und ihr Körper muss auch laufen, wenn sie sich nur mit Diätcola und kleinen Snacks ernährt. Sie muss einen Schoß haben, auf dem vier Kinder gleichzeitig sitzen können. Sie muss einen Kuss haben, der alles heilen kann, von einem aufgekratzten Knie bis zu einem gebrochenen Herzen - und sie wird alles nur mit zwei Händen machen."

Der Engel war über die Ansprüche erstaunt "Nur zwei Hände!? Und das beim Standardmodell???" Das ist zu viel Arbeit für einen Tag. Warte bis morgen um sie fertig zu machen."

"Das werde ich nicht" protestierte Gott " Ich bin so nah dran, diese Kreation, die mir so ans Herz gewachsen ist, zu fertigen. Sie kann sich bereits selbst heilen UND kann 18 Stunden am Tag arbeiten"

Der Engel trat näher und berührte die Frau, "Aber du hast sie so weich gemacht, Gott"

"Sie ist weich" stimmte Gott zu, "aber ich habe sie auch hart

gemacht. Du hast keine Ahnung, was sie dulden bzw. durchsetzen kann."

"Wird sie denken können?", fragte der Engel.

Gott antwortete, "Sie wird nicht nur denken können, Sie wird erörtern und verhandeln können besser als ein Mann."

Der Engel bemerkt etwas, streckt seine Hand aus und berührt die Wange der Frau. " Ups, es sieht aus, als hättest du eine undichte Stelle in diesem Modell. Ich habe dir gleich gesagt, dass das alles zu viel Arbeit für einen Tag ist."

"Das ist keine undichte Stelle" korrigierte Gott, "das ist eine Träne"

"Für was ist die Träne?" fragte der Engel.

Gott antwortete, "Die Träne ist eine Möglichkeit, mit der sie ihre Freude, ihren Schmerz, ihren Kummer, ihre Enttäuschung, ihre Liebe, ihre Einsamkeit, ihr Bekümmernis und ihren Stolz ausdrücken kann."

Der Engel war beeindruckt, "Gott, du bist ein Genie. Du hast an alles gedacht! Frauen sind wirklich erstaunlich."

Und sie sind es wirklich! Frauen haben Stärke um Männer zu erstaunen. Sie ertragen Not und tragen Belastungen, aber sie halten immer Freude, Liebe und Glück in sich. Sie lächeln, wenn sie schreien möchten. Sie singen, wenn sie weinen möchten. Sie weinen, wenn sie glücklich sind und lachen,

wenn sie nervös sind. Sie kämpfen für das, an das sie glauben. Sie stehen auf gegen Ungerechtigkeit. Sie akzeptieren kein "Nein", wenn sie denken, dass es eine bessere Antwort gibt. Sie gehen ohne alles, damit Ihre Familien haben, was sie brauchen. Sie gehen zum Doktor mit einem ängstlichen Freund. Sie lieben ohne Vorbehalt. Sie weinen, wenn ihre Kinder hervorragende Leistungen erbringen und jubeln, wenn ihre Freunde Auszeichnungen bekommen. Sie freuen sich, wenn sie von einer Geburt oder einer Hochzeit hören. Ihre Herzen brechen, wenn ein Freund stirbt. Sie sind bekümmert über den Verlust eines Familienmitgliedes. Sie sind stark auch wenn sie denken, dass es keinen Ausweg mehr gibt. Sie wissen, dass ein Kuss und eine Umarmung ein gebrochenes Herz heilen können.

Frauen gibt es in allen Formen, Größen und Farben. Sie würden zu dir fahren, fliegen, laufen, rennen, nur um zu zeigen, wie sehr sie sich um dich kümmern. Das Herz einer Frau ist es, was die Welt zu einem schönen Ort macht.

Sie bringen Freude, Liebe und Hoffnung.

Sie haben Mitgefühl und Ideale.

Sie geben ihren Freunden und ihrer Familie moralischen Beistand.

Wie auch immer ... wenn es einen Fehler bei Frauen gibt, ist es der, dass sie vergessen, was sie wert sind.

Ihre Papierdokumente jetzt online blättern!



Haben Sie so ein Magazin oder Katalog schon Mal auf einer Webseite gesehen? Waren Sie nicht sofort beeindruckt? Denselben Eindruck können Ihre Papier und PDF Dokumente bei Ihren Kunden und Geschäftspartnern hinterlassen!

My-catalog.biz bietet Ihnen Ihr erstes Papier/PDF Dokument in der Webpaper Technologie online zu stellen, 100% kostenlos. So können Sie unverbindlich die Benutzerfreundlichkeit und die Vorteile unserer Webpaper-Technologie näher erleben und sich davon überzeugen!

Vergessen Sie Druck und Portokosten und erhöhen Sie Ihre Auflage mit der weltweit meist entwickelten Technologie:

- Darstellung von Videos, Animationen, Sounds, Anfrageformulare
- Verlinkung zu Ihrem Webshop (Warenkorb), Webseite...
- Offline Version: blättern Sie Ihr Webpaper auf jedem Computer ohne Internet
- Innovative Funktionen : Full screen, Lesezeichen, Notiz, Autoblättern, Suche...
- Schnelle Ladezeit (auch mit Videos und Animationen).
- Suchmaschinen optimiert.

my-catalog.biz

e-merch Softwareentwicklungs
und -Vertriebs GmbH
Neudorfer StraBe 7/3
2361 Laxenburg Austria
Tel: +43 2236 710 842 0
Fax: +43 2236 710 842 65
Mail: peter.prenner@my-catalog.biz

Drei Tage abgehängt

von Kriemhilde Klippstätter

Es ist Dienstag, der 4. August 2009, zirka 10 Uhr morgens und ich möchte meine Druckerei anrufen. Wie gewohnt schnappe ich mir den Hörer des alten Festnetztelefons und krame nach der Nummer. Schon beim Abnehmen ist klar, dass irgendetwas nicht stimmt: Es ertönt ein Dauerton statt des bekannten tüt, tüt. Ich wähle dennoch, werde aber bald unterbrochen: „Hier ist die Servicestelle der deutschen Telekom. Um Ihren Anschluss bei der Telekom oder einem sonstigen Anbieter zu aktivieren, wählen Sie bitte nachfolgende Tastenkombination: 089, Raute, 761...“.

