



Mein SENDLING

DIE KLEINE NACHBARSCHAFTSZEITUNG



Das Kaminweihnachtsmannpferd von Anna

MOBBING: START DER SERIE

KÜNSTLERINTERVIEW: MARION MUTSCHLER

KÜNSTLERINTERVIEW: MARION FILZEK

WISSENSWERTES, ERHEITERNDES...



Wieder einmal ist es geschafft und ihr habt die 44 Ausgabe in euren Händen. Gabriela und ich haben uns in diesem Jahr für eine eher weihnachtliche Ausgabe entschlossen, da Sylvester ja noch ein paar Tage länger von uns weg ist. Ich verfasse mal wieder das Editorial, weil ich für mich auch ein kleines Jubiläum begehe. Das ist jetzt meine fünfte Ausgabe von "Mein SENDLING".

In dieser Ausgabe habe ich neben dem normalen Setzen von Text und Bildern ein paar Retuschen erstellt, die mir viel Spass gemacht haben. Wenn ihr mich mit 150 Kilo mehr sehen wollt, dann guckt mal auf Seite 12...

Wir möchten allen die zu einem interessanten und informativen Mein SENDLING beigetragen haben, eine großes Dankeschön sagen. Genauso den fleissigen Bienchen die unsere Zeitung immer an die Auslegeorte bringen. Ihr seid die Säulen des Ganzen. Danke.

Jetzt bleibt uns nur noch eins, euch allen ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen Guten Rutsch in ein erfolgreiches, gesundes 2011 zu wünschen.

Bis nächstes Jahr

Gabriela + Chris

INHALT

- 4 VORSTELLUNG Lebenstanz
- 8 GESCHICHTE Der ramponierte Krampus von Dr. Hans G. Raasch
- 13 Stemmerhof von Margarete Buchner
- 16 VORSTELLUNG Ruth Philipp
- 17 REZEPT Kürbis-Kurkuma-Wrap von Verena Wania
- 20 MOBBING SERIE TEIL 1 von Franz Albert Springer
- 22 KÜNSTLERINTERVIEW Marion Filzek von Chris C. Plötze
- 32 Sendlinger Erzählcafe 18 von Elisabeth Kripp
- 34 GESCHICHTE von Ingeborg Pfefferkorn
- 36 GESCHICHTE Was wäre, wenn Weihnachten... von Jürgen Fladung
- 38 KÜNSTLERINTERVIEW Marion Mutschler von Chris C. Plötze
- 41 AUSLEGEORTE / IMPRESSUM
- 42 IN DER JANUAR AUSGABE

“*An Ärger festhalten ist wie wenn du ein glühendes Stück Kohle festhältst mit der Absicht, es nach jemandem zu werfen - derjenige, der sich dabei verbrennt, bist du selbst.*”

Weisheit von Buddha

AUF SEITE 12 ERFAHREN SIE ALLES ÜBER DAS WEIHNACHTSABO...

Redakteure dieser Ausgabe:

Anja Deharde, Dr. Hans G. Raasch, Margarete Buchner, Ruth Philipp, Verena Wania, Franz Albert Springer, Chris Plötze, Elisabeth Kripp, Ingeborg Pfefferkorn, Jürgen Fladung und Anna Lefèvre



Liebe Sendlinger Nachbarn:

Seit August 2000 wohne ich nun in München-Thalkirchen und fühle mich als „Zuagroaste“ in diesem schönen Stadtviertel sehr Zuhause. Hier wohne und arbeite ich von meinem Büro aus und unterrichte TANZ DER ELEMENTE und AFRO-BRASILIANISCHEN TANZ, gleich in der Nähe des Flauchers, genauer gesagt in München-Sendling. Für mich als Naturliebhaberin und kommunikative Frau am Puls der Zeit gehören Sendling und Thalkirchen zu den Stadtvierteln Münchens, die mir ein hohes Maß an Lebensqualität bieten und so schätze ich mich wirklich glücklich hier leben und wirken zu können!

Mein beruflicher Schwerpunkt ist die Kommunikation und so zog es mich nach dem Sprachenstudium am ehemaligen Sprachen- und Dolmetscherinstitut Münchens in die Ferne. Ich erfüllte mir meinen Traum und bereiste Peru, Ecuador und Brasilien. Ich war dort nicht nur als Touristin, sondern auch als Reisende und Wissensdurstige unterwegs und sog alles auf, was die portugiesische Sprache und das Alltagsleben sozial engagierter Initiativen anbelangte. Nach 10 Monaten wieder in Deutschland zurückgekommen, war es eine Brasilianerin, die mein Feuer für den afro-brasilianischen Tanz entfachte. Mit Leidenschaft und Regelmäßigkeit besuchte ich über viele Jahre ihre Tanzkurse und sah mich eines Tages wieder als Kursleiterin einer eigenen Tanzgruppe am Ammersee und später am Chiemsee. Ich entwickelte meine Leidenschaft zu meinem Beruf und absolvierte eine Tanzausbildung, in der ich unter anderem lernte mich intensiv mit meinen ungeliebten





Seiten, meiner eigenen Ungeduld und manchmal Lieblosigkeit mit mir selbst, auseinanderzusetzen. Diese Zeit der Selbsterfahrung prägte meinen späteren Stil mit den Menschen umzugehen, die aus den verschiedensten Gründen meine Tanzkurse besuchten. In der gelebten Praxis und in umfassenden Weiterbildungen und Supervisionsstunden verfeinerte und vertiefte ich meine Kompetenzen und Fähigkeiten das Medium Tanz den Menschen näher zu bringen.

