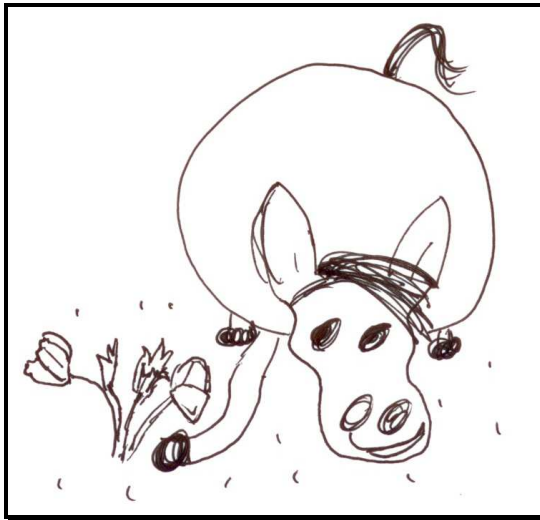


Mein SENDLING

Die Kleine Nachbarschaftszeitung
ist 3 Jahre alt !!



35. Ausgabe - März 2010



Blumenpflückendes Glückwunschkpferd von Anna

Redakteure für diese Ausgabe:

Anna Lefèvre, Bernhard Horwatitsch, Erwin Winter,
Christian Hoffmann, Elisabeth Kripp, Kriemhilde Klippstätter,
Verena Wania, Stefan Bächer, Mein WESTEND, Margarete Buchner,
Heinrich Heine, Johann Wolfgang von Goethe, Dr. H. G. Raasch,
Elfriede Müller, Hannelore aus Ungarn, Buddha, Ilona Zubrod,
Dante-Schülerzeitung, Robert Bentele, Sabine Hoppe

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



Mein SENDLING wird in diesem schönen Monat März
3 Jahre jung.

Ich möchte diese Seite dazu nutzen, allen Lesern,
Nachbarn, Redakteuren und Anzeigengebern meinen
aufrichtigen Dank auszusprechen, denn **DANK EUCH**
wächst unsere Nachbarschaftszeitung kontinuierlich
weiter.

Grosse und kleine Menschen entdecken ihre Lust und
Freude am Schreiben, werden kreativ und öffnen sich.

In diesem Sinne: Wir suchen **IMMER** kleine und grosse
Redakteure, traut **EUCH**!

Mein SENDLING wird in diesem Jahr junge Autoren
fördern mit dem Ziel, ihre Namen irgendwann auf einem
Buchtitel zu entdecken.

Und in diesem Zusammenhang möchte ich ganz besonders
auf die Geschichte: **ZUGEDRÖHNT** von **Stefan Bächer**
auf der Seite 4 hinweisen...

Alles Liebe und viel Spass beim Lesen
Eure Gabriela

INHALTSÜBERSICHT

- 4 Zugedröhnt von **Stefan Bächer**
8 **Mein WESTEND** Seite
9 Gedicht zum 3. Geburtstag von **Mein SENDLING** von **Margarete Buchner**
10 Nachlese Autorenlesung vom 25.02.10 von **Bernhard Horwatitsch**
12 **Hollerbusch** – der Zeit voraus
13 Mein guter Leonhard von **Bernhard Horwatitsch**
17 Gedicht von **Heinrich Heine**
18 Clematis und Kochrezept von **Dr. Hans G. Raasch**
21 Kleine Geschenke erhalten .. von **Elfriede Müller**
21 Gedicht **Johann Wolfgang von Goethe**
22 Leserbrief aus Ungarn von **Hannelore**
23 **Buddha**
24, 25 Unsere Werbeseiten und Impressum
26 Gedicht aus der **Dante-Schülerzeitung**
27 10. Erzählcafé von **Elisabeth Kripp**
31 Nachlese Gesundheitstag von **Sabine Hoppe**
32 Der Zauberer, Fortsetzungsgeschichte III von **Christian Hoffmann**
35 Der Krähenmann von **Verena Wania**
38 Ankündigung **Marion Kropp**
39 Leben zum Mitnehmen von **Ilona Zubrod**
40 Der goldene Schuss von **Kriemhilde Klippstätter**
42 Ankündigung Vortrag und Ausstellung **H-Team**
44 Autorenlesung **Peter Asmodai** im Literaturkeller/Stemmerhof
45 Leserbrief mit Gedicht von **Robert Bentele**
46 Auslegeorte



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



Zugedröhnt von Stefan Bächer

Es ist Freitag. Völlig übermüdet sitze ich an einem frühlingshaften Tag im Februar nach Sonnenuntergang im ICE Köln/München. Der Zug ist völlig überfüllt. Kein Platz mehr. Auch kein Platz mehr für frische Gedanken. Auch kein Platz mehr im Speisewagen. Im Gang stehen Reisende mit ihren Rollis. Um mich herum piepsen Handies, iPhones, und Handhelds. Die Telefon-Tausendsassas mit Internet, Bluetooth und Navigation. Wie sie uns Nokia, Apple und Microsoft bescherten. SMS, Klingeltöne und Handygespräche prasseln auf mich ein. "Ja ich bin im Zug, der Zug ist voll" sagt einer. Meinen Gedankengang übertönend.

Dazwischen Gemurmelt und Worthülsen. Menschen um mich herum.

Zwischenzeitlich habe ich in Frankfurt, Höhe Flughafen einen Sitzplatz gefunden. Immer noch halb übermüdet höre ich immer wieder Klingeltöne, startende Laptops und Wortfetzen von Telefongesprächen. Im Halbschlaf verfolge ich vor mir ein Video auf einem Laptop von einem Zugpassagier, der so im Gang sitzt, daß ich freien Blick auf seinen Laptop habe. Verfolgungsszenen. Irgenwo in einer amerikanischen Stadt. Links neben mir auf der anderen Seite des Ganges hält sich ein Mann mit Vollbart ein Buch ins Gesicht: Kirchenmusik am Hofe Karls IV. Mir fällt ein 1711-1740. Schräg gegenüber vor mir sitzt ein junges Mädchen. Sie ist hübsch. Mit Knutschfleck und Ausstrahlung. Nett. Sie telefoniert. Aber nicht aufdringlich. Denzent, nicht laut. Mit ihrem Freund. "Das ist Einbildung. Ob du mich vermisst, ob ich in Trier oder in München bin. Das ist doch völlig egal," flüstert sie ihm ihr Handy.

Zwischendurch schweift mein Blick auf den Laptop schräg vor mir. Da jagt jetzt gerade ein Helikopter über eine Villa. Dann Szenen mit Maschinengewehren bewaffneten Männern. Zwischendurch kommt immer eine Frau ins Spiel. Eine Klischee Geschichte. Kugelregen durchpeitschen die Luft, Funken sprühen. Ein Feuerball. Schnelle Bildwechsel. Zu schnell für mein Hirn um diese Zeit. Hinter mir spanische Wortfetzen. Eine rauchige Frauenstimme. Gleichzeitig fällt mein Blick auf einen iPod. Damit verkabelt, ein Mann mit einem ovalen Gesicht. Man könnte meinen, er hypnotisiert sich mit seinem Hand-Elektronik. Wie ein Authentist starrt er zur Decke. Jetzt fängt der Mitreisende neben mir an auf seinem MDA virtuelle Kugeln auf seinem Display zu rollen. Er lenkt sich so von der Eintönigkeit der Zugfahrt ab.

Ich hab das Gefühl, meine Gedanken stören. Ich sage nichts. Man traut sich nichts zu sagen. Alle um mich herum sind so sehr in ihre Informationswelten vertieft. Da will man nicht stören. Lieber würde ich mich jetzt unterhalten wollen. Ich habe das Gefühl, jeder um mich herum ist so sehr versunken in seiner eigenen virtuellen Welt, daß niemand etwas sagen möchte. Ich denke darüber nach und spüre, wie die virtuellen Welten meiner Mitmenschen meine reale Welt beeinflusst. Ich spiele mit meinen Gedanken. Wandelt unser Geist zunehmend in virtuellen Welten? Haben wir uns in der realen Welt immer weniger zu sagen? Das stimmt mich traurig. Denke aber dann auch, daß die Feststellung so auch nicht stimmt.

Das Mädchen vor mir gegenüber ist wieder da. Ich freu mich. Sie war zwischenzeitlich im Bordrestaurant und kommt mit einem Sandwich zurück. Zwischendurch höre ich eine Jagdszene. Sie kommt von links. Ein Junge mit Kopfhörer im Ohr hält ein kleines Gerät und starrt auf den Bildschirm. Mein Blick wandert wieder zu dem Mädchen. Ich schau ihr ins Gesicht. Unsere Blicke treffen sich. Meine reale Welt regt sich. Meine reale Welt lebt. Als könnte Sie Gedanken lesen, lächelt sie mir zu und schlägt eine Zeitschrift auf. Ein flüchtiger Blick auf Ihre Zeitschrift verrät: Seit einem Jahr können sich Zuschauer an Maybrit Illmers Sendung aktiv beteiligen.

Zwischendurch dröhnt mir "thank you for traveling mit Deutscher Bahn" ins Ohr.

Lern.Werk®

Wissen auf den • gebracht



Dr. Oliver Leffler
und sein Lern.Werk®-Team aus der
Karwendelstraße 27,
gleich hinter der Post am Harras!

Bürozeiten Montag bis
Freitag von 14.00 Uhr
bis 18.00 Uhr,
in den Ferien wechselnd
und nach Vereinbarung.

**Unverbindliche Infor-
mation u. Beratung:**

Karwendelstraße 27
(Am Harras)

81369 München

Tel. 089/72018064 -

Fax 089/72018163

e-mail: Lern.Werk@lern-werk.info

www.lern-werk.info

Ich bin mittendrin. Mittendrin in einer virtuellen und gleichzeitig realen Welt. Wissenschaftliche Zeitgenossen nennen das Informationsgesellschaft. Ein Info-Gesellschaft, die immer wütender wird: Informationswütige Newsletter, penetrante Angebote, und Werbemails. Neudeutsch "Content" überall. Man könnte auch sagen, die Infogesellschaft wird immer penetranter: Wenn ich meine Emails lesen will, muß ich erst entsorgen. Zuerst, all die Infos, die ich nicht lesen will. Früher war das anders. Da kam ich erst zum Wesentlichen, dann kamen die Unterhaltungs-Infos. Die Info-Welt steht Kopf. Während meine Gedanken kreisen erhalte ich zwei SMS. Vorstandssitzung von meinem Sportverein. Ich komme zu spät, schießt es mir durch den Kopf. Wie so oft in letzter Zeit, seit ich die Woche über in Köln arbeite. Volker meldet sich. Er kann auch nicht kommen. Ich reflektiere: Wir melden uns ab und melden uns an. Wir kommunizieren wie ferngesteuerte Kreaturen: In unseren Beziehungen, mit Kollegen und unseren Vorgesetzten. Wir machen alles mit Information. Wir lassen uns Unterhalten. Zuhause auf dem Sofa, in der Hotel-Lounge mit n-tv und Infotainment, im Auto auf der Fahrt von A nach B. Information und Berieselung überall. Was mir fehlt sind die Verbindlichkeiten in einem Gespräch die man hat, wenn man jemandem in die Augen schaut.

