

Mein SENDLING

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



38. Ausgabe - Juni 2010



Betörtes Sonnenuntergangspferd von Anna

Redakteure für diese Ausgabe:

Hans Magnus Enzensberger, Ilona Zubrod, Dr. Hans G. Raasch,
Elisabeth Kripp, Bernhard Horwatitsch, Velvet Pink, Frauke Weck,
Christa Lohr, C.W., Erwin Winter, Christian Hoffmann, H-Team,
Kriemhilde Klippstätter, Daniel Lederer, Gabrielle und Anna

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

Endlich ist es geschafft: Das **Mein SENDLING PinBuch®** ist fertig gestellt und wird ab nächster Woche bei Rachel im Café Kreislauf in der Daiserstr. 22 für Euch ausliegen. Sinn des PinBuchs wird es sein, uns Nachbarn näher zusammenzubringen. Jeder, der etwas anzubieten hat, etwas braucht oder etwas auf dem Herzen hat, kann es mit wenig Aufwand öffentlich machen.

Eine seriöse Schauspielschule ist an uns herangetreten mit dem Wunsch, hier bei uns in SENDLING Kinder und Jugendliche zu unterrichten. Wir werden dran bleiben und sicher in der nächsten Ausgabe mehr darüber berichten können. Vielleicht kennen ja einige von Euch adäquate Räume, die man anmieten könnte. Falls Ihr etwas wisst, meldet Euch bitte in der Redaktion unter der Mailadresse: redaktion@mein-sendling.de.

Im Juli berichten wir über ein **neu eröffnetes Café hier im Viertel** und freuen uns darauf, Euch **Peter vorzustellen**.

Und zu guter Letzt: Wir suchen immer kleine und grosse Redakteure, die unsere Zeitung mit gestalten möchten. **Autoren, Zeichner, Maler, Dichter, Märchenerzähler..., traut EUCH !!**

Viel Spass beim Schmökern !

Liebe Grüsse
Eure Gabriela

www.mein-sendling.de

INHALTSÜBERSICHT

- 2 Editorial
- 4 Die Visite, **Hans Magnus Enzensberger** ausgesucht von **Margarete Buchner**
- 5 Das Früchtchen kauf ich mir, **Ilona Zubrod**
- 7 Auf der Denkmalm gibt's koa Sünd', **Dr. Raasch, Hans. G.**
- 12 13. Erzählcafé mit **Elisabeth Kripp**
- 16 Skizze über den Mond, **Bernhard Horwatitsch**
- 18 Minnie Sweet und Whisky Sour, **Velvet Pink**
- 21 Ankündigung **Central Reinigung**
- 22,23 Unsere Werbeseiten und Impressum
- 24 **Christa Lohr stellt sich vor**
- 26 Unsere Gesellschaft, eingesandt von **C.W.**
- 29 **Bewohnertreff Pfeuferstr. 3 + ENGLISH**
- 30 think different, **Erwin Winter**
- 32 Der Zauberer, Fortsetzungsgeschichte VI und ENDE, **Christian Hoffmann**
- 35 **20 Jahre H-TEAM und EINLADUNG zum FEIERN**
- 37 Afrikanischer Fussball von **Kriemhilde Klippstätter**
- 39 „Krinch“, **Daniel Lederer**
- 41 Auslegeorte
- 43 Meine Mein **WESTEND** Seite



Sendling findet am Stemmerhof statt

Einkaufen nach Lust und Laune für Kind und Kegel und die ganze Familie. Oder Sie feiern Ihren Geburtstag, Ihre Hochzeit oder den Kindergeburtstag in der großen Alten Scheune zum kleinen Preis. Und bringen Speisen und Getränke selbst mit. Wir freuen uns auf Ihre Buchung: Montag – Donnerstag 3 Std. für nur 26,18 €

Tel: 089 76 75 59 61 oder Fax: 089 76 75 79 63

www.stemmerhof.de Mail: walter.kunz@stemmerhof.de

Ausgesucht von Margarete Buchner

Hans Magnus Enzensberger

Die Visite

Als ich aufsah von meinem leeren Blatt,
stand der Engel im Zimmer.

Ein ganz gemeiner Engel,
vermutlich unterste Charge.

Sie können sich gar nicht vorstellen,
sagte er, wie entbehrlich Sie sind.

Eine einzige unter fünfzehntausend Schattierungen
der Farbe Blau, sagte er,

fällt mehr ins Gewicht der Welt
als alles, was Sie tun oder lassen,

gar nicht zu reden vom Feldspat,
und von der Großen Magellanschen Wolke.

Sogar der gemeine Froschlöffel, unscheinbar wie er ist,
hinterließe eine Lücke, Sie nicht.

Ich sah es an seinen hellen Augen, er hoffte
auf Widerspruch, auf ein langes Ringen.

Ich rührte mich nicht. Ich wartete,
bis er verschwunden war, schweigend.

„Das Früchtchen kauf ich mir“ von Ilona Zubrod

Sie ist rot, süß und sexy. Kinder mögen sie gerne als Eis, Sterneköche mit Chili oder grünem Pfeffer, Tennisspieler in Wimbledon mit Schlagsahne, „Pretty Woman“ mit Champagner und Mickey Rourke am liebsten 91/2 Wochen zusammen mit Kim Basinger. Ihre verführerische Schönheit hat seit jeher die Fantasie von Dichtern, Schriftstellern und Filmemachern beflügelt. Die Erdbeere – einfach zum Reinbeißen.

Große Vielfalt

Angefangen hat alles vor über 200 Jahren in Amsterdam, als sich zufällig eine chilenische und eine nordamerikanische Erdbeere getroffen und für „Nachwuchs“ gesorgt haben. Diese Kreuzung war die Geburtsstunde unserer heutigen Erdbeeren. Bei gemäßigttem Klima wachsen Erdbeeren fast überall auf der Welt, so dass es inzwischen mehrere 100 Sorten gibt, die sich allerdings in Form, Farbe, Größe und Geschmack erheblich unterscheiden können. Die kleinen, wilden Walderdbeeren sind geschmacklich kaum zu überbieten. Während bei den großen, importierten Früchten oftmals der Geschmack auf der Strecke bleibt. Am besten schmecken Erdbeeren frisch gepflückt, von der Hand direkt in den Mund.

Genuss ohne Reue

Bei Erdbeeren dürfen Sie hemmungslos zuschlagen. Mit nur 32 Kalorien pro 100 Gramm sind sie ausgesprochen figurfreundlich, so dass man sie ruhig pfundweise genießen kann. Für den Kaloriengehalt einer Rosinenschnecke dürften Sie mehr als drei Pfund Erdbeeren verspeisen.

„Beerenstarkes“ Power-Päckchen

Mit ihrem Gehalt an lebenswichtigen Mineralstoffen, Spurenelementen, Vitaminen und sekundären Pflanzenstoffen sind Erdbeeren unschlagbar.

Erdbeeren enthalten:

- mehr Vitamin C als Orangen. Schon mit 150 Gramm Erdbeeren ist der Tagesbedarf an Vitamin C gedeckt.
- fast genauso viel Kalium und Asparaginsäure wie Spargel, der ja für seine entschlackende und entwässernde Wirkung bekannt ist.

- B-Vitamine und Folsäure, die nicht nur für Zellerneuerung und schöne Haut zuständig sind, sondern auch für gute Laune.
- Eisen, Zink und Mangan zur Unterstützung des Immunsystems.
- Silicium und sorgen so für eine Festigung des Bindegewebes.
- Salicylsäure, eine Vorstufe des Schmerzmittels Apirins, die eine entzündungshemmende Wirkung entfaltet.
- reichlich sekundäre Pflanzenstoffe, deren Namen eher an ein Chemielabor erinnern als an wohlschmeckende Früchte. Catechine, Anthocyane, Flavonoide und Einige mehr haben antioxidative, antibakterielle, antivirale, antithrombotische, blutdrucksenkende, cholesterinsenkende, antientzündliche und nicht zuletzt krebshemmende Eigenschaften.

An Erdbeeren ist alles gesund. Ein Tee aus getrockneten Erbeerblättern hilft bei Blasenentzündungen, Mundgeruch, Durchfall und Nachtschweiß.