Ich bin verwirrt. Meine Telefonnummer folgt mir seit zwei Jahrzehnten in jede neue Wohnung, von einem Neuanschluss kann also nicht die Rede sein. Ich lege auf, ignoriere die Ansage und versuche es ein paar Minuten erneut. Vielleicht hat sich ja in den engen Schächten im Stadtgebiet ein Kabelknäuel gebildet, das jetzt die unterschiedlichen Stränge zu neuen Enden führt. Leider ist das ein frommer Wunsch, denn auch der zweite Versuch endet in der Ansage der Servicestelle. Geduldig probiere ich nun aus, meinen Altanschluss über die angegebene Tastenkombination zu erneuern, so wie manches Ehepaar nach 50 Jahren bei seiner goldenen Hochzeit das Eheversprechen erneuert. Die Telekom macht also katholisch, zumindest in Bayern, denke ich. Natürlich führt dieser Versuch ebenfalls ins Nichts. Angst beschleicht mich, denn die Sachlage deutet nicht bloß auf einen Leitungsschaden hin.

Zum Glück verfüge ich über ein Mobiltelefon, übrigens auch von und mit der Telekom. Für meine unerschütterliche Treue zum ehemaligen Staatskonzern hat man mich kürzlich mit einem „Küchenhelfer“ ausgezeichnet: Eine Art Grillzange, die aber nicht über 180 Grad heiss werden darf und deshalb nicht zum Braten oder Grillen geeignet ist, wie die Gebrauchsanweisung meldet. Dafür verfügt sie über einen Regler, der die Zange auf- und zuschnappen lässt. Schon beim Erhalt des Geschenks beschlich mich das Gefühl, irgendetwas verpasst zu haben: „ Bedanken Sie sich bei den dummen Eseln, die noch immer ihre Kunden sind?“

Dieses Gefühl verstärkte sich noch, als ich zwei Wochen nach dem ersten Päckchen ein zweites mit gleichem Inhalt erhielt: Aha, offenbar eine Zange für den Mobiltelefonanschluss und eine für Festnetz und Internet.

Das beigelegte Anschreiben unter der Überschrift „Freuen Sie sich auf Leistung, ganz nach Ihrem Geschmack“, klingt jetzt aber wie blanker Hohn. Ich versuche, mich per Handy zu erreichen. Das Resultat ist deprimierend: „Diese Rufnummer ist uns nicht bekannt, bitte fragen Sie bei der Auskunft nach“. Dass die Ansage auch noch auf Englisch zu hören ist, macht sie nicht besser, im Gegenteil: Ich existiere nicht mehr im Telefonverkehr, darf nicht mehr teilhaben an – internationaler – Kommunikation, bin stillgelegt und abgemeldet. Mir kommt es vor, als hätte ich meine eigene Todesanzeige in der Zeitung entdeckt...Depression macht sich breit, aber der Überlebenswille ist stärker. Mit dem Handy – wie konnte ich jemals an seinem Sinn zweifeln? – erreiche ich die Störstelle der Telekom. Ich arbeite mich durch ein kleines sprachgeführtes Menü an dessen Ende mir Herr M. sein Ohr schenkt.

Ich erkläre mich und bemerke, dass mein Gesprächspartner mit meiner Panik nichts anfangen kann. Also runterkommen, relativieren, cool bleiben, motivieren, nachfragen wie es zu dieser Situation kam etc. Herr M. sagt, dass er nicht zuständig ist, weil es keine Störung sei, sondern eine Vertragsangelegenheit: Mein Anschluss sei gekündigt und dann abgeschaltet worden. Ich versichere ihm, dass ich nichts gekündigt und auch keinen Tarifwechsel oder dergleichen vorgenommen habe. Der Störspezialist verbindet mich mit der Vertragsabteilung. Dort kann man sich die Sache auch nicht erklären, verspricht aber, die Instandsetzung zu betreiben. Meine Frage, wie lange das wohl dauern wird, will man nicht beantworten. Es gelingt mir immerhin, heraus zu kitzeln, dass ich eher „mit Tagen als mit Stunden“ rechnen muss. Ich lege auf und bin erst mal beruhigt. Per SMS erhalte ich auf das Handy eine „Ticket-ID“ der Störstelle, offenbar so etwas wie der Buchungscode beim Online-Flugbuchen.

Erfreut stelle ich fest, dass der Internet-Anschluss noch funktioniert:

Wenigstens nicht ganz getrennt von der Welt. Den ganzen Nachmittag und Abend probiere ich das Festnetz, aber es schweigt beharrlich. Irgendwie kommt mir die Stille auch gespenstisch vor. Beherzt greife ich zum Mobiltelefon, nur um das Gefühl zu haben, nicht abgehängt worden zu sein, koste es was es wolle.