Berieselung und Infos überall. Früher war es überwiegend Musik. Musik im Fahrstuhl, Musik im Flieger. Daran haben wir uns gewöhnt. Jetzt sind es zunehmen Wortfetzen, Infotainment und noch mehr Berieselung. Man kommt nicht mehr ohne sie aus. Fällt eine Informationsquelle aus, überfällt uns ein Unbehagen. Ja, bis hin zur Panik. Verbunden mit dem Gefühl, daß etwas nicht mehr stimmt. Das suggeriert uns das Gefühl der Gewohnheit. **Die Angst vor der Stille.** Wir können nicht mehr ohne Berieselung sein.

Die dröhnende Infogesellschaft. Überall und gleichzeitig. Im Bistro, im Bus, in der Bahn, auf Facebook, auf Fastfood TV und im Fitness-Studio. Seit neuestem erhalte ich auch Info-Mails und nicht angeforderte Newsletter auf mein Handy. Manchmal könnte man meinen, wir informieren uns zu Tode.

Ich spüre, ich schreibe mich frei. Zugeschüttet von Gedankengängen anderer Menschen suche ich meine Gedanken. Meine eigenen. Meine eigenen Assoziationen, meine Phantasie, meine Gedanken. Ich will sie entwickeln und nicht töten lassen durch Infomüll von außen.

Während ich schreibe fühle ich nach, was auf mich einströmt. Es ist wohltuend. Es ist meine innere Stimme. Nicht die Stimmen des

Ratgeberprogramm oder des Infomagazins. Aber um das so empfinden zu können, brauche ich Ruhe. Meine Ruhe. In der Zwischenzeit ist der Zug leer und still geworden. Ich bin fast in München. Keine Klingeltöne mehr. Das Mädchen hat in der Zwischenzeit Ihre Beine hochgelegt und ist in ihrem Buch versunken.

21:48 ICE 613 Köln - München, Höhe Augsburg



Stefan Bächer und Margarete Buchner

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

Mein WESTEND

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



**Bioresonanz/
Clark-Therapie**

**Naturheilpraxis
Heike Habermann**

**www.naturheilpraxis-
habermann.com**

heike.habermann@gmx.de

Vorstellungsartikel September 2009

Gönne dir einen Augenblick der Ruhe und du begreifst,
wie närrisch du herumgehastet bist.

Lerne zu schweigen und du merkst, daß du viel zu viel geredet hast.
Sei gütig und du siehst ein, daß dein Urteil über andere all zu hart war.



Selbstverteidigung für Erwachsene
Kinder und Senioren

Heimeranstr.58
80339 München

Tel. 089/ 50 83 17 oder 0151/ 59923105

Vorstellungsartikel Dezember 2009

Zum 3. Geburtstag von Mein SENDLING

Von Margarete Buchner

*Zart sprießt es aus der Schwärze dieses Topfes,
immergrün die Hoffnung desgleichen sein Blatt,
Lorbeer dankt der Idee deines weiblichen Kopfes,
der Mein SENDLING als Druck frisch geboren hat.*

*Drei durstige Jahre, Schweiß, Betteln und Mut,
Ideen aufgefädelt, getrennt, Termine geplant,
wieder verworfen; die Vielfalt tat übrigens gut,
die den Blick auf Nachbarn liebevoll gebahnt.*

*Die Werbung zum Wachsen als nährreicher
Humus, und Finanzspritzen dringend für
gedeihlichen Dung, die Sonne der Tatkraft
als permanenten Zuschuss, erhalten Pflänzchen
gesund und die Gründerin jung,*

*damit beide glänzende Kontakte als Früchte
tragen, die keine Blattlaus
noch Kälte der Seele vermiest.*

*Es gratuliert München samt Ude mit Wohlbehagen
und dass das Projekt zum Weltblatt ersprießt.*



Kosmetikstudio

Beauty & More

Montag 10.00 - 16.00 Uhr

Dienstag, Donnerstag und Freitag

10.00 - 18.00 Uhr

Mittwoch 10.00 - 14.00 Uhr

Samstag 09.00 - 13.00 Uhr

Telefon: +49 89 76 70 12 59

KLIVUSKANTE GOES WIRTSHAUS

eine gemeinsame Lesung von:

MEIN SENDLING mit der Literaturzeitschrift KLIVUSKANTE

Die inspirierende Quelle der Literatur – wie überhaupt der Kultur – ist nicht die Welt, sondern die Region, der überschaubare Ort, die erfahrbare Nähe – schrieb Siegfried Lenz einmal in einem Essay.

Diesen Satz hätte man als Motto nehmen können, für die erste gemeinsame Lesung von **Mein SENDLING** und der **Literaturzeitschrift KLIVUSKANTE**. Beide Zeitschriften sind ja Gewächse der Region und durch die Region zusammengekommen. Mein SENDLING als Nachbarschaftsprojekt, und die KLIVUSKANTE als Freundschaftsprojekt.

Und so trafen sich am 25. Februar im Schlachthofviertel (im Schmeller Wirtshaus) die Autoren Verenia Wania, Hans Raasch und Hans D. Boeters um ihre literarischen Texte vor Publikum vorzutragen. Wolfenbüttel, Lenggries und Berlin (Herkunftsorte der Autoren) bildeten den Makrokosmos im Mikrokosmos des Münchner Stadtbezirks II (Ludwigvorstadt-Isarvorstadt). Alle Autoren trugen ihre Texte professionell und dabei charmant vor. Es war ein Genuss zuzuhören.



Verenia Wania

Die Texte handelten von einem Krähenmann mit eigenwilligen Ratschlägen (hier in dieser Ausgabe zu lesen), von einem Krieg zwischen Schulbuben, von Flucht, Russen und Doggen, von morgendlichen Einflüsterungen, dass „ohne Moss nix los“ sei, von „Judenschtricken“, und von einem Nachtrag auf Papierserviette.



Dr. Hans G. Raasch

Kleine Musikeinlagen von finnischen Speerwerfern, indigenen Protestsängerinnen, Bielefelder Retro Doo Wops, und einer gefährlichen, düsteren Frau im schwarzen Kleid, lockerten die bunte und muntere Lesung auf.

Nach der Lesung saßen die Autoren mit dem verbliebenen (insgesamt zahlreich erschienen) Publikum noch beisammen und man lernte sich kennen. In der Tat: die Region wurde zur inspirierenden Quelle.

Insgesamt wurde aus der ersten gemeinsamen Lesung von **Mein SENDLING** und der **KLIVUSKANTE** ein gelungener Abend und man kann nur hoffen, dass weitere solche Leseabende stattfinden werden. Denn die Region lebt auf, gewinnt an Format und Substanz durch solche Veranstaltungen.

Besonderer Dank gilt dem Wirt des Schmeller Wirtshauses für die kostenlose Bereitstellung des Nebenraums und natürlich den Autoren **Verena Wania, Hans G. Raasch und Hans D. Boeters**, die für Gotteslohn, Ruhm und Ehre ihre Texte phantastisch vorgetragen haben.



Dipl. - Ing. Nuray Kayakiran

Welserstr. 1
D-81373 Muenchen

Tel. 089-5484 3568
Mobil: 0176-21 866 109

Email: Nuray@derFigurCoach-Nuray.de

<http://derFigurCoach-Nuray.de>

Hollerbusch - der Zeit voraus !

Regionalität und Frische kein Euro -Großkonzern

Wir versuchen regional und lokal mit den Bio-Herstellern, Bauern, Gärtnereien und Großhändlern zusammenzuarbeiten.

Wir fahren 2-3 mal in der Woche auf Biomärkte zu unseren Freunden aus der Region, mit denen wir unser Sortiment saisonal ergänzen.

Z.Zt. hauptsächlich mit Gemüse.

Unsere täglich uns beliefernden Bäcker sind aus München oder aus der Region, nicht aus Österreich, wie in vielen Bio-Supermärkten.

Einer unserer Bäcker wurde in die Nationalmannschaft Deutschland gewählt, nicht im Fußball.

Schaut einfach mal vorbei. Hollerbusch natur pur.
Demeter, Naturland, Bioland, Biokreis Ostbayern...
Verbände und wir, die mehr als Euro-Bio bieten.



Erwin
Winter

HOLLERBUSCH

biomarkt sendling,
daiserstr. 5
tel.: 77 64 74

biomarkt.sendling@gmx.de

Mein guter Leonhard

 von Bernhard Horwatitsch

"Mein guter Leonhard..... du Schuft. Wenn du nach Hause kommst kannst du was erleben. Mich so lange alleine lassen." Frau Geisberger stellte das Bild zurück. Es fiel um, der Rahmen war zerschlagen. Etwas Staub wirbelte auf. Das Bild zeigte einen jungen Mann in Soldatenuniform. Er sah sehr ernst drein. Das vergilbte Schwarz-Weiß der Fotografie ließ ihn noch ernster dreinsehen. Die alte Frau erhob sich aus dem Rokocosofa und schlürfte zum Wohnzimmerschrank. Aus einer Vitrine holte sie sich eine Flasche Eierlikör und ein kleines, verstaubtes Schnapsglas. Sie füllte das Glas und stellte es neben die Fotografie. Dann trottete sie zum Badezimmer. Unterwegs stieß sie am Türrahmen an. Sich den Arm reibend ging sie weiter. Fast tastend erreichte sie ihr Ziel: Das Badezimmer. Sie öffnete den Alibert und fischte schnaufend ein Pillendöschen heraus, drehte den metallenen Deckel ab und tropfte grüne, ovale Pillen in ihre Hand. Die linke Hand hielt sie in Segnungsgestus. Sie konnte die Hand weder ganz öffnen noch ganz schließen. Die grünen, ovalen Pillen rollten die knochige Rinne (ihre ehemalige Lebenslinie) entlang und kullerten zu Boden. Winzigen Murmeln gleich, verteilten sie sich auf den Fliesen. Die alte Frau sah den Pillen nach.