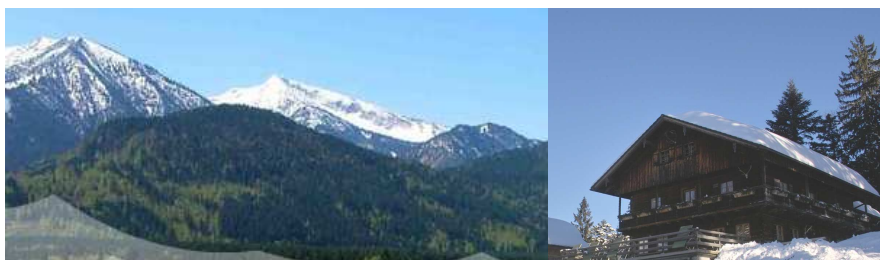
Eine Gesichtsmaske mit Erdbeeren verschafft Ihnen einen strahlenden Teint und glatte Konturen. Zwei Teelöffel frisch gepressten Erdbeersaft mit zwei Teelöffeln Weizenkeimöl mischen und 15 Minuten einziehen lassen.

Ilona K. Zubrod, Dipl. Oecotrophologin, Zertifizierte Ernährungsberaterin VDOE, Lindwurmstr. 213, Tel.: 089-72 62 69 31, E-mail: ilona.zubrod@t-online.de

<p>Ilona K. Zubrod Diplom-Oecotrophologin Zertifizierte Ernährungsberaterin VDOE</p>	<p>Ernährungstherapie & Beratung</p>
	
<p>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</p>	
<p>Diät war gestern – klug essen und trinken ist heute!</p>	

Auf der Denkalm gibt's koa Sünd'.

Dr. Raasch, Hans G.



Nordöstlich von Lenggries kurz vor dem Geierstein talabwärts liegt der deutlich kleinere Keilkopf. Zur Denkhütte an der oberen Berghälfte führt die längere südöstliche Route und eine zweite, auf der man in wenigen Steigungen fast direkt zu dieser bewirtschafteten Almgaststätte wandern kann. Der längst verstorbene alte Wirt und Vater des heutigen Inhabers Michel Bauer tätigte noch mit einem Maulesel seine Einkäufe im Dorf. Den Muli ließ er bei seiner Schwester, der Anni im Hof angebunden stehen und kaufte den Bedarf für seine Wirtschaft ein. Zwei Mal wöchentlich wanderten Wirt und Tier vollgepackt mit Lebensmitteln und Getränken zurück zur Alm und dem Stall voller Ziegen. Die Sommerfrischler aber auch die einheimischen Gäste bestellten durch eine Luke ihre Radlerhalbe oder auch eine Limo für die Kinder. Zum Essen war der zum Punkt gereifte Camembert mit Butter und Schwarzbrot Michels Renner. Ansonsten war die Speisekarte eher bescheiden, die auf Bergalmen übliche Erbsensuppe mit Würstl oder ein Schiwasser (heiße Zitrone), Flaschenbier und andere Kleinigkeiten. Zum Zeitvertreib der Jungen war in einer Ecke eine Tischkegelbahn aufgestellt und außerhalb des Hauses am Hang konnte nach Herzenslust geschaukelt werden.

Schon der Großvater des jetzigen Wirtes, der Denken Blasi hatte die Alm im Jahre 1926 gebaut und Gäste empfangen. Der Betrieb wird deshalb schon in der dritten Generation von der gleichen Familie betrieben.

Lang nach dem zweiten Weltkrieg wurde die Gaststätte erweitert und mit elektrischem Strom versorgt. Der Maulesel wurde durch einen Unimog mit entsprechender Ladefläche ersetzt. Wie in solchen Almwirtschaften üblich, müssen die Gäste weiterhin ihre Bestellung durch die vorhandene Luke abgeben und auch abholen. Bei gutem Wetter sitzen sie dann in Scharen auf der großzügigen Veranda und schmausen den von Michels Mutter zubereiteten Kaiserschmarrn oder andere Schmankerl. Vielleicht löschen sie ihren Durst auch nur mit einer frisch gezapften Halbe Helles oder mit einem kühlen Weißbier.

Der junge Wirt bestreitet bei den im Isarwinkel üblichen Hänseleien ernsthaft, er hätte irgendwelche Ambitionen, sich zu binden - doch das bedeutet nichts.

Sein Vater hatte die Sechzig schon überschritten, als er seine Frau Christa ehelichte und mit ihr zwei gesunde Kinder bekam und diese bis ins hohe Alter aufwachsen sah.

Heute ist das Wetter trüb. Einige Regentropfen fallen vom Himmel, am gegenüberliegenden Brauneck ist der Gipfel von dichten Wolken umhüllt. Das hindert manchen Wanderer nicht davon ab, sich auf den Weg durch Wiesen und Wälder zu machen, um auf die Denkmalm zu kommen. Erst beim letzten Anstieg tritt die Hütte in Erscheinung und schon ist man oben angelangt.

Von draußen hört man die kreischenden Stimmen

einiger Kartenspieler, welche am Stammtisch ihren Schafkopf dreschen. Fortuna verteilt die Karten ungünstig und deshalb will heute bei den Vieren keine rechte Laune aufkommen. Unkonzentriert lamentieren sie am Können ihrer Tischnachbarn herum. „Nachkarteln“ nennt man das und endet nicht selten mit einem handfesten Streit. Dieses Mal entscheiden sich die Schafkopfler das Spiel zu beenden. Trotz allem kommt keine Langeweile auf, zum erörtern und diskutieren gibt es genug. Lautstark genug und nicht zu überhören geben sie ihre Meinung zum Besten.

„Habt´s as gseng gestan im Fernseh, da hat da Kreitapapst, da Schubeck wieda an Pudazucka in Schweinsbratn einigmacht, karamellisier'n nennt a des.“

„Des wenn mei Oide macha dat,“ grantelt der nächste, „nausschmeissn dat i´s mitsamt ihr'm Pudazucka aufm Schweinsbratn.“

„Des is alles nimma so wia früara, de wissn gar nimma, was fia a neimodisch Krampfzeig dass no erfindn miassn.“

ANTONIUS
Tenne

Uriges Gasthaus
und Bar
im 1. Stock

Neu

Tel.: 77 39 64
Plinganserstr.10
81369 München

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

Unser Tipp:

Mit gemütlicher
Abend Terrasse
von 18.00 h bis 23.00 h

←-----→

Kommen Sie nach dem
Konzert oder Theater

Freitag & Samstag
Essen bis 2.00 Uhr früh
sonst bis 23.30 Uhr

Unser Gasthaus wurde für den Gastro-Award 2000 nominiert!

www.antonius-tenne.de

Auch der Vierte muss seine Meinung über die Gegenwart zum Besten geben.

„Und i woass haargenau, weichane bei uns im Dorf zuazogn san, weil´s gar so freindli „Griass God“ sagn, des is woi aus da Mode kema.“

„Wia soins denn de Junga wissen, wenn´s ihre Äitan scho net glernt ham?“

Und´s Kreiz müassn´s a obhänga aus´m Klassnzimma.

„Ja do leckst mi,“ meint der Erste, „des kimmt olles nua vo da Schui und dera deppatn Mengenlehre.“

„Des ham mia olles net ghabt und san trotzdem was worn.“

Noch einiges gäbe es zu bemängeln aus Sicht der vier Nörgler. Doch da betritt eine junge Mamma mit ihren zwei Kindern die Gaststube.

„Griass God beinand“ grüßen die Neuangekommenen und setzen sich bescheiden an einen Tisch ganz am Fenster. Der freundliche Wirt und die übrigen Gäste grüßen zurück. Nur die Hitzköpfe am Stammtisch erwidern den Gruß im Eifer des Gefechts nicht.

Ein älteres Ehepaar, denen die Debatten der Stammtischler schon lang auf die Nerven gehen, spricht sich flüsternd ab. Der Herr steht auf und wendet sich zu den Vieren.

„Es Dreckhammen, es dreckign! Do red´s ihr von Erziehung und deat´s no net amoi an Gruass vo de Kinda zruckgeh. I dat mi schama, wenn i ihr warts.“

Der Mann ist offensichtlich fertig mit seinen Ausführungen. Er setzt sich sichtlich zufrieden wieder zu seiner Frau.

Die Stammtischler halten flüsternd ihre Köpfe zusammen. Sie beraten sich, wie sie sich weiterhin verhalten sollen. Doch die Klugheit

siegt, denn einer von ihnen steht auf und geht zögernd zum Tisch der limotrinkenden Kinder. „Müasst´s scho entschuldign, Kinda. Vor lauta disputiern hamma eich gar net damerkt. Nix fia unguat.“

Der Friede ist in der Gaststube wiederhergestellt.