Die Hoffnung über eine Reparatur über Nacht stirbt schnell am nächsten Morgen: Alles beim alten. Ich schnappe mir erneut das Mobiltelefon und rufe die Störstelle an, immerhin kann ich jetzt ja eine Ticket-ID vorweisen und erhalte sicher gleich die Auskunft, wann ich wieder connected bin. Denkste, die Störstelle hat noch immer keinen Auftrag zum Wiederanschluss vorliegen, die ID interessiert niemanden. Also bin ich wieder ein Fall für die Vertragsabteilung. Diesmal gerate ich an eine Dame. Von ihr erfahre ich immerhin, wie es zu dem Unglück kam: „Es gab da mal eine Tarifikündigung, aber die ist uralte, ich weiß auch nicht, was da passiert ist.“

Langsam steigt Hass und Groll in mir auf: Drehen die einem einfach den Saft ab, ohne Rückmeldung oder Bestätigung! Wann wird das repariert? Wo bleibt eigentlich eine Entschuldigung? Die Dame, offenbar ja unschuldig an dem Dilemma, verspricht, den Auftrag „heute noch in die Wege zu leiten“. Sie könne aber nicht garantieren, dass ich morgen wieder das Festnetz benutzen könne. Ich schleudere ihr entgegen, dass ich eigentlich davon ausgehe, dass ich heute noch Und wieso der Auftrag nicht schon gestern.... Immerhin entschuldigt sie sich, ich schnaube und bedanke mich zähneknirschend. Das Internet ist mittlerweile auch abgestellt, das wird heute ein ruhiger Nachmittag.

Donnerstag gleich morgens erneut mit der Störstelle telefoniert: „Ihr Anschluss wird heute zwischen acht und 18.30 Uhr freigeschaltet, Internet kann etwas dauern.“ Ich bin einigermaßen beruhigt. Sollte ich tatsächlich noch vor dem Wochenende.... Donnerstag 12.45 Uhr, das Telefon klingelt! Seit knapp drei Tagen der erste Anruf aus dem Festnetz: Mein Drucker meldet sich, der gute. Ich bin wieder verbunden mit der Welt. Jetzt bin ich gespannt, ob sich die Telekom entschuldigt, vielleicht mit einem kleinen Küchengerät?

k.klippstaetter@gmx.de

Ein „neues“ Bier für Sendling Wie das MAXLRAINER nach München kam



Vielleicht mag dem ein oder anderen Sendlinger „Maxlrain“ ein Begriff sein: Der kleine idyllische Ort mit nur wenigen Häusern, aber einem herrlichen Renaissanceschloss, eigener Schlossbrauerei und zwei Wirtschaften mit großen Biergärten, liegt direkt bei Bad Aibling vor der Kulisse des Wendelsteins. Als Veranstaltungsort hat Maxlrain in den letzten Jahren auch in München zunehmend an Bekanntheit gewonnen. So finden hier alljährlich das Maxlrainer Oldtimertreffen im Rahmen der ADAC BAVARIA HISTORIC statt, die MAXLRAINER RITTERSPIELE und große Konzertevents (in diesem Jahr mit HUBERT VON GOISERN), die jährlich tausende von Besucher nach Maxlrain bringen. Maxlrain ist aber auch bekannt für seine aktive Kulturpflege. Authentisch werden hier die oberbayerische Tradition und die oberbayerische Lebensfreude gelebt. Für denjenigen, welcher auf seinem Ausflug in die Berge in der Schlosswirtschaft oder im Bräustüberl eine Pause eingelegt hat, wird dies bestätigen können. Und diese Besucher waren es wohl auch, die den Ruf der Maxlrainer Biere nach München getragen haben. Die kleine, private Schlossbrauerei, erstmals urkundlich 1636 erwähnt, hat sich in jeder Beziehung höchsten Qualitätsmaßstäben verschrieben.

14 Bierspezialitäten werden hier gebraut, darunter drei saisonale Biere (Festbier, Kirtabier und Jubilator), zwei leichte Biere und zwei alkoholfreie „Engerl“-Biere. Die Folge: Die Schlossbrauerei wurde in den letzten Jahren vielfach mit DLG-Gold prämiert und erhielt nun schon zum zweiten Mal in Folge den **BUNDESEHRENPREIS** des Bundesministers für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz – die höchste Auszeichnung für eine deutsche Brauerei.

Auch in Sendling gibt es nun die edlen Maxlrainer Biere – im Getränkemarkt mit Bringdienst (**GETRÄNKE BURGER**, Oberländerstr. 24, Tel. 89067506, **GETRÄNKE HELLAS**, Thalkirchner Str. 210, Tel. 72550610) oder in der **STEMMERKUCHL am Stemmerhof**.

Probieren Sie es doch mal. Vielleicht sagen Sie danach ja auch, „**UNSERAINER TRINKT MAXLRAINER**“.

www.maxlrain.de



Stemmer Kuchl
AKTION mit
MAXLRAINER Engerl Bier

ohne Alkohol

1€
für ein Engerl Hell oder
eine Engerl Weisse

Unsere neue Spezialität:
Die vollmundigen **MAXLRAINER Biere** aus dem Mangfalltal.
Jetzt probieren für nur 1 Euro:
eine Halbe *Engerl Hell* oder
Engerl Weisse ohne Alkohol
zu jeder Suppe oder zum Weiß-
wurstfrühstück!

Zu jeder
Suppe
oder zum
Weißwurst
frühstück

Stemmer Kuchl am Stemmerhof
Plinganserstr. 6 | Mo-Fr: 09 -19 Uhr | Sa: 09 - 16 Uhr



**LA CERTOSA +
IL CERTOSINO Eiscafé**

Franca und Sandro

Oberländerstr. 14
81371 München

Öffnungszeiten
Mo – Fr von 10 – 22 Uhr
Sa von 17 – 22 Uhr

IL CERTOSINO Eiscafé
Mo – So von 9 – 22 Uhr

Vorstellungsartikel November 2007



SENDLINGER Biomarkt
Albert-Rosshaupter-Str. 106

Mo. – Fr. 8h – 20h, Sa. – 19h

Vorstellungsartikel Januar 2009

**KAFFEE
ESPRESSO &
BARISTA**

Pfeuferstr. 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!**

Vorstellungsartikel Februar 2009



Jacques' Wein-Depot
Lindwurmstraße 124,
80337 München

Tel. 089/74 79 38 61,
Fax 089/ 74 79 38 60

Vorstellungsartikel August 2008

www.mein-sending.de

RISTORANTE

Rizzo

PIZZERIA

Gutschein
für ein Glas Prosecco

Schäftlarnstr. 166, 81371 München
Telefon: 089 - 78 06 94 31

offen von 11.30 bis 14.30 und
17.30 bis 23.00 Uhr, Sa ab 17
Sonntags durchgehend



Vorstellungsartikel Juli 2009

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/>

Vorstellungsartikel April 2008

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)