"Ach, wie ungeschickt", sprach sie laut. Sie verharrte. Die rechte Hand hielt die geöffnete Pillendose und die linke Hand wies starr zu Boden. Nach einigen Sekunden machte sie einen Schritt zurück, dann wieder vorwärts. Sie stieß sich am Waschbecken. Vorwurfsvoll betrachtete sie die Stelle an der sie sich gestoßen hatte. Sie stellte das Döschen an

ANTONIUS *Tenne*

*Keines uriges Gasthaus
im 1.Stock*



halt 2. Mail

Tel.: 77 39 64
Plinganserstr. 10
81369 München

Mittwoch's und Donnerstag's
Ab 19.00 Uhr
direkt frisch aus dem Ofen:
Große Portion, saftig, mager und zart aus der Schulter.
Schweinebraten mit vescher Kruste,
Dunkelbiersoße, großem Kartoffelknödel
und Krautsalat € 8,90

Öffnungszeiten:
Mi.Do.So.: 18.00 - 24.00 h
Fr.Sa.: 18.00 - 4.00 h
Mo.Di.: geschlossen

Unser Tipp: Nach Konzert oder Theater
Freitag & Samstag
Schlemmen bis 2.00 Uhr früh

www.antonius-tenne.de

Vorstellungsartikel Februar 2010

den Waschbeckenrand, bückte sich nach den Pillen, doch ein Schmerz fuhr ihr in die Hüfte. Ruckartig richtete sie sich auf und wischte mit der Hand das Pillendöschen vom Waschbeckenrand. "Ach... das... wo ist nur... das Dings, das...", stotterte sie. Etwas Schweiß stand ihr auf der Stirn. Sie verließ das Bad wie es war, Alibert geöffnet, Pillen und Pillendöschen auf den Fliesen verteilt.

In einer Pappschachtel, die neben dem Sofa stand, wühlte sie nach Briefen. Sie fand einen Brief, rückte die Brille zurecht und legte den Brief zur Seite. Sie entdeckte das volle Schnapsglas und trank es aus. Sie schüttelte sich wie ein nasser Hund.

"Der Leonhard...", sagte sie laut und schwieg eine Minute. "Der Leonhard...", wiederholte sie, "wenn er kommt und er kommt bald, dann heiraten wir. Das Töchterchen ist schon unterwegs." Sie rieb sich den Bauch. "Die Mutter wird schon nichts merken." Sie fing an zu summen, erst leise dann immer lauter, erst das Wolgalied und dann einen Marsch. Sie lachte laut auf. Mit dem plötzlichen Ringen der Türglocke verstumme die alte Frau Geisberger.

Zuerst öffnete sich die Türe nur einen kleinen Spalt. Vom fahlen Licht im Hintergrund beschienen wirkte das alte Gesicht gespenstisch.

"Ja?" ließ sich die alte Frau Geisberger vernehmen.

"Ich bins, die Gerti."

"Gerti?"

"Ja, die Gerti, die den Einkauf bringt, so machens doch auf Frau Geisberger." Die Tür ging zu, es raschelte etwas und dann ging die Tür ganz auf. Frau Geisberger war grau. Ihre Kleider waren grau, die Wohnung war grau. Gerti glaubte, sich in einem Schwarz-Weiß-Film zu befinden. Jetzt war auch sie grau. Die kurzsichtige alte Frau ging ganz nah an sie heran. Fast berührten sich ihre Nasenspitzen. Gerti spürte die trockene Spitze der alten Nase an ihrer Nase. Nase an Nase sagte die alte Frau: "Gerti?"

"Ja, Gerti", antwortete Gerti. Dann trennten sich ihre Nasen. Gerti hatte den alten Atem gerochen und einen Anflug von Übelkeit unterdrückt. Die alte Geisberger schlürfte vorneweg den Gang entlang, Gerti mit ihrer Einkaufsstüte hinterher. Seit einem halben Jahr besuchte sie die alte Frau regelmäßig, erledigte deren Einkauf, wusch die Wäsche und räumte etwas auf.

"Stellens den Einkauf da hin", krächzte Frau Geisberger. Sie waren in der Küche angekommen. Das Geschirr von einer Woche pappte im Ausguss fest. Es roch nach altem Fleisch. Die Essensreste waren teilweise schimmelig.

"Ich muss wohl zweimal in der Woche kommen", dachte sich Gerti, während sie den Einkauf sortierte, einen Teil in den Kühlschrank

packte, wo sie eine Zahnbürste, Zahncreme und seltsamerweise eine Geldbörse fand.

"Was machen's denn da?" Frau Geisberger stand hinter ihr und äugte kurzzeitig über ihre Schulter.

"Ich räum die Sachen in den Kühlschrank", antwortete Gerti, was zur Hälfte gelogen war. Gerti brachte die Zahncreme und die Zahnbürste ins Bad. Die alte Frau tapste ihr hinterher. Sie war jetzt immer einen Schritt hinter Gerti und beobachtete alles, was sie tat. Zumindest versuchte die kurzsichtige Alte es, einfach, um ihre Würde zu wahren, die ihr langes Leben ihr zu nehmen drohte. Auf den Fliesen im Bad huschten, aufgeschreckt durch das angeknipste Licht, die letzten Silberfischchen in ihre Behausungen, winzige, kaum sichtbare Ritzen in den Wänden. Aus der im Kühlschrank gefundenen Geldbörse nahm sich Gerti die 36 Euro, die der Einkauf gekostet hatte. Immer im Rücken die alte Frau Geisberger, mit der monotonen Frage: "Was machen's denn da?" Nach einer Stunde war Gerti mit dem größten fertig und verabschiedete sich von der alten Frau.

"Wollens schon gehen?" war jetzt die Frage. "Ich mach ihnen gern noch an Kaffee." Aber Gerti wollte raus, bedankte sich höflich und verschwand aus dem Schwarz-Weiß-Film. Als sie durch den dunklen Hausflur in die sonnige Winterkälte trat, musste sie blinzeln. Erst jetzt fiel ihr auf, dass die alte Frau Geisberger alle Jalousien geschlossen hatte. Bei einer Filmvorführung ist es dunkel. Der alte Schwarz-Weiß-Film spulte seine letzten Zelluloid-Bilder herunter, eh man das Kino für immer schloss. Gerti sah an sich herunter. Sie trug eine schwarze Keilhose und einen orangefarbenen Anorak. Der Anorak kam ihr grotesk vor. Mittlerweile hatte ein Schneetreiben eingesetzt und die Kälte biss sich in ihr Gesicht.

Sie war aufgewacht von ihren Bauchschmerzen.

"Wahrscheinlich setzen jetzt die Wehen ein", dachte sich Frau Geisberger. Sie zupfte und zerrte an einem Wickelrock, tat ganz umständlich, sie glaubte ja, sich in anderen Umständen zu befinden.

"Es wird Zeit, ins Krankenhaus zu gehen." Sie freute sich auf die überraschten Augen Leonhards, wenn der aus dem Krieg zurückkommt und ein Töchterchen vorfindet, dass sie ganz alleine geboren hat. Sie kramte aus dem Schrank eine Blusenjacke im Trachtenschnitt. Die Kleider kamen ihr zu eng vor. Über dreißig Jahre hatte sie das nicht mehr angehabt. Feste Halbschuhe und einen leichten Sommermantel. Dann raus.

Seltsamerweise froh war sie überhaupt nicht, obwohl der Sommermantel alles andere als winterfest war. In freudiger Erwartung einer Niederkunft parlierte die alte Dame durch den Schneematsch. Ohne Zeitgefühl, es war schließlich ein Uhr nachts und kein Mensch weit und breit auf der

Straße, ging sie gefühlsgesteuert von Laterne zu Laterne. Ihr Ziel war das Krankenhaus. Aber sie machte sich nichts aus dem wirklichen Krankenhaus von dem sie keine Ahnung hatte, wo es sich befindet. Die imaginäre Schwangerschaft, das imaginäre Krankenhaus, der imaginäre Leonhard, kurz: Frau Geisbergers Hologramm-Welt.

Der Taxifahrer staunte nicht schlecht, als er mitten in der Nacht an seinem Taxistand im dichten Schneetreiben eine sehr leicht bekleidete alte Dame vorfand.

Er staunte noch mehr über die Umstände, in denen sich die Dame zu befinden behauptete. Er packte die Dame und fuhr sie zur nächstbesten Krankenhausambulanz. Sollten die das Wunder feststellen, in dem sich diese Dame zu befinden glaubte. Die Dame bedankte sich herzlich. Aber der Taxifahrer schwor sich, in nächster Zeit keine alten Damen mehr zu chauffieren, die in anderen Umständen sind, weil diese für gewöhnlich kein Taxigeld bei sich tragen, und der unverschämte junge Arzt ihn nur achselzuckend verscheuchte.

Seine Frau fühlte sich bestätigt, ihren Mann für ein Weichei zu halten, als sie die Geschichte hörte. "So können wir uns nie einen Urlaub am Meer leisten."

Geschichten verbreiten sich unter Taxifahrern sehr schnell. Die meisten Taxifahrerehefrauen wünschen sich sehnlichst einen Urlaub am Meer.

Aus diesen Gründen dürfte es seit der alten Frau Geisberger sehr selten geworden sein, dass alte Damen in anderen Umständen von Taxifahrern chauffiert werden, noch dazu wenn sie leicht bekleidet sind, mitten im Winter.

Nur wenige Stunden nachdem der diensthabende Arzt der alten Frau Geisberger ein paar Liter Natriumchlorid in die Venen getropft hatte, ließen ihre Wehen nach und sie schlief entspannt ein. Regelmäßig einen Messbecher voll von einem süßlichen Saft und die Umstände hörten ganz auf. Zu einer Niederkunft kam es infolge der medizinischen Fürsorge nicht.