So hat jeder in Lenggries seine Kindererinnerungen von der Denkmalm und die zukünftigen Nachkommen der zwei eben geschilderten Kleinen werden hoffentlich auch in den Genuss der gemütlichen Hütte kommen.

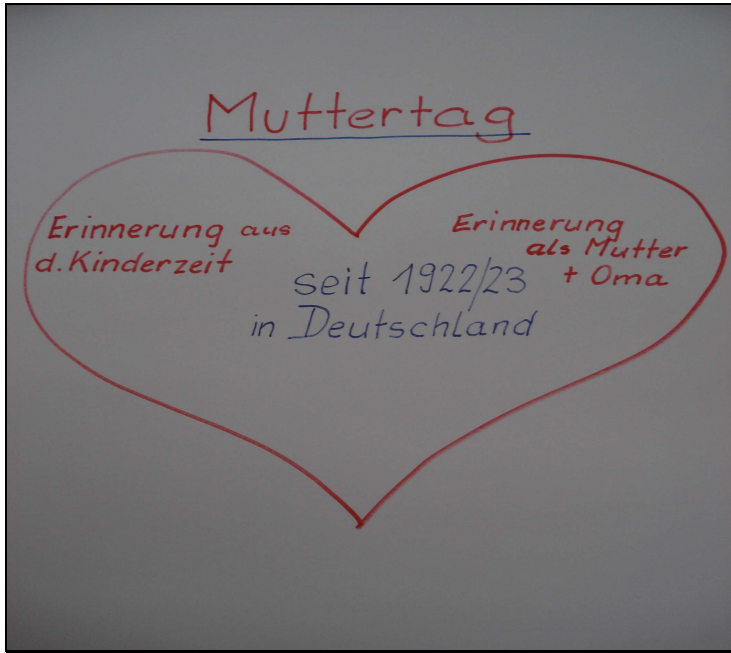
Weidenlohstr. 6 b
83661 Lenggries
08042-973038
feelgood@drhansraasch.de

“Ich selbst war schon auf der Denkmalm, man steigt gemächlich hoch, wird würdig empfangen und isst mit Behagen. Ein toller Tagesausflug”.

(Heidi, Redakteurin von Mein SENDLING)

<p>Lern.Werk®</p> <p>Wissen auf den • gebracht</p>  <ul style="list-style-type: none">* Nachhilfe & Förderunterricht* Prüfungs- und Übertrittsvorbereitung* Deutsch als Fremdsprache* Abstimmung mit den öffentl. Schulen nach Wunsch	<p>Bürozeiten : Montag bis Freitag von 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr, in den Ferien wechselnd und nach Vereinbarung.</p> <p>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</p>
--	--

13. Erzählcafe : Muttertagserinnerungen



Im Mai, wenn der Kommerz sich auf den Muttertag konzentriert, wollten wir nicht nachstehen und haben unser Erinnerungsvermögen angestrengt.

An die Einführung des ersten Muttertags am **13. Mai 1923** kann sich niemand der Anwesenden mehr erinnern.

Eine unserer achtzigjährigen Teilnehmerinnen hat 1936 ein Muttertagsgedicht gelernt, das sie heute noch für uns zitiert:

**„Nun ist der Mai im Land
mit Blumen zog er ein.
Die ersten Blüten, die ich fand,
bring ich Dir Mütterlein.
Das Blümlein braucht ein Sonnenschein
Sonst geht es bald zu Grund
Und ich, ich brauch mein Mütterlein
Gott halte Dich gesund.“**

Dieses Gedicht hat sie ihrer Mutter aufgesagt und Vergissmeinnicht oder auch Gänseblümchen gepflückt und in einer Schüssel mit Wasser und mit einem Stein beschwert überreicht.

Maiglöckchen oder Trollblumen mussten im Wald oder Sumpfland gebrockt werden. $\frac{3}{4}$ Std. war sie hierfür mit ihrer Freundin zu Fuß unterwegs.

Blumen kaufen konnten wir uns als Kinder nicht leisten, wird einstimmig bestätigt. Entweder aus dem eigenen Garten, und für "gartenlose" musste schon auch mal ein Fliederstrauch aus der Nachbarschaft herhalten.

In Deutschland wurde der Muttertag anfänglich als "Tag der Blumenwünsche" gefeiert. Uns Kinder hielt dies aber nicht ab, auch Bilder zu malen und Gedichte zu lernen. Meine Mutter bekam von mir, als ich das Rabattmarkengeld erhielt, immer einen Maikäfer gefüllt mit Pralinen zum Muttertag. Eine Teilnehmerin erzählt, dass ihr Sohn vor Aufregung folgendes Gedicht aufsagte:

„Mutter Deine Hände sind so grau wie Dein Gesicht“.

Einige Mütter unter uns erinnern sich noch an ziemlich stressige Muttertage, wenn die Kinder schon um $\frac{1}{2}$ 7 in der Küche hantieren und dann im wahrsten Sinn des Wortes ein „Frühstück“ ans Bett bringen, zu absolut unchristlicher Zeit.

Eine Mutter von 3 Kleinkindern erzählt: „Bis ich alle drei für den Muttertagsausflug angezogen hatte, hatte die Kleinste ihre Mütze zweckentfremdet und Blumenerde eingefüllt.“

Ich erhielt von meinem 9-jährigen Sohn zu meiner Überraschung dicke Stumpen-Zigarren. Als ich ihn fragte, wieso er mir nicht die kleinen, dünnen Zigarillos gekauft hätte, sagte er: „Mama, ich hab gedacht, die großen sind dir zu teuer, darum hab ich sie dir geschenkt.“

Während der Zeit des Nationalsozialismus bekam der Muttertag eine andere Gewichtung. 1934 wurde er zum Gedenk- und Ehrentag der deutschen Mutter und mit der Einführung des Mütterdienstes begangen. Dies war eine Art sozialer Dienst von Müttern für Mütter. 1938 wurde zusätzlich das Ehrenkreuz der Deutschen Mütter eingeführt und am 21. Mai 1939 erstmals verliehen.

Nach Aussagen unserer 80ig-jährigen Teilnehmer gab es ein silbernes und ein goldenes Mutterkreuz, das je nach Kinderzahl verliehen wurde.

Religiöse Feierlichkeiten wurden derart zelebriert, indem Schulkinder und Mütter in die Kirche gingen und die Mütter nachher ein Spalier

bildeten und jede Mutter von einem Kind ein Blumensträußchen geschenkt bekam.

Eine andere ältere Teilnehmerin erzählt, dass im Sudetenland, wo sie aufgewachsen ist, die Schulkinder gemeinsam zum Friedhof gingen und dort im Rahmen einer Gedenkstunde der verstorbenen Mütter gedacht wurde.

Seinen Ursprung hat der Muttertag in der englischen und amerikanischen Frauenbewegung. 1865 versuchte die Amerikanerin Ann Maria Reeves eine Mütterbewegung namens Friendships Day zu gründen.

Als Begründerin des heutigen Muttertages gilt jedoch die Methodistin Anna Marie Jarvis. Sie führte in Grafton am 12. Mai 1907 ein Memorial Mothers Day Meeting durch, in Erinnerung an den zweiten Todestag ihrer Mutter Ann Maria Reeves Jarvis.

1914 wurde der Muttertag zum ersten Mal in Amerika als nationaler Feiertag begangen.

Herr R. und seine Frau, die längere Zeit in Amerika gelebt haben, erzählen, dass der Muttertag dort groß gefeiert wird. Die Kinder basteln für ihre Mütter. Es ist ihr Ehrentag, sie werden beschenkt und es gibt reichlich zu essen und zu trinken.

In den USA werden die finanziellen Aufwendungen für den Muttertag nur durch Weihnachten übertroffen. Nach Schätzungen werden durchschnittlich pro Mutter 139 US-Dollar ausgegeben.

BEWERBUNGSFOTOS und MEHR:

**Marion Mutschler,
FOTOGRAFENMEISTERIN**

**Fotostudio Öztalerstr. 1b
81373 München**

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

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



Nach Angaben des HDE gibt jeder Deutsche im Schnitt 25 Euro für Muttertagsgeschenke aus. Größtenteils werden immer noch Blumen verschenkt, sodaß der Umsatz mit Schnittblumen in der Muttertagswoche bis zu 130 Millionen betrug.