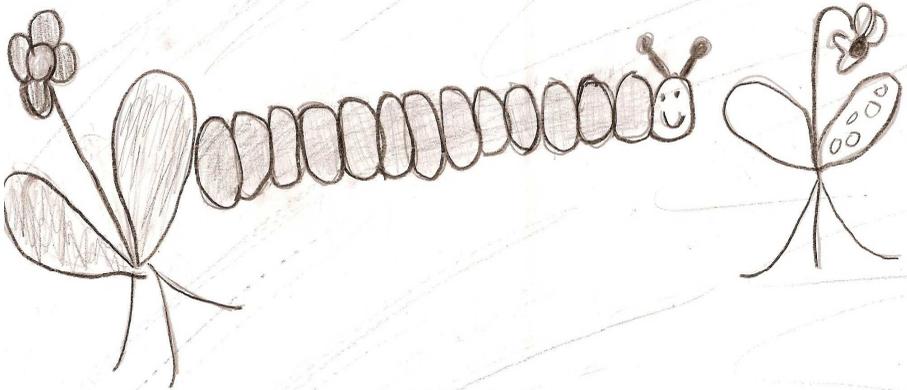
redaktion@mein-sending.de Tel.: 0176/96811926

Redaktion und Anzeigen: G. Lefèvre

Druck: KK-Druck, Karl Krauss e.K., Bunsenstr. 4, 82152 Planegg

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.

sophie Arndt



Die Raupe von Sophie Arndt

*Die starken Frauen in Sendling in ihrer Zeit.
Karin Osberg, die Geschichtenerzählerin führt...*

Wo und wann kann man sich anmelden?

Führung am Sonntag, 11. Oktober 2009

16.00 – 17.30 Uhr

VHS Puchheim – 089 803710

Führung am Sonntag, 18. Oktober 2009

15.00 – 16.30 Uhr

VHS München Stadtbereich Süd – 089 74748516

Führung am Sonntag, 25. Oktober 2009

15.00 – 16.30 Uhr

DGB-Bildungswerk – 089 55933615

PARK(ing) Day München 2009

**GreenCity
bei**

ERWIN



im

Naturkost Hollerbusch

Biomarkt Sendling

Daiserstr. 5

Tel.: 77 64 74

biomarkt.sendling@gmx.de



**IHRE
MODERNE
FIRMEN-
BROSCHÜRE**

jetzt



**PSYCHOTHERAPEUTISCHE PRAXIS
Atemtherapie, Gesprächstherapie**

Maria Antonia Rappay

Tel. 089 7450 0353

Wolfpratshauer Straße 28

81379 München-Obersendling

maria.rappay@atembegleitung.de

www.atembegleitung.de



TRAUMATHERAPIE

Vorstellungsartikel Februar 2009

Der **H-TEAM e.V.** hilft Münchner Bürgern am Rande der Gesellschaft. Menschen, die in chaotischen Wohnverhältnissen leben, die krank und arm oder vollkommen isoliert sind. Bitte helfen auch Sie uns dabei:

Spendenkonto Raiffeisenbank:
Konto 70 34 78 – BLZ 701 69 466

Plinganserstraße 19 · 81369 München
Tel. 089-7 47 36 20
Fax 089-7 47 06 63
verwaltung@h-team-ev.de
www.h-team-ev.de

Sprechzeiten:
Mo, Mi, Fr 9.00-12.00 Uhr



H-TEAM E.V. Hilft Bürgern in Not

Betreuungsverein

Ambulanter Pflegedienst
Ambulante Wohnungshilfe
Betreutes Einzelwohnen
Hauswirtschaftliche Hilfen

Vorstellungsartikel Dezember 2007

Ein Märchen von unbekannt

Es war einmal eine Insel wo alle verschiedenen Gefühle lebten. Das Glück, die Traurigkeit, das Wissen und all die Anderen..... auch die Freundschaft.

Eines Tages meldete man den Gefühlen, dass die Insel sinken wird. So bereiteten sie ihre Schiffe vor und verließen die Insel. Nur die Freundschaft wollte bis zum letzten Moment bleiben. Als die Insel unterging, rief sie um Hilfe.

Der Reichtum war in der Nähe mit einem Luxus Schiff.

Die Freundschaft fragte ihn: "Reichtum, kannst du mir bitte helfen?"
"Nein, weil ich zuviel Geld und Gold auf meinem Schiff habe, so hab ich keinen Platz für dich".

Die Freundschaft bat sodann den Hochmut um Hilfe, der auch in der Nähe mit seinem wunderschönen Boot vorbeifuhr.

"Ich kann dir nicht helfen. Du bist ganz nass, du könntest mein Schiff beschmutzen".

Als die Traurigkeit nicht weit vorbeisegelte, fragte die Freundschaft: "Traurigkeit, lass mich mit dir gehen!"

"Oh. Freundschaft, ich bin soo traurig, ich möchte lieber alleine bleiben".

Auch das Glück ist weiter gefahren. Es war soo glücklich, dass es die Freundschaft gar nicht bemerkte...

Und plötzlich hörte die Freundschaft eine Stimme: "Komm, komm mit! Ich nehme dich mit".

Das war ein alter Mann, der gesprochen hatte. Die Freundschaft war so glücklich, so zufrieden, dass sie nicht nach seinem Namen gefragt hat.