**Naturheilpraxis und
Physiotherapie
Valentin Kirchmann
Marsstraße 14 b
80335 München
089 – 960 858 52**

<http://www.mein-sending.de/page-kirchmann.html>

www.arthrose-ganzheitlich.de

HundeSchulenMenschen



BeziehungsorienTIERtes

teamtraining Mensch & Hund in Sendling

- **Gruppenkurse für Mensch & Hund**
Kurse für Klein & Groß, Anfänger & Profis
- **Einzeltraining/-beratung**
- **Lösungsorientierte Hundeverhaltens-**
therapie
- **teamcoaching** – Persönlichkeitsentwicklung
mit dem eigenen Hund
- **Seminare & Trainerausbildung**

Die aktuellen Kurse:

7.3.
Erste Hilfe beim Hund
13.-14.3.
Locker Leine laufen
lernen für Anfänger
16.-18.4.
Nasensarbeit für
Einsteiger
Jeden So.: Weipen-
und Junghundekurs

Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihre Email!

www.symbiosys-teamtraining.eu • teamtraining@symbiosys.eu

symbiosys teamtraining
Mensch & Hund

Adresse:
Valleystraße 49, 81371 München
Tel. (089) 3815 39-170

Ihre Ansprechpartner:
Sieranka Eckhardt Tel. (089) 3815 39-184
Dr. Uta Winkelheide Tel. (089) 3815 39-183

**Dass ich dich liebe, oh Möpschen,
das ist dir wohlbekannt.
Wenn ich mit Zucker dich füttrte,
So leckst du mir die Hand.
Du willst auch nur ein Hund sein,
Und willst nicht scheinen mehr;
all meine übrigen Freunde,
verstellen sich zu sehr.**

Heinrich Heine

Clematis, die Waldrebe von Dr. Hans G. Raasch,

Es gibt wohl keinen Buben im Isarwinkel, der mit der Waldrebe nicht Bekanntschaft geschlossen hätte. Die getrockneten Clematisstängel werden zwischen den Trieben abgeschnitten und eignen sich wegen ihren durchgehenden Gefäßen hervorragend als Rauchereinstiegsdroge und - sie kosten nichts. Leider hat die Lianenart durch den Wirkstoff „Protoanemonin“ einige in dieser Geschichte geschilderte Nebenwirkungen.

An einem grauen Herbsttag muss Anderl nach der Schule auf der Weide außerhalb des Dorfes die Rinder seines Vaters hüten. Zwei seiner Schulkameraden haben sich mit ihm verabredet. Sie wollen ein Feuer anzünden und frisch aus der Erde genommene Erdäpfel braten, welche Kurt von Mutters Kartoffelacker „organisiert“ hat. Holzreisig wird aufgetürmt und schon flackern die Flammen. Eine Glut bildet sich - es wird Zeit, die Erdäpfel hinein zu schmeißen. Das Feuer wehrt sich gegen die dürrig gereinigten Kartoffeln, es haftet noch Erde an Ihnen. Erst flackert es unruhig, schließlich glüht es gleichmäßig weiter. Während die Ackerfrüchte schwarz werden und garen, zapft Anderl die Resi, eines seiner Milchrinder an. Mit geübter Hand zielt er die aus den Zitzen gepressten Milchstrahlen genau in die längst geleerte Wasserkanne. Für die Erdäpfel das passende Getränk. Später sitzen die drei Freunde mit schwarz verschmierten Gesichtern rund um das Feuer. Das Essen scheint ihnen gemundet zu haben und sie sind mit sich und der Welt zufrieden. Heute soll der erste Rauchversuch der Buben stattfinden. Deshalb holt Loisl, der dritte der Kameraden, eine Anzahl gedörrter „Judschtrick“²⁾ aus seinem Hosensack und bietet sie den beiden Anderen an. Ein brennender Ast wird aus dem Feuer gefischt und die Ersatz-Stumpen durch kräftiges Ziehen zum Glühen gebracht. Sobald sich der erste Rauch in den Mündern der Knaben entwickelt, fangen sie laut an zu husten. Langsam beruhigen sich die Bronchen. Keiner will zugeben, wie fürchterlich die Glimmstängel auf der Zunge brennen. Loisl weiß von dieser Sache am meisten, weil sein Vater leidenschaftlicher Zigarettenraucher ist. Er nimmt einen tiefen Zug aus dem Jutenstrick, inhaliert den Rauch in die Lunge hinein und lässt ihn durch die Nase wieder hinaus. Die beiden Anderen machen es dem Loisl nach. Aber das geht nicht lange gut, denn Clematis Rache trifft die drei erbarmungslos. Zuerst erwischt es den Kurt. Plötzlich und ohne Vorwarnung wird er graugrün im Gesicht, er würgt sich. Dann kommen die verspeisten Kartoffeln denselben Weg zurück, wie sie vorher hinab geschlungen wurden. Es geht ihm

schon besser, als Loisl und Anderl gleichzeitig an der Reihe sind. Loisl kann seine Lederhose gar nicht schnell genug herunter bekommen, so böse hat der Durchfall zugeschlagen. Am schlimmsten erwischt es den Anderl. Von oben und unten fängt es gleichzeitig an. Vor lauter Übergeben merkt er gar nicht, dass es auch in die Hose geht. Langsam erholen sich die Buben und eine längere Beratung beginnt, wie das „corpus delicti“ aus den Lederhosen des Anderl zu entfernen sei. An einem nahegelegenen Bach wird der Versuch unternommen, Ober- und Unterhose zu reinigen. Dies gelingt den Knaben ganz gut, nur muss Anderl die Sachen nass anziehen. Dies hat den Vorteil, dass sie durch die Körpertemperatur schneller wieder trocken werden. Die Burschen nehmen sich gegenseitig den Schwur ab, keinem ein Sterbenswort von dem Abenteuer zu erzählen. Kurt und Loisl wundern sich nicht, dass Anderl tags darauf nicht in die Schule kommt. Eine Erkältung mit Fieber zwingt ihn, Bettruhe einzuhalten. In einigen Tagen wird er wieder gesund sein. Das Rauchen ist den Knaben vorerst gründlich vergangen und es wird lange dauern, bis sie dies wieder versuchen.

Folienkartoffeln mit Sauerrahm und Forellen-Kaviar

Und noch ein Rezept von Dr. Hans G. Raasch



Einkaufsliste:

*4 große Kartoffeln (mehlig kochend)
Alufolie und Forellenkaviar*

KLEINE GESCHENKE ERHALTEN...

Sturmläuten.

Ich mag jetzt nicht öffnen und rühre weiter im Gemüseintopf. Mit dem Blick fixiere ich das knallbunte Ungetüm auf dem Gewürzbrett über dem Herd.

Es scheint - in verschiedenen Neonfarben leuchtend - aus einer anderen Welt zu kommen.

Wir haben uns daran sattgesehen. Und dem Etikett auf der Cellophanverpackung trauen wir auch nicht so recht, es verheißt in fettem Golddruck: "alles essbar, Lebensmittelfarben aus aromatisierten Naturprodukten".

Aber der Hase im pinkfarbenen Nest, umgeben von regenbogenfarbenen Eiern, ist gar zu giftgrün, um appetitlich zu wirken...Trotzdem ist uns das österliche Marzipankunstwerk zum Aufessen einfach zu schade.

Natürlich hatten wir uns am Wochenende gefreut über das Geschenk von Frau Guterding, der Nachbarin.

Strahlend brachte sie es, als Dankeschön für unser Blumengiessen während ihres Skiurlaubes.

"...aber nein, Frau Guterding, Sie sollen doch nicht...",

"...doch, doch, es kommt ja von Herzen...".

Seitdem ziert das kunterbunte Osternest meine Küche.

Das erneute Klingeln reißt mich aus dem Sinnieren jäh in die Gegenwart zurück.

Diesmal öffne ich die Türe - und vor mir steht der andere Nachbar, Karl. Kurz und bündig bringt er sein Anliegen vor -

er möchte den Treppenhausputzdienst mit mir tauschen. Da kommt mir blitzartig die zündende Idee - ich bitte

Karl herein und führe ihn in die Küche. Gottseidank...auch sein Blick bleibt sofort am Osterhasennest kleben.

"Gefällt es Dir?" frage ich scheinheilig. "Ja, sehr schööön..." meint er zustimmend.

Mit einem "Es ist für Euch" kredenze ich ihm das Kunstwerk. Damit hat er offenbar nicht gerechnet.

"...das braucht es doch nicht...", "...oh, doch, es soll Euch Freude machen...".

Als Karl gegangen ist, fühle ich mich erleichtert, aber auch stolz, die `Sache` zwar nicht aus dem Haus, aber immerhin aus der Wohnung geschafft zu haben.

Erledigt.

Seele, sei noch einmal stark, die Post muss heraufgeholt werden - ich erwarte einen eher unangenehmen Brief.

Gleich einmal nachschauen, die Treppe heruntersausen...da stockt mir fast der Atem.

"Hallo, schau`mal, was ich da bekommen habe" kracht mir die vierjährige Gundi freudig und aufgeregte vom Hauseingang herkommend entgegen, "das schenke ich jetzt der Oma". Sie hebt etwas zu mir hoch, das fast halb so gross ist wie sie selbst. Es ist ein grellbuntes Etwas - und...es ist doch tatsächlich - `unser` Osternest aus Marzipan. Mir schiesst das Blut in den Kopf, denn:

Gundi ist die Enkelin von Frau Guterding, der Nachbarin - und die hat uns doch den Hasen nebst Eiern...uff.

Trotz meiner Erstarrung schaffe ich es gerade noch, bevor ich zerknirscht in die Wohnung zuruckschleiche, Gundi nachzurufen:

"Eine Frohe Osterzeit für Euch" .

von **Elfriede Müller**, Sendlingerin und Journalistin

Über allen Gipfeln
Ist Ruh,
In allen Wipfeln
Spürest du
Kaum einen Hauch;
Die Vögelein schweigen im Walde.
Warte nur, balde
Ruhest du auch.

Johann Wolfgang von Goethe

GUTSCHEIN ab 18h00
FÜR 1 Glas PROSECCO oder
ein 0,2l Glas alkoholfreies Getränk

Ausschneiden oder mit Mein SENDLING direkt zu uns kommen.