Am Ende unseres Erzählcafe's kann ich zusammenfassen, dass die Mehrheit der TeilnehmerInnen für eine starke Reduzierung der Kommerzialisierung plädieren.

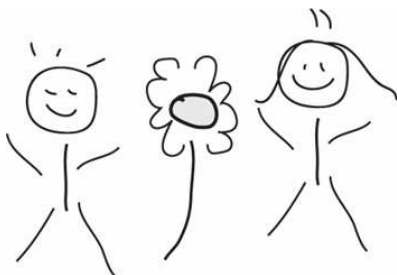
Beim nächsten Erzählcafe, am 25. Juni 2010, wollen wir uns voraussichtlich mit dem Thema "Alter ist eine Herausforderung" beschäftigen und unsere Erfahrungen austauschen.

Es wäre schön, wenn wir Sie neugierig gemacht haben.

Ich freue mich auf Sie

Ihre

Elisabeth Kripp



Ihr Bildungs- und Kulturhaus am Harras

Sommercamp

In den letzten 3 Wochen der Sommerferien (23.08. -10.09.10) findet bei uns ein Sommercamp statt, jeweils **montags bis freitags 9.30 – 12.30 Uhr**. Neben schulischen Themen zur Wiederholung und Vorbereitung auf das neue Schuljahr (Mathematik, Deutsch, Englisch-Conversation etc.) stehen auch viele kreative Themen auf dem Programm. Vereinbaren Sie gerne einen persönlichen Beratungstermin und buchen Sie schon rechtzeitig. Es steht nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen zur Verfügung.



Lernbär



Sabine Hoppe

lernstudiobarrossa

weiterbildung. nachhilfe. sprachkurse.

Plinganser Str. 32 ▪ 81369 München ▪

Tel.: 089 74 11 86 10

m-sending@lernstudio-barbarossa.de

Vorstellungsartikel November 2009

Skizze über den Mond von Bernhard Horwatitsch

Der Mond is bloß a nackerte Kugel.

Ich erinnere mich, während ich im Himmel den Mond betrachte an einen Dokumentarfilm, wo dieser Satz gesagt wurde.

Eine ländliche Gegend, eine alte Frau mit gegerbtem Gesicht, einem Gesicht in dem man lesen können müsste, wie in einer magischen Bibliothek voller geheimnisvoller Bücher, deren ledrige Oberfläche man kaum zu berühren wagt.

Die Frau füttert ihre Hühner, streut in geübter Lässigkeit Brotkrumen und in tiefstem bayrisch - wie ihre Brotkrumen -Weisheiten von sich.

Ich erinnere mich an keine ihrer Weisheiten, habe nur diese karge Philosophie wie ein Gefühl in mich aufgenommen.

Der Mond is bloß a nackerte Kugel, denke ich, schaue in den Nachthimmel. Ein Hexenmond ist zu sehen und da soll, sagt man, das Wetter umschlagen.



In dem Film, an den ich mich erinnere, spielte der Mond keine Rolle, kam meines Wissens gar nicht vor. Aber vielleicht, denke ich, ist das Gesicht der alten Frau eine Mondlandschaft, sind ihre Weisheiten Mondweisheiten.

Ich vertiefe mich in die Schweigsamkeit des Mondes und denke, ich geschwätziges Wesen, was gäbe ich nicht manchmal dafür, selbst so stoisch schweigen zu können.

Ich seufze, wende mich ab: *Der Mond is bloß a nackerte Kugel.*

Augen & Fitness

Spezial Seminare z. B. in den Bereichen

- 👁️ Sport – Peripheres Sehen
- 🖥️ Bildschirm Arbeitsplatz
- 👴 Altersweitsichtigkeit
- 👦 Kindersehtraining

Augen & Fitness Doris Lederer

Ihr Spezialist für ein besseres
Sehen

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

Telefon 089 411 35 999



Vorstellungsartikel Januarausgabe 2009



Ringelreihen von Gabrielle

Minnie Sweet & Whisky Sour

von Velvet Pink

Die Tücke des Toilettenpapiers

Ein lauer Sommerabend, ein Gläschen Prosecco und Minnie war wieder in ihrem Element. Sie stand im Bad, die Musik lief auf voller Lautstärke und wenn die Nachbarn damit nicht einverstanden waren, Minnie konnte sowieso nichts hören vor lauter Beschallung.

Ihre wuchtigen Beine mitsamt des unübersehbaren Hinterteils hatte sie bereits in eine enorm figurbetonte Röhrenjeans gezwängt, über deren Erwerb sie sich sehr freute. Somal sie die Hose in ihrer Größe nicht gefunden hatte und nun zwei Nummern kleiner trug. Auch nicht schlecht, dachte sie, denn wer kann schon von sich behaupten, innerhalb weniger Augenblicke, die ihre Entscheidung für diese Jeans brauchte, augenscheinlich eine derartige Figurveränderung erlebt zu haben?

Ihr gegensätzlich zum Unterkörper zierlich geformter Torso steckte in einem neckischen Babydoll, mit dem sie die Rundungen ihrer Hüfte erfolglos zu kaschieren versuchte. Unbemerkt dieser Tatsache schlüpfte sie in die hochhackigen Pumps, die ihre giraffenhafte Größe noch erheblich untermauerte.

Ein wenig Rouge hier, etwas Abdeckstift da, die roten Haare wie ein Sahnehäubchen auf toupiert und den gewagte Lidstrich nicht vergessen und fertig war das Werk. Selbstzufrieden besah sie sich im Spiegel, wiegte ihre breiten Hüften im Takt und hörte weder das wütende Poltern des Besenstiels der Nachbarin unter ihr, noch das juste Klingeln des von ihr gerufenen Taxis.

Sie steckte sich eine unangezündete Zigarette zwischen die fast perfekt geglossenen Lippen und stakste in den Flur, um sich noch eben schnell die Jacke überzuziehen, die Handtasche mit allen unwichtigen Utensilien für die Frau zu bestücken und schaltete im Wohnzimmer noch die Musikanlage aus, als sie doch tatsächlich das Poltern unter ihr, wie auch das Klingeln der Türglocke bemerkte.

Eine wild geschleuderte Handtasche war das erste, das der Taxifahrer erblickte, während Frau Müller aus dem Erdgeschoss noch das polternde Klackern der Stöckelschuhe auf den Holzstufen in den Ohren dröhnte.

In der Diskothek angekommen, glich das Prozedere an der Tür einem gut eingespielten Schauspiel. Minnie küsste die Türsteher links und rechts auf die Wange, lachte schallend bei einem kleinen Wortspiel über ihr gelungenes Outfit, ehe sie die Stufen in das Etablissement erklimmte. Die unangezündete Zigarette saß noch immer, wo sie sie im Bad platziert hatte. In Zeiten des Nichtrauchertums hatte sie sich angewöhnt, wie sie es bezeichnete, trocken zu rauchen. Kippe rein, anzünden nein.

Flavia's World of Beauty



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

Der Barkeeper winkte ihr bereits zu und die übliche Gesellschaft schien auch schon am Platz. Das gleiche Spiel wie am Eingang wiederholte sich in einer nicht enden wollenden Schleife: Küsschen links, Küsschen rechts, soweit das Auge reichte und der Mund des sich spitzens nicht müde wurde.