Als beide auf festem Boden ankamen, ging der Alte weg. Die Freundschaft merkte, wie viel sie dem Alten schuldete und fragte das Wissen: "Wer hat mir geholfen"?

"Das war die Zeit", antwortete das Wissen.

"Die Zeit"?!?, fragte die Freundschaft, "aber warum hat die Zeit mich gerettet"?

Das Wissen lächelte weise und antwortete ihr: "Weil nur die Zeit verstehen kann, wie wichtig Freundschaft im Leben ist..."

von Frank Elter

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

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. 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!"



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
Didymos, moby wrap...
- **TEXTILIEN & SPIELSACHEN**
Popolini, Disana, Lana, imps & elfs...

Komforttragen
Ergo Baby Carrier, Mänduca...

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

HURRA !

AB SOFORT
sind wir doppelt
so groß !!

Mehr Platz bei uns
im Laden
und mehr Angebote
rund ums Baby



Ein goldener Oktobertag

von Annegret Kronenberg

*Ein goldener Oktobertag,
so wie ich selten einen sah.
Der Himmel blau, die Sonne lacht,
als hätt' ein Maler sich's erdacht.*

*Im schönsten Kleid der Blätterwald
uns anlockt, uns gar staunen lässt.
Die Spatzen zwitschern froh ihr Lied
und sonnen sich auf Strauchgeäst.*

*Bei aller Schönheit, aller Pracht,
liegt doch schon Abschied in der Luft.
Auch wenn er sich nur ahnen lässt,
beschleicht das Weh schon uns're Brust.*

*In dieser Zeit wir träumen
von glücklichen Sommertagen,
von seligen Stunden der Liebe,
die helfen, den Winter zu ertragen*



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






BLUME & BEIWERK®

Jürgen Stefan Maier
Staatlich geprüfter Florist

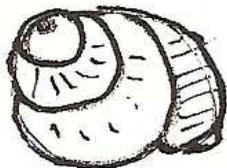
ZEITGERECHTE FLORISTIK
TRAUERFLORISTIK - FLEUROP-AGENTUR
DEKORATIONEN - LIEFERSERVICE

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

Vorstellungsartikel Mai 2009

RAUS aus Ihrem Schneckenhaus mit URSULA KSCIUK

Begleitung
Freizeitgestaltung



Hilfe und Beratung
zur Erhaltung der
Selbständigkeit



mobil:0160/94755541

**Gemeinsam
bewältigen**

Fon:

089/81303112

Vorstellungsartikel März 2009

Flavia's
World of Beauty



Med. Fußpflege Nagelpflege NailArt 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

Vorstellungsartikel Januar 2008

Das kleine dumbodesign Kreativprojekt

Liebe SendlingerInnen,

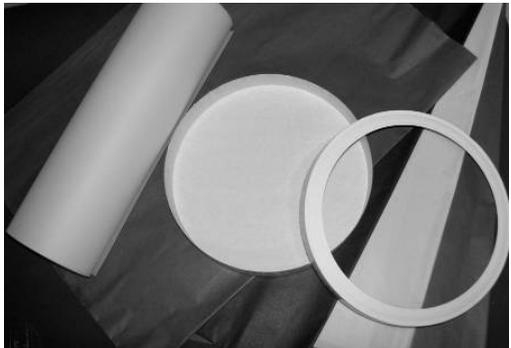
die Tage werden sind spürbar kürzer, der Winter steht schon in der Türe und am 11. November wird St. Martin gefeiert. Die Kinder tun dies mit einem Laternenumzug. Und Laternen möchte ich heute mit Ihnen basteln. Denn eine Laterne verströmt ihre eigene Atmosphäre. So wirkt der kühle Balkon gleich kuschelig. Ihr Wohnzimmer bekommt einen besonderen Glanz, der schon ein bisschen an Weihnachten erinnert.

Das Zubehör bekommen Sie übrigens bei mir am Stemmerhof. Ein Laternenset mit Käseschachtel, Laternenstab, Transparentpapier, Seidenpapier, Teelicht gibt es schon für 3,00 Euro. Für den Laternenumzug habe ich auch elektrische Laternenstäbe (2 Euro)! Bitte denken Sie daran: **Lassen Sie Kerzen niemals unbeaufsichtigt brennen!**

Runde Laterne mit Käseschachtel:

Material:

- 1 Käseschachtel
- Transparentpapier (Laternenzuschnitt)
- Farbiges Seidenpapier
- Mustervorlage
- Schere, Klebestift, Bastelkleber



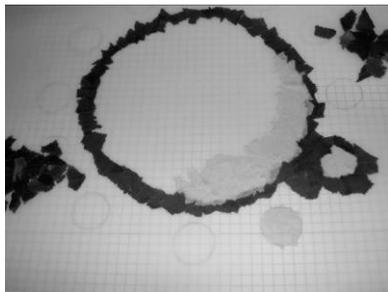
Und los geht's:

Wir beginnen mit dem Transparentpapier. In unserem Beispiel habe ich einen

Laternenzuschnitt verwendet, der sich ca. 2,5 cm überlappt.

Also habe ich hier einen breiten Streifen zum zusammenkleben, den wir nur einfach bearbeiten. Wickeln Sie Ihr Transparentpapier einmal um die Käseschachtel und markieren Sie sich den überlappenden Bereich.

Nun wählen wir uns zwei, drei Farben Seidenpapier aus und reißen es in ca. 2 cm dicke Streifen. Diese Streifen reißen wir in kleine Stücke, die wir



mosaikartig und überlappend auf das Transparentpapier kleben. Dazu habe ich mir ein einfaches Muster auf ein Papier gezeichnet und mit Klebepunkten unter dem Transparentpapier fixiert. Nun klebe ich die Kreise mit gelben Papierstücken aus, die große Fläche in dunkelblau und mache mir Umrandungen in

braun.