Lindwurmstr. 167 in 80337 München

Tel. 76 77 57 12

Mo - Fr: 11.00 - 15 Uhr und 18h00 - 22.30 Uhr

Sa. So. Feiertag 18h00 - 22.30 Uhr

Vorstellungsartikel Oktober 2009

Leserbrief aus Ungarn

Hallo Gabriela,

immer wieder freue ich mich, wenn ich aus Sendling Post bekomme, und gerne würde ich Eure Veranstaltungen besuchen, aber ich wohne ja in der ungarischen Tiefebene, und komme, da meine Mutter vor einem Jahr gestorben ist, nicht mehr so oft nach München.

Ich möchte aber weiterhin Deine Nachrichten erhalten, und vielleicht klappt es ja mal, dass ich zufällig bei einem Event in München bin. Das nächste Mal wird wahrscheinlich Ostern sein.

Noch ein paar tolle närrische Tage in München
wünscht Hannelore aus dem ungarischen Tiefland



Die winterliche Theiss –zugefrozen zur Freude aller Wintgerfreunde

Wissenswertes über die Region Theiss in Ungarn

Etwa hundert Kilometer östlich der Hauptstadt Budapest liegt der Theiß - See, der zweitgrößte See Ungarns.

Der See ist seit Ende der 70er Jahre Naturschutzgebiet und ist eines der größten Vogelreservate Europas.

Besonders im Herbst kann man hier wunderbare Bootstouren unternehmen und die mehr als 150 verschiedenen Vogelarten bewundern.



Der See mit seiner 127 Quadratkilometer großen Wasseroberfläche ist durch das Anstauen des Flusses Theiß entstanden und bietet auch schöne, ausgebaute Strände und Möglichkeiten für Wassersportler. Die Stärke der Region ist sicherlich ihr Abwechslungsreichtum, denn sowohl für Erholungssuchende, Sportbegeisterte und Naturfreunde ist hier etwas zu finden.

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

Unser ganzes Dasein ist flüchtig wie Wolken im Herbst;
Geburt und Tod der Wesen erscheinen wie Bewegung im
Tanz. Ein Leben gleicht dem Blitz am Himmel, es
rauscht vorbei wie ein Sturzbach den Berg hinab.

BUDDHA

Ein schöner Rücken kann nur entzücken

Physiotherapie
Präventionstraining
medical Wellness
Bernd M. Linhart
wenn er nicht wehtut !



81371 München, Alramstr. 20, Tel. 76 22 10
www.medithera.de

www.mein-sendling.de



**LA CERTOSA +
IL CERTOSINO Eiscafé**

(Eiscafé im Winter geschlossen)

Oberländerstr. 14
81371 München

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

Vorstellungsartikel November 2007

ANTONIUS
Tenne



Plinganserstr. 10
(Nähe Harras) in
81369 München
Telefon: 77 39 64

Öffnungszeiten:
Mi, Do, So 18.00-24.00 Uhr
Fr, Sa 18.00-04.00 Uhr

www.antonius-tenne.de
info@antonius-tenne.de

Vorstellungsartikel Februar 2010

**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

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

Wir erschrecken über unsere eigenen Sünden, wenn wir sie an anderen erblicken.

Johann Wolfgang von Goethe

Central Reinigung **Stellt sich vor :**

Kompletter Wascheservice
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 November 2007

Impressum: "Mein SENDLING, Die Kleine Nachbarschaftszeitung" wird von kreativen Leuten des Stadtbezirks Sending 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.

Schweig Erde

**Oh Erde, lass walten
das Schweigen deiner alten Wälder.
Entlass die Flüsse aus den Betten,
sieh dann, wohin sie streben!
Sie strömen doch immer ins Meer.**

**Dein schönes Wasser,
dein Spiegel aus Licht,
er wird nicht zerbrechen.
Und zerspringt er doch,
so musste er's,
um sich neu
zusammenzusetzen;**

**Oh Erde, lass wehen
den Wind der Zuversicht.
Deine Tiere schlafen nur,
so scheuch sie nicht auf.
Groll nicht,
um sie einzuschüchtern,
sie werden nur fliehen.
Zwar kehren sie wieder,
doch ihre Abwesenheit
hat dich karg
und sie schutzlos gemacht.**

**Oh erde, lass walten
das Schweigen deiner
weisen Wälder,
schürfe tiefer,
schau zurück.**

**Aus der DANTE-Schülerzeitung,
eingesandt von
Hollerbusch's ERWIN**

10. Erzählcafe am 19. Februar 2010

Thema: Was bedeutet mir Musik?

Wie bin ich an Musik herangeführt worden?

Frau R. aus Polen steigt gleich begeistert ein und erzählt, dass ihre Mutter Klavier gespielt hat und zuhause viel gesungen wurde. Bis heute hat sich ihre Liebe zur Musik erhalten, besonders zur leichten Musik, wie Operette, Johann Strauß und mit glänzenden Augen schwärmt sie vom Ave Maria von Gounod. Im Gegensatz zu ihren Mitschülerinnen hat sie beim Hausaufgaben machen immer nebenbei Radiomusik gehört. Da konnte sie sich besser konzentrieren.



Bei den meisten Teilnehmerinnen spielte ein Elternteil ein Instrument, Zither oder Mandoline, wie die Mutter von Fr. S. Sie bekam eine Mundharmonika geschenkt und erinnert sich, dass sie gerne auf einem Kamm, überzogen mit Seidenpapier, geblasen hat. Dies war wohl ein verbreitetes Instrument unter Kindern, wie die allgemeine Reaktion bestätigt.

Eine unserer älteren Damen durfte Ziehharmonika lernen, bei einem Lehrer Köppel. Zuerst erhielt sie Einzelunterricht und später in der Gruppe. Der Lehrer Köppel trat mit seinen Schülern öffentlich auf z.B. im Löwenbräukeller. Das Üben hat ihr auch nichts

ausgemacht, sie hat gerne geübt. Mit Beginn des 2. Weltkrieges war leider alles vorbei. Die Ziehharmonika kam in den Keller und als sie nach dem Krieg wieder hervorgeholt wurde, zerfiel der Balg in seine Bestandteile.

Eine unserer Teilnehmerinnen erzählt, dass ihre Freundin Klavier gelernt hat und sie davon ganz fasziniert war. In ihrer eigenen Familie gab es kein Klavier und so hat sie kurzerhand die Eltern der Freundin gefragt, ob sie auch Klavier lernen und auch bei ihnen üben dürfte. Als ihre Eltern davon erfuhren, gab es riesiges Donnerwetter.

Alle Anwesenden erinnern sich an die Straßenmusiker, die in den Höfen spielten und denen in Zeitungspapier eingewickelte Münzen zugeworfen wurden. Wir Kinder halfen dann beim Suchen der Päckchen und zogen meistens mit in die Nachbarhöfe.

Wenn man ihnen Geld heruntergeworfen hatte, bedankten sie sich nochmal mit einem Ständchen.

Vor dem Krieg gab es eine Stadtkapelle von München, deren Auftritt genehmigt war. Sie zog, begleitet von Kindern, durch die Viertel und erfreute die Bewohner mit bekannten Melodien.

Frau S. hängt sich immer an größere Kinder, weil sie Angst hatte nicht mehr heimzufinden.

Auch die technische Errungenschaft des Grammophon's, das nur wenige besaßen, ist allen noch im Gedächtnis, schon allein wegen des Aufziehens. Wenn man zu wenig aufgezogen hatte, endete die Musik immer in einem Katzenjammer.

Eine Besucherin, die in der Tschechoslowakei aufgewachsen ist, schwärmt von den Graslitzer Musikern und den wunderschönen Kurkonzerten in Marienbad damals vor dem 2. Weltkrieg.



natura well

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

Andreas Hauzenberger | Plinganserstr. 25 |
81369 München / HARRAS

Tel. 089 72 06 91 92

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

Und was erfahren wir vom Musiker unter uns?

Er hat mit 8 Jahren angefangen, ist auf eine Musikschule gegangen und mit 13 Jahren schon vor vielen Leuten in seiner Heimat aufgetreten. In Deutschland hat er als Berufsmusiker seinen Lebensunterhalt verdient, kein leichtes Leben. In der Nacht spielen und bei Tag schlafen. Er sagt: „ein Musiker muß Begabung, Leidenschaft und Disziplin mitbringen.“

Seine Devise ist : „lieber ein bisschen leiser spielen, und wenn die Zuhörer dann lauter fordern, dann weiß man, dass sie die Musik mögen.“

Er hat die Musikerkarriere beendet, aber sein Gehör, ob jemand gut oder schlecht spielt, ist ihm natürlich nicht abhanden gekommen.

Bei mir lag eine gewisse Musikalität in den Genen. Meine Mutter konnte sehr gut singen und ließ bei jeder passenden Gelegenheit ihre Stimme erschallen, z.B. wurde am 1. Mai beim Spazierengehen gesungen, natürlich ein Mailed. Ich sollte also ein Instrument erlernen und wünschte mir eine Geige. Diese war jedoch zu teuer, und so bekam ich eine Zither und auch den notwendigen Unterricht. Damals wurde meine Liebe zur bayerischen Volksmusik geweckt, die sich bis heute erhalten hat.

Wie ist mein Verhältnis heute zur Musik?



Die Freude an der „leichten Musik“ ist geblieben.

Gerne geht die überwiegende Mehrheit der Anwesenden in Konzerte, auch Klassik. Die Konzertkarten sind jedoch sehr teuer, außer bei den Konzerten der Arbeiter-Wohlfahrt.

Dass der Bayer. Rundfunk zurzeit Oldiesendungen zusammenstellt aus den 50igern, 60igern, und 70igern freut die TeilnehmerInnen, die mit der „HIK-HAK-Musik“ von heute gar nichts anfangen können.

Wer gerne singt, findet sich beim Singkreis des ASZ-Sendling ein, der seinerzeit bei der Eröffnung des ASZ, angeregt durch Besucher, gegründet wurde. In guten Zeiten hatte er 20 Mitglieder und Auftritte

in Altenheimen. Heute ist die Zahl der Mitglieder geschrumpft, aber der Spaß am Singen und die Leichtigkeit und Freude, die die Musik verbreitet, sind geblieben.

Wie heißt es in einem alten Sprichwort: „Wo man singt, da laß dich ruhig nieder, böse Menschen haben keine Lieder.“

Unser nächstes Erzählcafe ist am 19. März, wie immer um 14 Uhr im ASZ Daiserstr.

Ein interessantes Thema fällt uns sicherlich ein, -deutsche Sprichwörter- bietet sich an, mal sehen.