Der erste Whisky Sour stand bereits am Tresen und bettelte schweigend um das Getrunken werden, dem Minnie nach der langen Begrüßungszeremonie auch endlich nachgab. Der erste Drink war auch schnell eingenommen und es folgten Teil 2,3 und 4 in fast einem Zug. Die Musik dröhnte aus den Boxen, Minnies Stimmung war auf dem Höhepunkt. Das Geplaudere mit Bekannten gestaltete sich in wilden Verrenkungen wegen der lauten Mucke, die alles zu überdröhnen gewillt war, das nicht dem Gebrüll einer Thyranosaurus Rex entsprach, als ein gut gebauter, großer und überaus attraktiver Mann sich den Weg zu ihr hinüber bahnte. Schnell kamen sie ins 'Gespräch', Minnie lachte ihr

schallendes Pferdelaichen und wackelte mit ihren Hüften im Takt der Musik, bis der Prinz, wie sie ihn doch sah, sie zum Tanz aufforderte. Eine leichte Hitze stieg ihr in den Kopf, ein zartes Kribbeln breitete sich in ihrem Bauch aus und noch dazu, der stille Drang auf die Toilette zu gehen. Es half kein Kneifen und auch kein Ignorieren, sie musste dringend auf's stille Örtchen und sich der vier Whisky Sour entledigen, die sie sich da so schnell und doch auf ihre Art genussvoll einverleibt hatte. Mit einer peinlich zu genauen Geste machte sie ihrem Gegenüber klar, was sie vor dem Tanz noch zu erledigen hatte, bevor sie noch mit dem nicht falsch zu verstehenden Handzeichen zu warten verschwand. Die Toiletten in diesem Lokal waren ihr zuwider: sie waren zu klein, zu eng, zu niedrig und zu schmutzig, weswegen sie sich mit ihrer Größe und Statur in jeglicher Hinsicht einem Dilemma gegenüber sah. Minnie pellte sich aus der Hose, zielte um Haltung kämpfend die Mitte der Schüssel an, während sie gleichzeitig krampfhaft bemüht war, nicht den verdreckten Rand der Schüssel mit ihrem Gesäß zu berühren. Man muss dazu sagen, dass sie das mehr mit der Sensorik tat, denn mit Augenmaß, da ihr Gesäß nun mal eine nicht zu verschweigende Größe hatte. Aber soviel Mühe musste ja letztendlich mit Erfolg gekrönt sein. Das letzte Stück Toilettenpapiers rollte sich in deiner Endlosschleife von der Rolle und Minnie war endlich bereit sich wieder in die zweite Haut namens Jeans hineinzquetschen. Ihre Ellbogen eckten an jeder Seite der Toilette an, bevor sie den schweißtreibenden Kampf endlich gewonnen hatte.

Erhobenen Hauptes und mit einem strahlenden Lächeln schritt sie zurück zu dem Prinzen, der tatsächlich noch immer auf sie wartete. Der Beat drang bis in den tief sitzendsten Knochen, Minnie war beschwippt von Whisky und dem Anblick des in ihren Augen leckersten Typs im Raum und ließ sich willenlos und augenzwinkernd zur Tanzfläche schieben.

Ihr Lächeln blieb, als sie sich umdrehte, es strahlte, als sie ihn ansah, es stolperte als er ihr mit fragendem Blick ihren Zwei-Meter-Klopapierschwanz zeigte, den sie wie einen wehenden Umhang aus dem Bund der Hose hinter sich her gezogen hatte und gefror zu Eis, bevor sie in geduckter Haltung und mit hochrotem Kopf die Tanzfläche verließ. Doch Minnie wäre nicht Minnie Sweet in Person, wie sie liebt und lebt, wenn sie nicht eine halbe Stunde später die Geschichte in der Runde mit eigenem schallenden Gelächter zum Besten gegeben hätte.

Central Reinigung



“Meine Arbeit ist EURE Freizeit”

Vorstellungsartikel Oktober 2008

In der **Boschetsrieder Str. 79** wird unser **Arthur BUHL** am **28. Juni** die modernste 'offene' Reinigung von München eröffnen. Mehr darüber gibt es in der Juli-Ausgabe von **Mein SENDLING!** Bis Mitte Juni könnt Ihr Eure Wäsche getrost noch zur alten Adresse in die Aidenbachstrasse 30 bringen oder wie immer in eine der vielen Annahmestellen in ganz München. Für SENDLING gibt es die Annahme im REWE-Markt in der Aberlestrasse beim **Fotostudio Strübig.**

Leckere Kuchen Partyplatten
Getränke Leberkäs
Torten Brotzeit
Gebäck Wurst

Und ein Lächeln umsonst...

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



Vorstellungsartikel April 2008

Wir sind SENDLING Seiten

www.mein-sending.de



Jacques' Wein-Depot

Implerstr. 9 - 11
81371 München
Tel. 089/74 79 38 61,
Fax 089/ 74 79 38 60

Vorstellungsartikel August 2008



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

www.arthrose-ganzheitlich.de

Vorstellungsartikel November 2009

Yoga und Entspannung in der Mittagspause



Mittwochs von
12.00 bis 13h00
Plinganserstr. 23
in SENDLING
Tel.: +49 89 724 36 30

Vorstellungsartikel April 2010

Dipl. - Ing. Nuray Kayakiran



Welserstr. 1
D-81373 Muenchen
Tel. 089-5484 3568
Mobil: 0176-21 866 109

Nuray@derFigurCoach-Nuray.de
<http://derFigurCoach-Nuray.de>

Vorstellungsartikel Dezember 2009

Wir sind SENDLING Seiten
www.mein-sending.de

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




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 

Vorstellungsartikel Juli/Augustausgabe 2007

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.

Liebe Leserinnen und liebe Leser von **Mein SENDLING**,



Ich heiße Christa und mein Beruf ist die Meditation. Vor gut 30 Jahren habe ich angefangen bei Lehrern wie Willigis Jäger und Franz Jalics in die Schule zu gehen. Dann vor 7 Jahren hat es begonnen, dass ich eigene Kurse anbieten konnte.

Jetzt ist, unter glücklichen Umständen, ein neuer Meditationsraum in Thalkirchen entstanden: „Meditationsraum unter'm



Dach" heißt er. Und ich freue mich dort eine neue Gruppe eröffnen zu können.

Meditation ist ein wunderschöner und uralter Weg zu sich selber, zur eigenen Wesensmitte und damit zu Gott.



Vor ca. 4000 Jahren wird der Übungsweg in der Bhagavadgita beschrieben, dann z. B. bei den Wstenvtern, ebenso im Mittelalter: Theresa von Avila oder bei Tauler. In der Neuzeit z. B. von Ramana oder Drckheim.



Die einzelnen Wege sind in der Form und in den Formulierungen etwas verschieden, aber im wesentlichen will die Übung, getragen vom Atem, den Menschen von der Zerstreuung oder Alltagsunruhe oder Angst in die Stille bringen.



Um so tiefer diese wird, um so mehr kann die Seele aus der Tiefe ihre klärende, heilende und inspirierende Wirkung zeigen. Letztendlich fordert die Meditation den ganzen Menschen heraus und damit ist die Meditation kein „Kurs“ sondern ein Lebensweg. Trotzdem kannst Du einfach nur zum kennen lernen kommen. Es braucht Ausdauer,



Hingabe, Entschlossenheit und die Bereitschaft sich selbst zu begegnen.

Oft ist es eine Sehnsucht wesentlich werden zu wollen oder jenseits der vielen Worte und des Wissens, wirkliche Erfahrungen machen zu wollen;



oder einfach tiefer Mensch sein wollen, was einen zur Meditation bringt.



Wer Interesse hat und sich angesprochen fühlt ist herzlich eingeladen. Im Text seht Ihr die Bilder von den Wüsten-Meditations-Tagen, die ich 2 mal im Jahr im Sinai veranstalte. Es grüßt Euch,
Christa

Meditation

Kontemplation

MEDITATIONSGRUPPE

Ein Übungsweg mit Anleitung
wöchentlich, durchgehend, Montag 19.00 Uhr
München-Thalkirchen (Nähe U-Bahn Tierpark)

„Meditationsraum unter`m Dach“

Christa Lohr - Tel: 089/ 850 29 56

zumherz@googlemail.com

www.meditation-kontemplation.de



Unsere Gesellschaft – Wunderwerk und Teufelwerk.

Eingesandt von Carolina W.

Die rasante Entwicklung unserer Spezies hat sich in den letzten Jahrzehnten deutlich niedergesetzt und stößt dem ein oder anderen mittlerweile sauer auf.

Jeder von uns kennt es doch. Das Handy, das man sich letztes Jahr gekauft hat, die Digi-Cam oder auch der Flachbildfernseher. Im hier und jetzt Ware von gestern, Auslaufmodelle. Reduzierte Ware, die doch nur die Leute kaufen, die sich nicht leisten können up-to-date zu sein.

Die tragischste Seite, meiner Meinung nach ist das Übertragen dieses Wegwerf-Denkens auf zwischenmenschliche Beziehungen.

Müll rein, Müll raus.

Sei es eine Beziehung oder eine Freundschaft oder sogar im geschäftlichen Bereich. Irgendwann ist es ausgelutscht, es wird für nicht gut genug befunden oder es ist einfach langweilig geworden.

Müll rein, Müll raus.