Eine weitere Idee: zeichnen Sie zwei Wellenlinien über den Laternenzuschnitt und kleben Sie die drei Bereiche mit gelb, hellgrün und dunkelgrün aus. Oder zeichnen Sie Sankt Martin, reitend mit einem roten Mantel gekleidet.

Sehr schöne Effekte erzielen Sie mit dem guten, alten Scherenschnitt. Ich habe mir einen Streifen schwarzen

Tonpapier in der Länge des Laternenzuschnitts abgeschnitten und mir mit Kreide Elefanten aufgezeichnet. Nun schneide ich die Umrisse in kurzen Bögen aus, so dass sich durch Licht und Schatten die Umrisse von Elefanten ergeben. Ein Skalpell oder Cutter leistet Ihnen hierbei gute Dienste. Wenn Sie einfache Scherenschnitte suchen, dann schneiden Sie sich einen Kreis mit ca. 12 cm Durchmesser aus. Falten Sie diesen zweimal und schneiden kleine Dreiecke in den Falz. Aufklappen und erneut zweimal falten, aber nun so, dass Sie in die Zwischenräume falten. Schneiden Sie auch hier wieder kleine Dreiecke in den Falz. Lassen Sie die Dreiecke von Innen nach Außen größer werden. Das unterstreicht den Charakter des Kreises und wirkt lebendig.



Geben Sie Ihren Ideen Körper und Raum,
Ihre **Anita Schmid**

www.dumbodesign.de
basteln@dumbodesign.de

Atelier am Stemmerhof, Plinganserstr. 6, 81369 München
Do-Fr 14.00 - 19.00 Uhr; Sa 10.00 - 15.00 geöffnet

Servus aus Sendling, ich bin die Vera – Vera Aloe.



Ich darf mich kurz vorstellen. Mein Name ist Vera – Vera Aloe.

Sie kennen mich bestimmt. Schauns doch gleich mal im Bad nach, ich möcht wetten, da findens mich in einer Creme oder einem Duschgel wieder – stimmts?

Mei wissens, ich bin ja eigentlich was ganz besonders. Die Chinesen haben des schon vor über 6000 Jahren gewusst. Zur Wundheilung war ich gut, und sogar als Symbol für Unsterblichkeit bin ich verehrt worden. Und die Ägypterin mit der großen Nasen, wie heißts – die Cleopatra, die hat mich auch sehr geschätzt müssens wissen.

Ich selbst bevorzug ja heut noch meinen Künstlernamen „Lilie der Wüste“ –schön gell? Mei, was war ich beliebt in den 70er und 80ern.

Auf der ganzen Welt war ich unterwegs. Zum Trinken, zum ins Gesicht schmieren, in jeder Form hats mich gegeben. Dann is a zeitlang ruhiger geworden um mich und heut, ja heut blüh ich wieder so richtig auf.

Ob beim Sonnenbrand, bei Wunden oder Neurodermitis. Ich kühl, ich beruhig und ich versorg die Haut mit Vitaminen, Enzymen und Mineralstoffen. Eine jede Falte zieh ich glatt, wenns sein muß.

Über 300 verschiedene Sorten gibt's von mir. Aber brauchens nicht glauben, dass wir alle gleich gut sind. Wenn schon Aloe, dann bittschön die Barbadosensis Miller. Sie ist die beste unter uns und hat die meisten Nährstoffe.

Wenns mich mal besuchen und wissen wollen wie hervorragend ich für Ihre Haut bin, dann kommens mich doch mal besuchen.

Sie finden mich bei Andreas von www.natura-well.de – Beauty und Wellness für Körper, Geist und Seele in der Plingaserstr.25, nur 5 Minuten vom Harras weg.

Übrigens...

am 24. Oktober 2009 von 11-17 Uhr gibt's einen großen Tag der offenen Tür bei natura well

mit vielen Aktions-Angeboten und einem Glaserl Prosecco.

Da treffens mich auch – kommens doch einfach vorbei.

Bis dahin servus aus Sendling – Ihre Vera Aloe.



natura well

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

TAG DER OFFENEN TÜR
24. OKTOBER 2009
11 – 17 Uhr

Andreas Hauzenberger | Plinganserstr. 25 |
81369 München / Harras

Tel. 089 72 06 91 92 |

entspannung@natura-well.de | www.natura-well.de

Der Stadtbereich Süd der Münchner Volkshochschule startet mit zwei neuen Themenschwerpunkten in das diesjährige Herbst/Winter Semester

Im Oktober beginnt wieder das Herbst/Winter Programm an der Münchner Volkshochschule. Wie gehabt können Sie aus einer Fülle von Kursangeboten, Vorträgen, Workshops, Führungen, Stadtviertelthemen, Filmen und Ausstellungen wählen. Im Stadtbereich Süd haben wir in diesem Semester zwei ganz besonderer Themenschwerpunkte zusammengestellt.

Die Veranstaltungsreihe 70 Jahre nach Ausbruch des zweiten Weltkriegs, die wir u.a. mit der Initiative Historische Lernorte Sendling und dem Erzählcafé des ASZ Sendling durchführen, geht der Frage nach, wie es zu diesem beispiellosen Vernichtungskrieg kommen konnte und welche Auswirkungen er hatte.