Interessierte sind herzlich eingeladen.

Ihre

Elisabeth Kripp

Gönnen Sie sich und Ihren Freunden bei sich zu Hause etwas Besonderes:

Eine unterhaltsame Einführung in die Astrologie



Auch sehr geeignet als Vorbereitung für eine Horoskopbesprechung!

In Ihren vier Wänden, im Beisein von interessierten Freunden und Bekannten, lernen Sie auf bildhafte einprägsame und humorvolle Weise die Grundelemente der Astrologie und eines Horoskops kennen. Dabei werden Sie auch aktiv in den Vortrag miteinbezogen und erfahren die Elemente-Verteilung Ihres individuellen Geburtsbildes.

Dauer: circa 2-3 Stunden

Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen

Kosten pro Person: 20 Euro



Bei Interesse kontaktieren Sie mich per Mail:

kahepperle@googlemail.com oder rufen mich an unter der Nummer 01520-6142870

Als du auf die Welt kamst, weintest du, und um dich herum freuten sich alle.

Lebe so, dass, wenn du diese Welt verlässt, alle weinen und du lächelst.

Chinesische Weisheit

NACHLESE Gesundheitstag

im Lernstudio Barbarossa am 27. Februar 2010

Trotz des sonnigen Frühlingswetters hatte sich eine kleine Schar Interessierter zum Thema Fitness für Körper und Geist (Ernährung, Lernen, Atmung, Shiatsu, Augenfitness) im Lernstudio Barbarossa versammelt. Einige Teilnehmer/innen haben sich aufmerksam alle Vorträge angehört. Dass sie so lange ausgehalten haben, lag daran, dass die Referentinnen durchweg einen sehr kurzweiligen und dabei höchst informativen Einblick in ihre Arbeit gegeben haben. Ergänzt durch zahlreiche praktische Übungen und Anregungen wurde die Vortragsreihe zu einer sehr lebendigen Veranstaltung. Am Ende hatte jede/r einige Ideen bekommen, die sie/er umgehend im täglichen Leben anwenden kann.

Einige Teilnehmer/innen kamen zudem in den Genuss, eine Shiatsu-Massage kennenzulernen. Die tiefenentspannende Wirkung dieser japanischen Massagetechnik war in ihren Gesichtern anschließend deutlich zu erkennen.

Der ganzheitliche Arbeitsansatz aller Referentinnen verband die so unterschiedlich scheinenden Themen auf wunderbare Weise. Darin waren sich am Schluss alle einig: diese Zeit hier verbracht zu haben, hat sich gelohnt und war sehr bereichernd.

Englisch für die Reise

Dienstag, 10.00 – 11.30 Uhr

Wie viel intensiver wird ein Urlaubserlebnis, wenn man sich mit Menschen verständigen kann, die Speisekarte im Restaurant und die Beschreibung der Sehenswürdigkeiten versteht.

Einfache Konversationsübungen rund um das Thema Reisen, dazu etwas Grammatik und Wortschatz. Gemeinsam in der Kleingruppe.

Laufzeit für beide Kurse:

März – Mai 2010,

der Einstieg ist jederzeit möglich.

Alle weiteren Informationen erhalten Sie telefonisch unter 089 74 11 86 10 oder per Mail :

m-sending@lernstudio-barbarossa.de

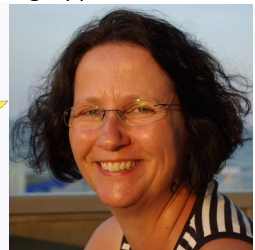
PC – was ich immer schon wissen wollte

Freitag, 11.00 – 12.30 Uhr

Internet-Recherche, Email, Word, Excel, Datensicherung und –sicherheit und andere Themen. Die Teilnehmer/innen arbeiten an vorhandenen PC's oder bringen gerne ihren eigenen Laptop mit. Individuell in der Kleingruppe.



Lernbär



Sabine Hoppe

lernstudiodbarbarossa

weiterbildung. nachhilfe. sprachkurse.

Plinganser Str. 32 ■ 81369 München ■

Tel.: 089 74 11 86 10

Der Zauberer

Eine Fortsetzungsgeschichte von Christian Hoffmann

Kapitel 3: Eine seltsame Botschaft

Was bisher geschah: Im Zirkus Dandelion treibt der böse Magister Robert Block, der Kinder wegzaubern kann, sein Unwesen! Nur das Kamel Balthasar und ein paar Kinder nehmen den Kampf gegen den Zauberer auf.

Wir schlenderten ein, zwei Stunden wie zufällig in der Nähe des Zirkus Dandelion umher. Unser Plan war es, erst einmal zu beobachten, ob sich irgend etwas tat, und dann, bei Beginn der Vorstellung den Wohnwagen des Zauberers auszukundschaften. Schließlich kauerten wir uns hinter ein paar Bäume und warteten ab.

Einmal sahen wir einen der Clowns aus einem der Wagen kommen und zum Zelt gehen, wo er sich in das Kassenhäuschen setzte. Wie wir wussten war es seine Aufgabe, vor seinem Auftritt die Eintrittspreise zu kassieren. Bisher hatte er das auch immer mit einem Scherz auf den Lippen für jeden Besucher gemacht. Aber jetzt erinnerte ich mich daran, dass er gestern schon schweigend und mit finsterem Gesichtsausdruck das Geld entgegengenommen hatte.

Langsam trudelte das Publikum ein: wie immer viele Kinder, von denen ich ein paar von der gestrigen Vorstellung her wiederzuerkennen glaubte. War denen denn gar nichts aufgefallen? Ich wunderte mich sehr darüber, bis eines der Kinder an unserem Verstecks vorbei kam. Sein Gesichtsausdruck ähnelte dem eines Hypnotisierten, den ich einmal im Fernsehen gesehen hatte, und mir dämmerte, dass hier eine geheimnisvolle Macht im Spiel war.

»Dort drüben, seht!« Kai deutete mit dem Finger hinüber zu einem der Wohnwagen, aus dem gerade Magister Roberto Block heraustrat. Er war wieder komplett in Schwarz gekleidet und trug seinen schwarzen Zaubererhut auf dem Kopf. Gerade als er die Tür seines Wagens hinter sich schloß, glaubte ich ein seltsames Glühen hinter dem Türspalt zu sehen.

Der Zauberer ging schnellen Schrittes hinüber zum Hintereingang des Zirkuszeltens, in dem sich wohl schon die anderen Künstler und Artisten versammelt hatten.

»Gut, verlieren wir keine Zeit«, flüsterte Mia, erhob sich aus der Deckung und lief los, ohne dass Kai oder

ich sie hätten aufhalten können. Uns blieb nichts anderes übrig als ihr zu folgen. Natürlich lief sie direkt zum Wohnwagen des Zauberers. Dieser Wagen war genauso ungewöhnlich und furchterregend wie sein Bewohner. Klobig auf seinen schwarzen Rädern geduckt und dunkelrot angemalt erschien er uns wie ein riesiges, urzeitliches Tier, das nur darauf wartete, aus seinem Schlaf erweckt zu werden. Je näher wir kamen, desto besser konnten wir Einzelheiten erkennen, wie etwa ein seltsam verschnörkeltes Wappen neben der Eingangstür, das aus einem Totenkopf und zwei gekreuzten Zauberstäben bestand. Die Räder des Wagens hatten Felgen mit spitzen Dornen und sein Dach verlieh ihm mit seinen Zinnen und Zacken Ähnlichkeit mit einer Ritterburg. Nun war uns mit absoluter Gewissheit eines klar: Roberto Block hatte etwas zu verbergen! Denn würde es sonst irgendeinen Sinn ergeben, dass sein Wohnwagen wie eine Festung aussah?

Keuchend vor Anstrengung standen wir nun vor der Tür dieses nicht gerade einladenden Wagens. »Da kommen wir ja nie rein«, flüsterte Kai und blickte sich ängstlich um. Vorsichtig schlichen wir um den Wohnwagen herum. Leider waren vor alle Fenster graue Vorhänge gezogen, so dass wir nicht hinein schauen konnten. Plötzlich quiekte Mia vor Überraschung auf. An der Rückseite lehnte ein schweres Motorrad, das eindeutig dem Zauberer gehörte, denn an ihm war einfach alles schwarz, sogar die Scheinwerfer. Mia strich mit der Hand über den Sattel der Maschine. »Es ist ja ganz warm, so als wäre es lebendig...«, wisperte sie uns zu. »Ist es auch!«, erscholl eine Stimme hinter uns. Voller Panik drehten wir drei uns um. Mein Herz schlug mir vor Schreck bis zum Hals. Aber glücklicherweise gehörte die



Med. Fußpflege Nagelpflege Nail Art Kosmetik

Spezialisiert auf Diabetiker und Bluter !!
3TO Spangentechnik !!

Montag – Freitag von 09h30-13h00 und 14h00-18h00

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

»Ist es auch!«, erscholl eine Stimme hinter uns. Voller Panik drehten wir drei uns um. Mein Herz schlug mir vor Schreck bis zum Hals. Aber glücklicherweise gehörte die Stimme nicht dem Zauberer, sondern einem der beiden Clowns, die ja jetzt traurige Clowns waren. Dieser Clown war besonders traurig, seine Mundwinkel hingen soweit herunter, dass es fast schon wieder komisch aussah. Er blickte sich rasch um, als befürchtete er, entdeckt zu werden. »Balthasar schickt mich. Ihr sollt schön Acht auf euch geben! Die Macht des Magisters Roberto Block ist größer als man denkt. Hütet euch vor seinen fliegenden Dienern, die überall lauern.« Bevor er weitersprechen konnte, unterbrach ihn Mia: »Woher wissen wir, dass dich wirklich das Kamel schickt? Wie können wir dir trauen? Und wie können wir überhaupt Balthasar vertrauen?« Das Gesicht des Clowns bekam einen ratlosen Ausdruck. Dann zuckten seine Mundwinkel ein wenig nach oben, als wäre ihm ein besonders guter Einfall gekommen, und er sagte: »Ihr müsst mir einfach glauben. Ihr habt ja mit eigenen Augen gesehen, wozu der Zauberer instande ist. Aber jetzt habe ich keine Zeit mehr - die Vorstellung hat schon begonnen und Roberto Block darf mich nicht vermissen!« Damit drehte er sich um und lief mit seinen viel zu großen Clownslatschen davon. »Aber das kann doch nicht die ganze Botschaft von Balthasar sein!«, rief ich ihm nach. Verdutzt blieb der Clown stehen. »Stimmt! Das Kamel lässt euch ausrichten, dass auf dem Dach des Wohnwagens eine geheime Klappe ist, durch die man ins Innere gelangt!«

Nachdem der Clown verschwunden war, standen wir noch eine Weile vor dem Wohnwagen und überlegten, ob wir unser Vorhaben wirklich wagen sollten. Immerhin war so etwas ja ein richtiger Einbruch!