Wir entledigen uns doch mittlerweile schneller von Menschen, als wir uns von unserer Mobilrufnummer trennen. Nicht einleuchtend? Na gut, nächstes Beispiel. Es war schon immer so gewesen, dass man jemanden kennenlernt und auslotet, passt es oder passt es nicht.

Man geht eine Beziehung ein, versucht es und irgendwann kommt der Knackpunkt. Das ist der Zeitabschnitt, in dem es darauf ankommt. Kämpft man darum oder lässt es bleiben?

Natürlich trifft das was ich schreibe nicht auf alle Menschen zu, Gott bewahre. Aber ist es nicht so, dass viele Menschen einfach keinen Wert mehr darauf legen dauerhaft sich auf etwas einzulassen, sei es nun eine Beziehung oder eine Freundschaft? Ist es nicht so, dass man gerne früher oder später die negativen Aspekte unter dem Vergrößerungsglas betrachtet, während die guten Seiten hinter runterkippen?

Ich bin bekümmert und es ist bedauernswert, denn man fragt sich doch ernsthaft, in was für eine Welt man seine Kinder gesetzt hat. Ich weiß, das hat man sich das vor 30 oder 40 Jahren auch schon gefragt hat, als alle noch mit Öl heizten und die Äpfel an den Bäumen mit einer widerlich schmierigen Schicht überzogen waren. Es waren auch fragwürdige Zeiten.

Aber ist es nicht so, dass zu dieser Epoche, wie ich es mal nennen möchte, die zwischenmenschlichen Werte noch echte Werte waren? Ist es nicht so, dass diese Werte mit jedem Jahr weiter verwehrlosten? Ich sehe es oft genug, erlebe es selber und bin entsetzt.

Menschen lernt man kennen, man sieht sie kommen und gehen, mal mit einem weinenden Auge, mal mit einem lachenden, mal mit Wut, mal mit Trauer und jedes Mal denkt man sich: Soll es das gewesen sein?

Bedeutet denn Freundschaft und/oder Liebe nichts mehr? Mit was kann man das denn heute noch aufwiegen. Gibt es da überhaupt etwas?

Ich habe immer in dem Glauben gelebt, dass eine Beziehung und eine Freundschaft etwas von Dauer sein kann. Mehr eine



RISTORANTE
Pizzxo
PIZZERIA
Gutschein
für ein Glas Prosecco
Schäfflarnstr. 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

Freundschaft, als eine Beziehung, denn Liebe kann man ja bekanntermaßen nicht erzwingen. Dennoch bedeutet auch Liebe ein ständiges daran arbeiten.

Wer will das heutzutage noch? Wieviele Singles gibt es denn in unserem Land, auf der ganzen Welt? Ist München nicht Singlestadt Nummer eins? Aber warum?

Ich denke, dass es Menschen leichter fällt, ihre ganze Kraft in die Arbeit zu investieren als in eine Beziehung. Die Arbeit ist berechenbar, folgt bestimmten Regeln und ist klar definiert. Eine Beziehung oder eine Freundschaft ist es nicht.

Freud und Leid, Kummer und Sorgen, die man miteinander teilt, werden zu komplizierten Unsicherheitsfaktoren. Wird der- oder diejenige mich irgendwann nicht mehr mögen, wenn ich Schwäche zeige? Kann man noch miteinander lachen und weinen und zwar tief aus dem Herzen heraus? Vertrauensselig? Mit der Zeit und mit jeder Enttäuschung fällt es einem doch immer schwerer sich zu öffnen und auch für andere da zu sein.

Hat man vor Jahren noch dem Obdachlosen an der Ecke einen Euro zugeworfen, denkt man sich heute: Ach wozu dem Penner da seinen Schnaps finanzieren?! Doch der Grundgedanke, der hier zählt, geht dabei verloren. Und zwar, dass man Gutes versucht zu tun. Der Versuch alleine ist doch schon Gold wert und man würde sich besser fühlen.

Meinungsverschiedenheiten werden nicht mehr in einem ernsthaften und ehrlichen Gespräch ausdiskutiert.

Nein, es ist einfacher, die Handynummer aus dem Verzeichnis zu löschen: aus den Augen aus dem Sinn.

Und auch die jungen Leute in der Disco. Kennenlernen, vögeln, weg.

Müll rein, Müll raus. Und weiter im Konzept.

Die Gefühle rauschen nach oben wie eine Achterbahn und verklingen ebenso schnell, wie die Fahrt dauert. Gewalt wird zur Gewohnheit, sehen wir sie doch tagtäglich über den Bildschirm huschen. Sexualität ist nichts weiter als ein Snack zwischendurch, mit wem auch immer. Ich bin kein Moralapostel, bin auch nicht gefeit vor dem Lauf unserer Welt und der Entwicklung der Gesellschaft, aber solange man noch klare Augenblicke hat, sollte man diese nutzen.

Dafür, ein besserer Mensch zu sein und sei es nur für einen Augenblick.

Liebe Gabriela,

endlich komme ich einmal dazu, auch vom
Bewohnertreff Informationen weiterzugeben.

Bewohnertreff, Pfeuferstr. 3
Tel. 0178/5181571 Frau Maurus

Jeden Donnerstag findet ein Englisch-
Konversationskurs mit Judy und Andrew statt, 19.00
bis 21.00 Uhr, Motto: "Learning by doing",
einfach Kommen! Kosten: 10 Euro pro Monat



Ich würde mich freuen, wenn wir in der nächsten
Ausgabe Beachtung fänden.

Liebe Grüße

Frauke WECK

think different
15 gute gründe und mehr
gesundheit für mensch und natur
sicherheit für den verbraucher
artgerechte tierhaltung
aktiver klimaschutz
achtsamer umgang mit den ressourcen
keine gentechnik
naturgenuss
keine pestizide
www.bio-mit-gesicht.de



regionale wirtschaft bevorzugt
neue arbeitsplätze und soziale verantwortung
faire partnerschaften und chancen für kleinbauern
zukunft für alle
hollerbusch natur pur

wir versuchen diese kriterien einzuhalten und zu erfüllen. wir leben mit euch, von euch.
eine feste mitarbeiterin, vier bis 400 Euro jobs,
und schüler und jugendliche, die lernen und gut bezahlt werden.
es ist nicht einfach, diese oase zu erhalten im meer der großkonzerne und des geldes.
wir machen es. „we do it.“
und ihr ermöglicht es. danke.
deshalb gibt es im juni auf alle käse (ca. 50 verschiedene) und brote (vier bäcker, jeden tag frisch)- ausgezeichnet als „national“bäcker- und kuchen - da sind wir in untersendung unübertroffen
- 10% nachlass. es gibt alles, was ihr wollt.
der weg ist das ziel.

danke.erwin.

hollerbusch biomarkt sendling
daiserstr. 5, tel.: 77 64 74
biomarkt.sendling@gmx.de



Kosmetikstudio
Beauty & More
Daiserstr. 33, 81371 München
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

Der Zauberer

von Christian Hoffmann

Kapitel 6: Im Magischen Land

Was bisher geschah: Auf der Flucht vor dem bösen Zauberer Roberto Block, der im Zirkus Dandelion das Publikum verhexte, gelangen die Kinder und das magische Kamel Balthasar in eine fremde Welt.

»Eigentlich brauchten wir gar nicht so zu laufen«, keuchte Balthasar, wobei ihm vor Anstrengung die blaue Zunge bis zum Boden hing. »Hierher wird er nicht wagen, uns zu verfolgen.«

Die Fabelwesen hatten uns eingekreist und musterten uns schweigend - so, als würden sie auf etwas warten. Ich merkte, wie Mia meine Hand nahm. Ich schaute zu ihr hinüber. Sie zitterte nicht mehr, sondern lächelte mir zu. Mir wurde klar, dass sie nun keine Furcht mehr hatte.

»Oh, große und weise Hexenkönigin«, erhob unser Kamel plötzlich seine Stimme. »Beschütze uns vor Magister Roberto Block, der seine magische Macht missbraucht hat, um viel Unheil anzurichten. Er hat nicht nur zahlreiche unschuldige Kinder verzaubert und gefangengenommen, sondern auch im Zirkus Dandelion...«

Aber er wurde abrupt unterbrochen, denn in diesem Moment kamen zwei der Schildkrötenwachtposten herein, in ihrer Mitte einen zappelnden und schimpfenden Magister Block eingeklemmt. So sehr er auch versuchte, sich zu befreien, gegen den eisernen Griff der Wächter kam er nicht an. »Wir haben diesen seltsamen Burschen erwischt, wie er heimlich durch die Burg geschlichen ist. Außerdem hat er sein magisches Motorrad im Halteverbot mitten auf dem Burghof geparkt!« Eine der beiden Schildkröten gab Roberto Block einen Schubs, so dass er genau zu uns in die Mitte des Saales taumelte.