Bis Ende Oktober zeigen wir in den Räumen der Galerie eigenArt der vhs die Ausstellung „Foto-Synthese: Sendlinger Schauplätze im und nach dem Zweiten Weltkrieg“ von Werner Resch. Am 6. Okt. befasst sich Dr. Peter Dorsch Vortrag „Revision – Expansion – Völkermord“ mit den Wurzeln und Entfaltung des Vernichtungskrieges. Die Radexkursion am 9. Okt. führt Sie auf den „Spuren der Kriegszeit im Münchner Süden“. Am 11. Okt. gibt es eine Stadtteilfehrung zum „Krieg und Kriegsende in Sendling“ mit Leo Brux. „Wie war das damals? Kriegsausbruch in München – Austausch mit Zeitzeugen“ ist Thema des Sendlinger Erzählcafé am 16. Okt. Außerdem bieten wir eine Busexkursion zum Dokumentationszentrum Obersalzberg an, zeigen in Anwesenheit der Regisseure zwei Dokumentarfilme „Vienna’s Lost Daughters“ von Mirjam Unger (Ö 2007) und „Harlan – Im Schatten von Jud Süß“ von Felix Moeller (D 2008), sowie eine Multimediacollage mit Live-Chansons zu dem Textdichter Bruno Balz.

Der zweite Themenschwerpunkt setzt sich mit Religion im Stadtviertel auseinander. Auf dem Programm stehen Führungen durch das türkisch-islamische Zentrum in Sendling, dem tibetisch-buddhistischen Tempel in Fürstenried sowie die Afghanische Gemeinde München. Weiter Informationen dazu bieten die Vorträge „Die Frau im Buddhismus“ und „Islam in Europa“ in Kooperation mit der Initiative Begegnung am Gotzinger Platz sowie ein Beitrag zu „Thomas Manns Erzählung „Das Gesetz“. Wir besuchen den Sendlinger Friedhof und den Waldfriedhof mit seinen Persönlichkeiten der Münchner Stadtgeschichte sowie den alten Israelitischen Friedhof und bieten eine kunstgeschichtliche Kirchenführung zur St.-Margaret in Sendling an.

Ausführliche Informationen zu diesen beiden Schwerpunkten finden Sie im Internet unter <http://www.mvhs.de/3.1/mvhs.de/index.php?StoryID=7522>

Anmelden zu allen mvhs Kursen können Sie sich persönlich im Stadtbereichszentrum Süd, Albert-Roßhaupter-Str. 8, Mo. + Di. von 9 – 13 Uhr und Mi. + Do. von 14 – 19 Uhr, sowie telefonisch, online oder schriftlich.

Ich lade Sie ein in unserem Programm zu stöbern und freue mich, Sie bei der ein oder anderen Veranstaltungen bald bei uns begrüßen zu können.

Antonia Heigl, Stadtbereichsleitung Süd der Münchner vhs

Der Musikstudent

(Autor unbekannt)

Ein Student sucht ein Zimmer.
Als die zukünftige Vermieterin erfährt,
dass er Musikstudent ist,
erlaubt sie den Einzug.

Grund:

Sie hatte schon vorher einen Musikstudenten zur Untermiete,
der zu ihrer Tochter anfangs immer so mozärtlich war,
schließlich immer beethövilicher wurde,
sie beim Händel nahm,
mit Lieszt zum Bach führte
und sich dort nicht brahmsen konnte.

Nun haben sie ein Mendelssöhnchen und wissen nicht, wohindemith.

FLA DESIGN

FRAME4U - EYEWEAR - OUTLET

- Designerkollektionen direkt vom Hersteller
- Brillenparties bei Ihnen zu Hause
- Firmenevents mit Sehtestaktionen
- Sorgfältige Sehstärkenbestimmung und Gleitsichtanpassung ungestört auf Termin

Rufen Sie mich an: Tel. 0179 - 48 60 666

Jürgen Fladung

Augenoptikermeister & Brillendesigner

Boschetsrieder Str.12, 81379 München

E-Mail: juergen@fladung.de



Vorstellungsartikel Februar 2008

Erzählcafé von und mit Elisabeth Kripp

Leider gibt es in dieser Ausgabe kein Erzählcafé.

Elisabeth ist mit dem Fahrrad gestürzt und lag mit einem Oberschenkelhalsbruch im Krankenhaus.

Zur Zeit erholt sie sich in einer Reha-Klinik in Bad Wiessee.

**GUTE BESSERUNG liebe Elisabeth
und komm bald wieder !!!**



Und hier auf vielfachen Wunsch zwei Kopfzerbrecher : Auflösung auf Seite

Wer ist der Tote?

Herr Maier fuhr in seinem Auto gemächlich auf der Autobahn, als ihm plötzlich völlig unerwartet ein anderes Auto entgegen kam, dem er nicht mehr ausweichen konnte. Es kam zum Zusammenstoß, bei dem er aber nur leicht verletzt wurde. Der Geisterfahrer wurde allerdings in seinem Auto eingeklemmt, und konnte erst nach Stunden befreit werden. Dennoch hat er überlebt. Obwohl nur die beiden Autos in den Unfall verwickelt waren, gab es trotzdem einen Toten. Beide Autos hatten keine Beifahrer dabei, aber wer ist der Tote?

Das seltsame Publikum

Über 20 Musiker eines Orchesters spielen gemeinsam vor Publikum, aber niemand hört zu. Warum nicht?



Heilerpraxis Schäfer
80803 München – Schwabing

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

Tel: 089 31859510
Mobil: 0177 6969898

Vorstellungsartikel Dezember 2008

Leckere Kuchen

Partyplatten

Getränke

Leberkäs

Torten

Wurst

Gebäck

Brotzeit



Und ein Lächeln umsonst...

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

Vorstellungsartikel April 2008



Augenfitness Doris Lederer

Augenfitness Doris LEDERER

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

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

Telefon 089 411 35 999

Vorstellungsartikel Januar 2009

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
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, Nestroyst. 2
Lotto-Toto Gabriela Seidewitz, Nestroyst. 2
Das Kleine Backhaus, Alexia APOSTOLIDOU, Boschetsriederstr. 17
Central Reinigung, Aidenbachstr. 30
Jacques Wein-Depot, Lindwurmstr. 124
Eichendorff-Apotheke, Schmuzeustr. 1
Sendlinger Bio Markthalle, Albert-Rosshaupter-Str. 106
Kopfert, Plinganserstr. 24,
StemmerKuchl, Stemmerhof,
Kaffee, Espresso und Barista, Pfeuferstr. 33
Südbad, Valleystr. ,
RIZZO, Schäftlarnstr. 166,
NEU: Getränke Burger, Oberländerstr. 24,
NEU: Getränke Hellas, Thalkirchner Str. 210
und noch mehr ...