Fortsetzung folgt...



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

BEWERBUNGSFOTOS und MEHR:

**Marion Mutschler,
FOTOGRAFENMEISTERIN**

**Fotostudio Ötztalerstr. 1b
81373 München**

**Telefon 089-12003414
Mobil 0170-3019936**

info@foto-mutschler.de
www.foto-mutschler.de



Vorstellungsartikel November 2009

Der Krähenmann von Verena Wania

An einem hellen Sommertag ging ich an der Isar spazieren.

Das Ufer blinkte nur so, die Sonne stach.

Runde, kleine Kieselsteine in unterschiedlichen Grautönen bildeten einen starken Farbkontrast zu dem türkis- grünen Wasser.

Ein warmer Wind blies sanft über Gras und Sträucher.

Und da kam er mir entgegen.

Ich sah von weitem lauter schwarze Pünktchen und dazwischen eine menschliche Gestalt. Und das alles kam auf mich zu.

Die schwarzen Pünktchen und die Person.

Als sie in einer grob-geschätzten Entfernung von 50 Meter waren erkannte ich, dass die schwarzen Pünktchen lauter auf und ab fliegende Krähen waren. Und die Person war ein älterer Herr.

Ich schätzte so um die 60 Jahre alt, doch er sah sehr fit aus, so, wie er so flott entlang den Uferweg ging.

Er kam auf mich zu und die Krähen flogen um ihn herum bis er bei mir angelangt war.

„Guten Tag die Dame“, sagte er.

„Grüß Gott“, sagte ich.

„Wissen Sie“, sagte er „diese Krähen verfolgen mich auf Schritt und Tritt“ „Und wissen Sie warum?“

„Nein“, sagte ich.

„Weil ich der Krähenmann bin“, sagte er.

„Sie wissen, dass ich sie immer füttere, und seitdem weichen sie mir nicht mehr von der Seite. Selbst meine Frau verfolgen sie, wenn sie am Ufer entlang spazieren geht.“ „Sie wissen, dass sie meine Frau ist, also denken sie, vielleicht hat auch sie etwas zum Füttern in ihrer Tasche.“ „Sie sind schlauer als manch ein Politiker“, sagte er „und sie verstehen fast jedes Wort“

„Ah ha“, sagte ich (mir fiel nichts Besseres ein)

„Immer wenn ich hier am Ufer entlanggehe begleiten sie mich“

„Sie sind frei das zu tun, was sie wollen. Sie sind ihr eigener Herr“

„Sehen Sie die beiden alten Damen dort, die mit den jungen Hunden?“ fragte er mich.

„Ja“ sagte ich, ich hatte sie bemerkt.

„Ich finde das unzumutbar, wenn ältere Frauen sich noch ein Haustier anschaffen. Sie denken da nur an sich, aber nicht an das Tier. Wenn sie dann sterben, ist das Tier alleine und es kümmert sich niemand darum! Das ist doch schrecklich, finden Sie nicht?“

„Hmm“, meinte ich.

„Haben Sie einen Freund?“

„Nein“ sagte ich. Und dabei war ich nicht ganz ehrlich, sollte ich einem wildfremden Mann denn gleich so etwas erzählen?

„Passen Sie auf!“ sagte er plötzlich ganz laut.

„Passen Sie auf wie ein Mann sein Haustier behandelt, genauso behandelt er zu Hause auch seine Frau!“

„So?“ sagte ich „Ich werde es mir merken.“

„Haben sie Haustiere?“

„Nein“, log ich, alles musste er ja nicht wissen, dachte ich.

Ich hatte einen kleinen Hamster, und ich ließ ihn so oft wie möglich in meiner Wohnung laufen. Was nichts an meinem dauernden schlechten Gewissen änderte, da ich ihn danach wieder in den Käfig sperren musste. Seitdem er hängend an der Käfigtür vor sich hingabte, überlegte ich mir, nie wieder so ein Tier anzuschaffen.

„Das ist herzlos“, dachte ich, „ein Tier so einzusperren. Du bist herzlos!“ Doch es blieb mir nichts anderes übrig.

Hätte ich ihn frei in meiner Wohnung wohnen lassen, wären sicher bald alle Kabel an meinem Computer durchgenagt... leider aber benötigte ich den Computer zum Arbeiten..

„Ja wissen Sie, ein Mann, der seinem Hund nur Befehle erteilt, der macht das zu Hause genauso!“ sagte der alte Mann.

Ich stellte mir einen Mann vor, der an einer langen Leine eine Frau führt. Er bindet die `Hund-Frau` los und sagt zu ihr:

`Fass Fiffi!` und die Frau springt als Zeichen ihrer Treue ins Feld und fängt eine Maus für den Mann. Hechelnd übergibt sie die Maus dem Mann. `Schön hast Du das gemacht`, sagt der Mann dann.

Und die Frau heult einmal freudig-laut auf zur Antwort.

(Was für seltsame Gedanken, dachte ich)

`Danke, ich werde es mir merken`, sagte ich zu dem alten Mann.

`Sie sind eine sehr schöne Frau`, sagte der Mann.

Jetzt wurde die Unterhaltung mir aber eindeutig zu persönlich.

Und ich überlegte, was ich als Grund angeben könnte um weiter zu gehen.

`Wissen sie wie alt ich bin? Schätzen Sie mal`, sagte er.

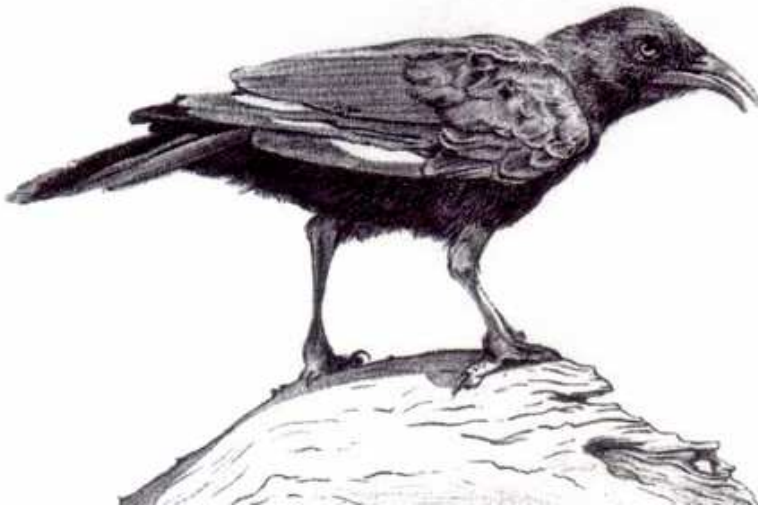
Er sah noch sehr fit aus, also meinte ich: `So ungefähr 60 Jahre?`

`Da muss ich Sie leider enttäuschen, ich bin über 86 Jahre alt`, sagte er. `Wissen Sie woran das liegt?`

`Nein`, sagte ich.

`Ich gehe jeden Tag hier am Flussufer entlang und immer begleiten mich meine Krähen. Das hält fit!` sagte er.

`Nun denn`, sagte er, `Vergessen Sie nicht, was ich Ihnen gesagt habe! Schauen Sie sich die Männer genau an!` sagte er und hob zum Abschied seine Hand.



Ich sah ihm nach, wie er so flott dahin schritt, die Krähen folgten ihm. Kurz traf mein Blick auf den Fluss, wie er so ruhig dahinfloss.

Und ich dachte an meinen Freund und wie er mit Tieren umgeht.
Da bin ich ja in guten Händen, dachte ich. Er hat ja keine Tiere.
Ob er auch in so guten Händen bei mir ist? Ich dachte an meinen
Hamster...

Ich werde ihn heute mal ganz schnell, ganz lange laufen lassen,
beschloss ich. Und dann,- setze ich ihn wieder in seinen Käfig. Dazu
lege ich ihm noch einen Leckerbissen in seinen Napf, dann wird er
schon `Sei Ruh geben`, dachte ich.

Dann schaute ich wieder in die Richtung, in die der Mann weg
gegangen war. Er war verschwunden, nur noch ein schwarzes Knäuel
aus Krähen war zu sehen.

`Ob er sich eine Krähe verwandelt hat?`

MARION KROPP

-Kunst im Gegenwind-

**wir präsentieren Malerei und Objekte
in der Orangerie am Chinesischen Turm
vom 11. - 28. März 2010.**

Öffnungszeiten:

Di. und Do. 17:00- 19:00

Sa. und So. von 12:00 - 19:00.

Vernissage: Do., 11.3.2010 ab 19:00 Uhr

Mit „frühreif und verdorben“

**Ein verbalmusikalischer Spagat
zwischen Rebellion und Romantik**

von Susanne Müller und Marion Kropp



Restaurant Safran

Persische & Mediterane

Spezialitäten

Lindwurmstr.108

80337 München

Tel.:089/720 177 81

Safran-Sendling@t-online.de

www.safran-grill.de

Wir bieten auch Catering und
Partyservice an.