Zornig schnaubend stand er da. Plötzlich trat Fräulein Tina ein paar Schritte vor. Sie stand nun direkt vor Roberto Block. »Gebt acht, die Hexenkönigin wird nun ihr Wort erheben!«, rief einer der Schildkrötenkrieger mit seiner knarzigen Stimme.

»Aber... das ist doch nicht möglich! Fräulein Tina ist die Hexenkönigin?«, flüsterte Mia, die genauso erstaunt war wie ich. Fräulein Tina, die wie immer ihr silbernes Cowgirl Dress anhatte, räusperte sich und sagte dann etwas, das uns noch mehr in Erstaunen versetzte. Sie lächelte und sagte: »Hallo Kinder. Schön, dass ihr hier seid. Wie war die Reise?«

Natürlich hatte Fräulein Tina, die Hexenkönigin, nicht allzu viel Zeit für uns. Sie wandte sich dem gefangenen Magister Roberto Block zu, um ihn

zu verhören. Ich hatte eigentlich fest damit gerechnet, dass sie ihn wütend anschreien und schimpfen würde, aber das tat sie nicht. Sie fragte nur mit ganz ruhiger Stimme: »Warum haben Sie das getan?«

Und da merkte ich, dass der scheinbar so mächtige und großartige Meistermagier vor Angst nur so schlotterte. Kleinlaut sagte er schließlich: »Mir war halt so langweilig, ich wollte auch einmal ein böser Zauberer sein...«

Da trat Fräulein Tina schnell vor ihn hin und riß gleichzeitig an seinen beiden Ohren! Was war nun wieder los? Staunend sahen wir, wie sich das Gesicht Roberto Blocks als Maske entpuppte, die ihm Fräulein Tina mit einem Ruck herunterzog. Und wer da zum Vorschein kam, das war die größte Überraschung: »Ludovico der Große...!«, rief voller Staunen die Menge, die ihren Augen nicht trauen konnte.

Ich warf Mia einen fragenden Blick zu und merkte, dass sie genauso verwirrt war wie ich selber.

Dann folgte die Gerichtsverhandlung. Ludovico gestand alle seine Untaten und meinte, das alles habe er nur getan, weil es ihm nicht ausgereicht hätte, immer nur zum Vergnügen des Publikums zu zaubern. Er wollte einmal so sein, wie die Schwarzmagier, die er aus Comics, Kinofilmen und Taschenbüchern kannte. Ob das denn wirklich so viel aufregender sei, wollte ein alter, weiser Drache wissen, der als Staatsanwalt auftrat. Ludovico antwortete nicht, aber sein Gesichtsausdruck wurde immer trauriger.

Schließlich wurde die Verhandlung unterbrochen, weil einige Boten mit wichtigem Beweismaterial erwartet wurden. Eine Horde Gebirgstrolche kam auf riesenhaften Kranichen angefliegen. Jeder der Trolche trug eine kleine Glasflasche mit sich. Natürlich waren es die Flaschen aus Roberto Blocks, beziehungsweise Ludovicos Wohnwagen, in denen er seine verzauberten Opfer eingesperrt hatte.

**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



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



Vorstellungsartikel September 2009

Fräulein Tina flüsterte einen Zauberspruch und alle Flaschen zersprangen und gaben die Gefangenen frei. Ein weiterer Zauberspruch brachte sie wieder auf ihre normale Größe zurück. Kai, der sich genau wie die anderen Kinder erst einmal sehr wunderte und vor den vielen Fabelwesen fürchtete, entdeckte uns schon nach wenigen Augenblicken. Lachend fiel er seiner Schwester und dann mir um den Hals.

Ich blickte zu Ludovico hinüber und stellte fest, dass er reumütig auf den Boden starrte. Er schämte sich so sehr, dass ich ihm gar nicht mehr so richtig böse sein konnte. Natürlich hatte er trotzdem Strafe verdient, aber immerhin hatten wir ein spannendes Abenteuer erlebt, und nun waren ja alle Gefangenen wieder befreit.

Kein sterblicher Mensch kann allzu lange im Magischen Land verweilen, und so mussten wir Kinder, noch bevor der Urteilsspruch verkündet wurde, auf dem Rücken einer gigantischen Eule in unsere reale Welt zurückreisen.

Der Abschied von Balthasar, unserem magischen Kamel, von Fräulein Tina, der Hexenkönigin, und von all den anderen Zauberwesen fiel uns nicht leicht, aber Fräulein Tina flüsterte uns zu: »Wir sehen uns schon bald wieder im Zirkus Dandelion. Dort sind nun alle wieder fröhlich. Und vielleicht gibt es dort ja schon bald einen neuen Zauberer der wirklich ungewöhnlichen Art!« - und dabei zwinkerte sie Balthasar zu, der verlegen mit den Hufen scharrte.

Ende



Einladung zur Geburtstagsfeier am 28. Juli 2010 20 Jahre H-TEAM in Sendling

Liebe Leserinnen und Leser von Mein SENDLING,

das H-TEAM wird 20 Jahre alt! Gemeinsam mit unseren Wegbegleitern, Freunden und Förderern möchten wir dieses Jubiläum am Mittwoch, den 28. Juli 2010, mit einem Sommerfest feiern. Hierzu laden wir Sie sehr herzlich in die Plinganserstraße in München ein.

In der begleitenden Ausstellung präsentieren die Künstlerinnen und Künstler ihren ganz eigenen Blick auf „20 Jahre H-TEAM“. Für musikalische Stimmung sorgt live auf der Bühne die Ragtimebluesband „Die Autobahnkapelle“. Für Speisen und Getränke ist gesorgt.

- | | |
|---------------------|--|
| 16.00 Uhr | Eintreffen - Los geht's bei Kaffee und Kuchen |
| 16.30 Uhr | Begrüßung durch das H-TEAM
Grußworte von Stadträtin Gülseren Demirel |
| 17.30 Uhr | Eröffnung der Ausstellung „20 Jahre H-TEAM“: Joachim Graf und Künstler der Black Art Society, Dorothea Loftus, Ekaterina Zeiler, Monika Müller Leibl, Patrick Sommer, Ulrich Neumann |
| Ab 18.30 Uhr | Abendprogramm:
Peter Rubin (eigene Lyrik)
Ulf Lehner (Klavier, Erzählkunst)
Kabarett mit Maria Peschek |
| 22.00 Uhr | Veranstaltungsende |

Feiern Sie mit uns! Wir freuen uns sehr auf Ihr Kommen und auf ein

fröhliches Beisammensein. **Bitte schicken Sie eine Anmeldung spätestens bis 01.07.2010** per Brief/Fax/E-Mail an uns oder rufen Sie uns an: H-TEAM e.V., Plinganserstraße 19, 81369 München, Tel.: 089-7473620, Fax: 089-7470663, E-Mail: info@h-team-ev.de, www.h-team-ev.de

Mit besten Grüßen

Peter Peschel
1. Vorsitzender



Plinganserstr. 19 · 81369 München · Tel.: 089/7 47 36 20

H-TEAM E.V.
HILFT BÜRGERN IN NOT

Fax: 089/7 47 06 63 · www.h-team-ev.de · info@h-team-ev.de

GEWINNSPIEL !!

In welcher Strasse in Sendling ist/war ein Maxlrainer Grossplakat zu sehen?



MAXLRAINER

Die DLG-Gold prämierten
MAXLRAINER Klassiker
jetzt auch im
0,33er Flascherl

10 Tragerl zu gewinnen
In welcher Straße in Sendling ist/war ein Maxlrainer Grossplakat zu sehen?
Antwort-Email schicken an: info@maxlrain.de
Die ersten 10 richtigen Emails gewinnen jeweils ein Tragerl MAXLRAINER nach Wunsch, das beim Getränke BURGER in der Oberländerstr. 24a abgeholt werden kann.
Teilnahme ab 16 Jahren möglich; es kann nur 1 Tragerl pro Person gewonnen werden. Keine Barauszahlung möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Antwort - EMAIL an: info@maxlrain.de und dann den Gewinn bei Getränke Burger in der Oberländerstr. 24a abholen

Afrikanischer Fußball von Kriemhilde Klippstätter

Wir kurven in der Mittagshitze durch den Nationalpark im kleinen PKW, den wir uns in Johannesburg besorgt hatten. Gleich am Flughafen, so hatte es uns Alfonse eingeschärft. Südafrikas Hauptstadt sei zu gefährlich für uns zwei Frauen, Agnes und mich.