**Liebe Freunde von Irmis Leidenschaft,
dem ersten Münchner Frauen Akkordeon Orchester.**

Wir spielen wieder im Fraunhofer und stellen unsere neue CD vor:

Donnerstag, 15. Oktober 09 ab 20.30 Uhr

Freitag, 16. Oktober 09 ab 20.30 Uhr

Samstag, 17. Oktober 09 ab 20.30 Uhr

Einlass ist ab 19.00 Uhr

Die Karten kosten 15 Euro - ab einer Gruppe von 5 Personen kostet die einzelne Karte 12 Euro

Bitte denken Sie daran vorzubestellen, das Fraunhofer ist sehr klein...

Liebe Grüße
von Ihren Irmis

P.S.

Wer **Michaela Dietl live** erleben will, hat am Sonntag, 18. Oktober 09 um 19.00 Uhr die Möglichkeit: Zur Vernissage von Marion Kropp in der berühmt berüchtigten Schrottgalerie Friedel in Glonn:

Anfahrtsweg auf der Internetseite: <http://www.schrottgaleriefriedel.de>

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
Schnitzeltag
versch. Schnitzel
mit Beilagetag
6,66 €

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

Ein kleines Kuss-Gedicht von unbekannt

Der Menschheit größter Hochgenuss
ist ohne Zweifel wohl der Kuss.

Er ist beliebt, er macht vergnügt,
ob man ihn gibt, ob man ihn kriegt.

Er kostet nichts, ist unverbindlich
und vollzieht sich immer mündlich.
Hat man die Absicht, dass man küsst,
so muss man erst mit Macht und List
den Abstand zu verringern trachten
und dann mit Blicken zärtlich schmachten.

Die Blicke werden tief und tiefer,
es nähern sich die Unterkiefer.
Man pflegt dann mit geschlossenen Augen
sich aneinander festzusaugen.

Jedoch nicht nur der Mund allein
braucht eines Kusses Ziel zu sein.
Man küsst die Wange und die Hände
und auch noch and're Gegenstände,
die ringsherum mit Vorbedacht
sämtlich am Körper angebracht.

Auch wie man küsst, das ist verschieden,
im Norden, Osten, Westen, Süden.
So mit Bedacht und mit Gefühl,
der eine heiß, der and're kühl.
Der eine haucht, der and're schmatzt,
als ob ein alter Reifen platzt.

Hingegen wiederum der Keusche
vermeidet jegliche Geräusche.
Der eine kurz, der and're länger,
den längsten nennt man Dauerbrenner.
Ein Kuss ist, wenn zwei Lippenlappen
in Liebe aufeinander klappen
und dabei ein Geräusch entsteht,
als wenn die Kuh durch Matsche geht.



Stauendes Herbstpferd von Anna

A) Herr Maier selbst war der Geisterfahrer. Er fuhr auf der Autobahn in die falsche Richtung, als ihm ein anderes (richtig fahrendes) Auto entgegen kam. Es kam zum Zusammenstoß, bei dem er aber nur leicht verletzt wurde. Allerdings wurde er in seinem Auto eingeklemmt und konnte erst nach Stunden befreit werden. Dennoch hat er überlebt (denn er war ja nur leicht verletzt). Bei allen diesen Angaben ist also von derselben Person die Rede. Der Fahrer im anderen Auto hatte weniger Glück. Er war sofort tot.

B) Die Musiker spielten Fußball.

*Wer zu laut und zu oft seinen eigenen Namen
kräht, erweckt den Verdacht, auf einem
Misthaufen zu stehen.*

Otto von Leixner

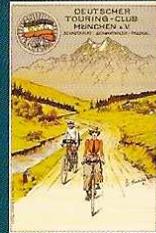


4 Auktionen im Jahr

Wir suchen auktionsfähige Ansichtskarten, Briefen, Ganzsachen sowie ganze Sammlungen, Posten und Nachlässe.

Spitzen-Zuschlagspreise erzielen wir insbesondere bei:

Jugendstil, WW, Bauhaus, Flugpost, Flugtage, Zeppelin, Judaika, Dt. Kolonien, Erotik, Politik, III. Reich, Zigarettenbildalbum, Topographie von Deutschland, Österreich, Südtirol, Balkanländer, Böhmen, Rußland und der ganzen Welt. Ihre Einlieferungen sind jederzeit willkommen. Rufen Sie uns an!



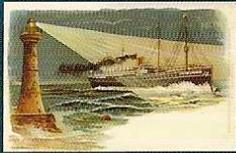
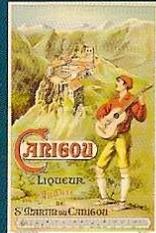
Bestellen Sie unseren Katalog (Vorkasse):
13,- € / Europa 16,- € / Übersee 25,- €
Abo (5 Kataloge) 57,- € / Europa 67,- €



Postbank München
BLZ 700 100 80, Kto-Nr. 0235 726 803
IBAN: DE31 7001 0080 0235 7268 03
SWIFT-BIC: PBNKDEFF

Auktionshaus Meixner

Lindwurmstraße 126a, 80337 München
Tel. 089 / 74 79 03 23, E-Mail: info@meixner.de
www.meixner.de



Herr Meixner stellt sich in der nächsten Ausgabe vor

Kontakt: dein.sendling@yahoo.de

MACHT MIT BEI UNS !

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

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang November 2009

www.mein-sendling.de