Öffnungszeiten/Lieferzeiten:

Montag-Freitag

12.00-15.00 & 17.30-22.00

Samstag 17.00 - 22.00

Sonntag 17.00 - 21.30

Leben zum Mitnehmen von Ilona Zubrod

„Ihr lieben Deutschen, kauft, solange der Markt vor der Tür ist;“ predigte uns Martin Luther schon 1524. Ich weiß nicht, ob es Luther gefallen würde, dass wir seine Aufforderung rund 500 Jahre später noch beherzigen. Gut beobachten lässt sich das in der S-Bahn. Schräg gegenüber von mir lassen sich zwei Mädels in die Sitze plumpsen. Als Wegzehrung haben sich die beiden einen „Coffee to go“ mitgebracht. Wenn der Kaffee so schmeckt, wie die Mädels gucken, sollten sie ihr Geld wieder zurück bekommen. Wahr wohl nichts mit dem Verwöhnaroma. Während die Zwei ihren Kaffee aus dem Pappbecher durch den Plastikdeckel schlürfen, muss ich vor mich hin grinsen. Früh übt sich, wer später mal seinen Kamillentee aus der Schnabeltasse genießen will, kommt es mir in den Sinn. An der nächsten Haltestelle kommt der Geruch des Grauens von hinten. Ich tippe auf Doppel-Whopper, große Pommes, große Cola. Der Typ hat sofort gesehen, dass der Platz gegenüber von mir frei ist. Kaum dass er sitzt, reißt er die Tüte auf und beginnt sein „Menü to go“ zu verschlingen. Jetzt fängt der auch noch an zu schwitzen. Das ist zu viel für mich. Wenn sich die Gerüche von Schweiß, ranzigem Fett und schlechtem Ketchup vereinen ist es für mich „Time to go“. Ein paar Reihen weiter erwische ich eine geruchsneutrale Zone. Vor einer „Zeitung to go“ finde ich einen Sitzplatz. Den Schuhen nach zu urteilen ist es eine Frau. Im Gang steht ein Mann, der könnte im nächsten Cosmopolitan-Kalender auf jeder Seite erscheinen. Bevor ich mich entschieden habe, ob er als Modell für Calvin Klein oder Armani jobbt, hebt er die Hand und beißt in eine „Leberkäsemmel to go“. Waschbrettbauch ade denke ich noch und vor lauter „to go“ hätte ich beinahe das Aussteigen vergessen. Auf meinem Weg nach Hause komme ich vorbei an „Pizza to go“, „Obstsalat to go“, Zeitschriften to go, Eis to go, Obst und Gemüse to go, Sandwich to go. Vielleicht war der Schönling aus der S-Bahn ein „Lover to go“? Jetzt reicht's aber. Und wer hat uns den ganzen „Schlamassel to go“ eingebrockt? Ikea war's. Die haben doch angefangen mit den Möbeln zum Mitnehmen.

Der goldene Schuss

von Kriemhilde Klippstätter

Kürzlich stand ich am Harras und wartete auf den Bus. Es war Mittagszeit und so war ich nicht die einzige, die am Wartehäuschen auf und ab ging. Außer ein paar Hausfrauen vertrieben sich auch etliche Schulkinder die Zeit. Endlich losgelassen von den Bänken wollten sie noch ein wenig herumtoben, bevor die Mütter, oft auch die Großmütter, das Mittagessen auf den Tisch brachten.

Jetzt im Winter hatten die Räumkommandos der Stadt den Schnee zu kleinen Bergen aufgetürmt. Wer wollte, konnte sich an schon vorgefertigten Schneebällen bedienen. Und die Kinder nahmen das Angebot gerne an. Zwei Buben, vielleicht zehn oder elf Jahre alt, demonstrierten sich gegenseitig, wie gut sie zielen und wie weit sie werfen konnten. Einmal hatten sie Verkehrsschilder im Visier, mal das verlassene Vogelnest hoch im Baum. Und ich muss sagen, sie waren ziemlich gute Schützen, die beiden.

Hinter dem Platz reihen sich die alten Wohnhäuser aneinander, schöne alte Gebäude, die schon bessere Zeiten gesehen haben. Jetzt kämpfen sie mit dem vielen Verkehr und dem Fast-Food-Restaurant unten, das sie beherbergen. Oben wohnen aber immer noch die Leute in den großen Altbauwohnungen, auch wenn es auf der Straße recht laut geworden ist. Und diese Bewohner halten an ihren Ritualen und Gewohnheiten von früher fest. Dazu gehört das Auslüften der Betten, auch im Winter.

Wir standen also an der Bushaltestelle und warteten auf den Bus. Plötzlich bemerkte ich, dass im vierten Stock eines Altbaus ein Fenster aufgemacht und ein dickes Plumeau über das Fensterbrett gelegt wurde. Die beiden Buben sahen das auch und schon war ihr Ehrgeiz geweckt: Das offene Fenster war mehr als 30 Meter vom Wartehäuschen entfernt.

Einer der beiden schnappte sich einen gefrorenen Schneeball, rieb ihn in beiden Händen zu einer handlichen Kugel und nahm Maß. Mir schien das Ziel unerreichbar, noch dazu, wo jetzt auch noch der Bus herankam. Es blieb also keine Zeit zum Üben, gleich der erste Schuss musste sitzen.

Der kleine Schütze peilte sein Ziel an, machte ein, zwei Schritte und gab den Schneeball frei. Und der flog quer über den Platz, gewann an Höhe, passierte die befahrene Straße, stieg noch weiter nach oben,

Menschen eilten über den Gehweg - und landete mitten im offenen Fenster. Ein Meisterschuss!

Der Schützenkönig drehte sich um, mit stolzgeschwellter Brust, sein Kumpel klopfte ihm anerkennend auf den Buckel. Am Fenster tauchte ein schimpfender Kopf auf, aber wir alle, die wir Augenzeugen des goldenen Schusses gewesen waren riefen „bravo“ und nahmen den Helden in die Mitte als wir in den Bus einstiegen, wahrscheinlich aus Angst, der Schneeball könnte zurückgefliegen kommen...



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 Januarausgabe 2009

Liebe ist, wenn man trotz der Ferne die Nähe spürt....



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, Heighhofstraße 1c, Großhadern, 81377 München

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



Vorstellungsartikel September 2009

„Desorganisiertes Leben in der eigenen Wohnung - sind das alles Messies?“

Fachtag des H-TEAM e.V. am 05. Mai 2010 in München

Die Tür geht nur einen Spalt weit auf. Dahinter ein Mann, manchmal auch eine Frau, meistens alleine, umgeben von Unmengen an gesammelten Gegenständen, nicht aufgebrauchten Essensresten, Papieren, Verpackungen usw..



Gerufen wird der H-TEAM e.V. aus Sendling von der Bezirkssozialarbeit, von Verwandten, von Kindern, die sich um ihren Vater oder Mutter Sorgen machen, von Nachbarn oder von Hausbesitzern. "So geht es nicht mehr weiter. Entweder es ändert sich was oder der Mensch muss hier raus." So der Tenor vieler Meldungen und Anfragen an den H-TEAM e.V..

Diese Kurzbeschreibung eines Teils unserer Arbeit in der „Ambulanten Wohnungshilfe“ macht deutlich, dass wir es hier mit dem Phänomen des ungezügelter Sammelns zu tun haben. Der H-TEAM e.V. befasst sich damit seit 20 Jahren und veranstaltet nun dazu im Mai dieses Jahres einen Fachtag in München. Wir wollen neben dem fachlichen Austausch den Versuch wagen, für eine differenziertere Betrachtung des Phänomens „Messie-Syndrom“ zu werben und vielleicht auch eine andere Sprachregelung dafür zu finden. Wir wollen unsere Erfahrungen mit anderen Fachdiensten austauschen und dazu beitragen, dass man nicht zu lange zusieht, sondern

früher und gemeinsam handelt. Deshalb sind Fachleute aus Psychiatrie, der Wohnungswirtschaft und Hilfeeinrichtungen als Referentinnen zu dieser Fachtagung eingeladen sowie alle Interessierten als Teilnehmer.

Anmeldung und nähere Informationen bei:

H-TEAM e.V., Plinganserstr.19, 81369 München, Tel.: 089/747 36 20, Fax: 089/747 06 63, www.h-team-ev.de

Einladung zur Vernissage und Ausstellung Wege und Stationen

Einladung zur Vernissage und Ausstellung
„Wege und Stationen“
Donnerstag, 18. März 2010, 18.30 Uhr

Schirmherrschaft: Frau Bürgermeisterin Christine Strobl



H-TEAM E.V.
HILFT BÜRGERN IN NOT

www.h-team-ev.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

Autorenlesung im Literaturkeller des Stemmerhofs

Sa 06. 03., 20.00 Uhr

Peter Asmodai
-Herzkirschen-

Surrealistische Geschichten,
gelesen vom Autor,
musikalisch begleitet von
Rumirah Fildhaut – Klangzauber

Karten an der Abendkasse
Literaturkeller im Stemmerhof,
Plinganserstr. 6



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**

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 €

Leserbrief

Sehr geehrte Redaktion von ‚**Mein SENDLING**‘,

Sehr geehrte Gabriela,

als Sendlinger und Leser der kleinen Nachbarschaftszeitung ‚**Mein SENDLING**‘ kann ich Sie dazu nur beglückwünschen. Im Anhang schicke ich Ihnen zwei Gedichte ‚Sendlinger Kinder‘ und ‚Bunte Stadt‘, die ich im vergangenen Jahr geschrieben habe.

Vielleicht finden sie ja Platz in einer Ihrer nächsten Ausgaben.

Das würde mich freuen.

Mit freundlichen Grüßen

Robert Bentele

Sendlinger Kinder

Unser Haus ist international.

Man nennt das ‚Multi - Kulti‘ heutzutage.

Dort hört man Deutsch und Türkisch,
Kroatisch und Französisch - echt global.

Weiß und braun sind unsere Kinder,
die einen etwas heller,
die andern etwas dunkler.

Eine Freundschaft kann das nicht
hindern.

Ihre Augen strahlen alle gleich,
rein und voll der Hoffnung.

Das Blut fließt rot in ihren Adern.
Eine Familie sind wir - bunt und reich.

Robert Bentele

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, Schäflarnstr. 166,
NEU: Getränke Burger, Oberländerstr. 24,
NEU: Getränke Hellas, Thalkirchner Str. 210
und noch mehr ...

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 Straße 7/3
2361 Laxenburg Austria
Tel: +43 2236 710 842 0
Fax: +43 2236 710 842 65
Mail: peter.prenner@my-catalog.biz



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

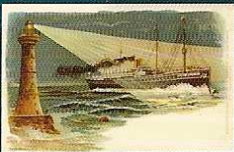
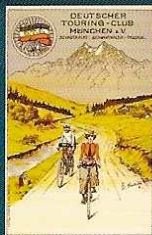
SWIFT-BIC: PBNKDEFF

Auktionshaus Meixner

Lindwurmstraße 126a, 80337 München

Tel. 089 / 74 79 03 23, E-Mail: info@meixner.de

www.meixner.de



Kontakt: dein.sendling@yahoo.de

MACHT MIT BEI UNS !

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

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang APRIL 2010

www.mein-sendling.de