Wir befolgen gerne seinen Rat, denn wir wollen sowieso lieber wilde Tiere im Park sehen als wilde Burschen in der Stadt. So düsen wir rauf in den Norden, der Linksverkehr bereitet nach ein paar Stunden keine Probleme mehr.

Im Krüger Nationalpark hatten wir uns schon von daheim aus eine Unterkunft in einer Lodge besorgt, eine wunderbare kleine Rundhütte im Camp, das von einem hohen Zaun gehütet wird, auf dass die Besucher vor der gefährlichen Natur innen sicher leben und schlafen können. Wir lernen, dass Brai nicht für Babys bestimmt sondern bei den Erwachsenen sehr beliebt ist. So heißt hier nämlich das Grillgut und grillen ist ähnlich wie in Australien ein Nationalsport. So gibt es am Abend oft Brai von der eigenen Feuerstelle, die Zutaten kann man im Camp-Laden bekommen und dazu auch noch die eine oder andere Flasche Wein, köstlich südafrikanischen.

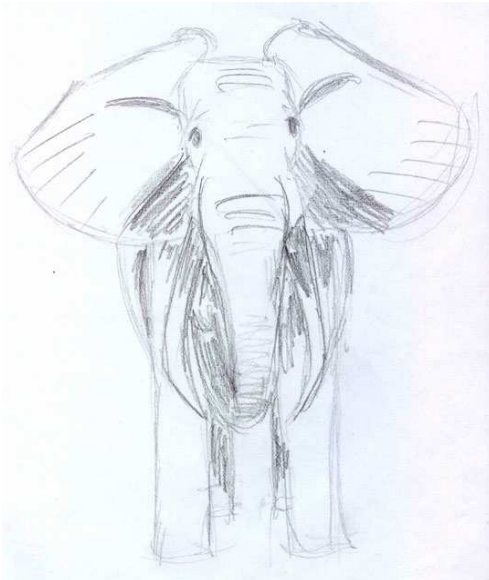
Hoch zufrieden wollen wir eine Woche lang bleiben: Morgens raus aus dem Camp und den ganzen Tag im Auto durch die Gegend kurven, wachsam auf der Suche nach den big five (Löwe, Büffel, Leopard, Nashorn, Elefant) und schön langsam, weil die Tiere immer und überall im Park „Vorfahrt“ haben. Es ist herrlich, wir werden reich beschenkt: Büffelherden, alle möglichen grazilen Gazellen, Hirsch- und Springböcke, scheue Zebras, hohe Giraffen, breite Hippos, flinke Affen, einen Warzenschweineber, einen Sekretärsvogel bei der Balz und und und...

Wir kurven also langsam in der Mittagshitze und schon ein wenig schläfrig eine kleine gewundene Straße entlang. Wir haben schnell gelernt, dass haltende Autos – man darf um Gotteswillen nirgends im Park aussteigen außer in den Camps oder dem einen oder anderen Rastplatz – auf etwas Sehenswertes hindeuten. So auch jetzt: wir fahren auf eine kleine Schlange parkender Autos zu, die auf der anderen Straßenseite uns quasi entgegenkommt.

Agnes sitzt am Steuer, ich zücke den Fotoapparat, weil, den werden wir gleich brauchen. Da ist ja sicher ein Tier, wenn gleich fünf Autos

halten. Wir sehen aber nichts. Langsam kriechen wir voran, Augen rechts, links und geradeaus. Nichts. Weiter geht's, ganz langsam, jetzt sind wir fast schon bei den anderen PKWs angelangt und noch immer ist nichts zu sehen oder durch die offenen Fenster zu hören. Ich halte mir das Objektiv vor die Nase, bald muss ja was ins Bild kommen.

Und dann geht alles ganz schnell. Drei Meter vor uns und fast schon neben mir steht ein riesiger Elefant am Straßenrand und schaut sich die gegenüber stehenden Autos an. Wir kommen für ihn aber von hinten, er sieht uns genauso spät wie wir ihn. Beide Parteien erschrecken.



Wir rollen an ihm vorbei, langsam aber ganz nah. Ich versuche, ein scharfes Bild zu bekommen. Geht aber nicht, der Elefant hält nicht still. Er kommt auf mich zu, ich korrigiere das Zoom, er kommt noch näher, wird riesig im Objektiv, ich fange an zu schreien: „Gib Gas, gib Gas, schnell, schnell, weg hier“! Der Elefant holt schon aus und will mit unserer kleinen Blechkiste Fußball spielen. Aber Agnes, die gute, drückt auf das Pedal.

Sie hat zwar nichts gesehen vom Elefanten, mein Rufen klang aber so bedrohlich, dass sie uns aus der Gefahrenzone chauffiert. „Der hätte uns zu Brei geschlagen“, witzle ich später. Foto hab ich keines von dem grauen Stürmer, aber im Sinn ist er mir bis heute geblieben, im Elefantengedächtnis halt.

Daniel 8 Jahre



Daniel Lederer

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 €

HundeSchulenMenschen



Beziehungsorientiertes

teamtraining Mensch & Hund in Sendling

- **Gruppenkurse für Mensch & Hund**
Kurse für Klein & Groß, Anfänger & Profis
- **Einzeltraining/-beratung**
- **Lösungsorientierte Hundeverhaltenstherapie**
- **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.
Nasenarbeit für
Einsteiger
Jeden So.: Welpen-
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:
Sternie Eckhardt Tel. (089) 3815 39-184
Dr. Uta Winkelheide Tel. (089) 3815 39-183

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 Altenzentrum, 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, Windelservice,
Tierzentrum, Lagerverkauf
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 Valleyst.
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, Nestroystr. 2
Lotto-Toto Gabriela Seidewitz, Nestroystr. 2
Das Kleine Backhaus, Alexia APOSTOLIDOU, Boschetsriederstr. 17
Central Reinigung, Aidenbachstr. 30
Jacques Wein-Depot, Implerstr. 9 - 11
Eichendorff-Apotheke, Schmuzerstr. 1
StemmerKuchl, Stemmerhof,
Südbad, Valleyst. ,
RIZZO, Schäfflarnstr. 166,
LernWerk, Karwendelstr. 27
Naturheilpraxis Habermann, Heimeranstr. 58
Sportschule Bliem, Heimeranstr. 58
Kosmetikstudio Beauty and More, Daiserstr. 33
FLA-Design, Boschetsriederstr. 12
Lernstudio Barbarossa, Plinganserstr. 32

Getränke Burger, Oberländerstr. 24,
Getränke Hellas, Thalkirchner Str. 210
Café Kreislauf, Daiserstr. 22

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

Mein WESTEND

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



**Bioresonanz/
Clark-Therapie**

**Naturheilpraxis
Heike Habermann**

**www.naturheilpraxis-
habermann.com**

heike.habermann@gmx.de

Vorstellungsartikel September 2009

*Kein Vergnügen ist so leicht zu haben wie eine nette
Konversation. Sie kostet kein Geld, bringt Gewinn, erweitert
den Horizont, begründet und pflegt Freundschaften und
läßt sich in jedem Alter und so gut wie jeder
gesundheitlichen Verfassung genießen.*

Robert Louis Stevenson



Selbstverteidigung für Erwachsene
Kinder und Senioren
Heimeranstr.58
80339 München

Tel. 089/ 50 83 17 oder 0151/ 59923105

Vorstellungsartikel Dezember 2009

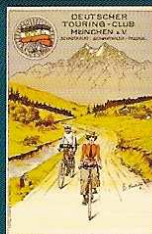


4 Auktionen im Jahr

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!



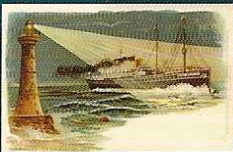
Bestellen Sie unseren Katalog (Vorkasse):
13,- € / Europa 16,- € / Übersee 25,- €
Abo (5 Kataloge) 57,- € / Europa 67,- €



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: redaktion@mein-sendling.de

MACHT MIT BEI UNS !

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

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang JULI 2010

www.mein-sendling.de