Was ist Lebenstanz?

Die Inhalte in meinem Unterricht mit Teilnehmern verschiedenster Zielgruppen zielen im Wesentlichen darauf ab, durch Bewegung und Tanz Körperbewusstheit zu erlangen. Ob im Tanz oder in Bewegung mit gesundheitsorientiertem Charakter spielt die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, seinen Möglichkeiten und Grenzen, eine zentrale Rolle. Bewegung und Tanz sind in hervorragender Weise geeignet, sich sanft und nachhaltig aus den angelernten Mustern und Zwängen zu befreien, Mut zu sich selbst zu entwickeln und nicht zuletzt innere Ausgeglichenheit, Kraft und Lebensfreude zu erfahren. Wie gut fühlt es sich an sich selber zu spüren und seiner Befindlichkeit Ausdruck zu geben, neue Handlungs- und Erlebnis-spielräume zu erschließen, der inneren Stimme vertrauen zu lernen. Den Raum dafür zu öffnen, die Einzelnen zur Gemeinschaft zu verbinden und das Hinführen zur Selbstwahrnehmung über den Körper, sind Herausforderungen, die ich beim gemeinsamen Tanz und Bewegung immer wieder gerne annehme.

Dietramszellerstr. 12
81371 München
Tel.: 089 44 86 35 4
Fax: 089 48 95 40 85
Mob: 01711479569
info@lebenstanz.com

Für wen kann mein Bewegungsangebot von Nutzen sein?

Letztendlich sind alle Menschen, unabhängig von Vorerfahrungen, Beruf und Alter,



eingeladen teilzunehmen, die sich von den genannten Inhalten angesprochen fühlen. Insbesondere auch jene, die von sich glauben sie können sich nicht bewegen oder die sich gerne bewegen wollen, aber Scheu haben dies in einer Gruppe zu tun. Je nach Zielgruppe gehe ich auf die spezifischen Bedürfnisse der Teilnehmer ein, wie z.B. beim Integrationssport oder in meinen Tanzkursen in Afro-brasilianischen, rituellen und kreativen, freien Tanz. Darüber hinaus biete ich kreative Tanz- und Auszeiten auf der Fraueninsel im Chiemsee an. Die themenspezifischen Tanzseminare sind geeignet sowohl für Frauen als auch Männer, die ihre leeren Batterien wieder aufladen und ihre Seele baumeln lassen wollen. Dabei bietet es sich an, seine eigenen Lebensthemen einmal von einer anderen Sichtweise zu beleuchten und sich im improvisierten Tanz in der Gemeinschaft auf kreative Weise erfahren zu können.

Ich bin immer wieder überrascht, was die Kraft der Gemeinschaft und die Möglichkeit, sich in einer geschützten und inspirierenden Umgebung zu begegnen und auszutauschen in jedem Einzelnen zu bewirken vermag. Die vom Wasser umgebende Insel, das gute Essen und natürlich die spirituelle Umgebung des Klosters der Abtei Frauenwörth, wo unsere Tanzseminare drei Mal pro Jahr stattfinden, tragen dazu bei, sich für neue Erfahrungen zu öffnen. Tanzen ist hervorragend geeignet sich selber zu spüren, seiner Befindlichkeit Ausdruck zu geben, neue Handlungs- und Erlebnisspielräume zu erschließen und nicht zuletzt seiner inneren Stimme vertrauen zu lernen. Den Raum dafür zu öffnen und den Einzelnen zur Gemeinschaft zu verbinden sind Herausforderungen, die ich in meinem Unterricht immer wieder gerne annehme.

Meine Bewegungsangebote:

Tanz der Elemente, fortlaufender Kurs am Dienstag von 19.00 - 20.30 Uhr in Evas Tanztempel, Hans-Preißinger-Straße 8, Halle E, München-Sendling für alle Niveaus

- Bewegte Dialoge in der spielerischen Begegnung
- Rituelle Tänze
- Tanz mit den Naturelementen
- Kreativer Tanz
- Contactimprovisation

Afro-brasilianischer Tanz, fortlaufender Kurs am Dienstag von 20.45 - 22.00 Uhr in Evas Tanztempel, Hans-Preißinger-Straße 8, Halle E, München-Sendling für Bewegungserfahrene.



- Lebensfreude & Energie nach Samba und afro-brasilianischen Rhythmen
- Choreographien nach Trommelmusik mit auftrittsorientierter Tanzgruppe im Chiemgau

Kommunikation in Bewegung

- Workshops und Inhouse-Schulungen in Firmen
- "Zuhause sein, heißt im Körper ankommen": Interkulturelle und kreative Begegnung im Tanz für fremdsprachige Firmenangehörige und deren Lebenspartner

Individuelles Bewegungskoching und Einzeltrainings „Mit dem Körper intelligent kommunizieren“ in München-Sendling.

Zu meinen großen Erfahrungsschätzen zähle ich meine Reisen als Sprach- und Kulturmittlerin in Südamerika und die Begegnungen mit einzigartigen Menschen, die mich als Freunde, Mentoren und Lehrer auf meinem Weg als Lebenstänzerin begleiten und unterstützen. Ich leite verschiedene Tanzgruppen in München und am Chiemsee, bin lizenzierte Sport-Übungsleiterin für Freizeitsportgruppen und interkulturelle Referentin für das Sportamt Stadt München. Als vielseitige Bewegungsforscherin haben mich vor allem die interdisziplinären Begegnungen mit Tänzern aus Fernost, Afrika und Brasilien, Musikern, Körpertherapeuten und Choreographen bereichert. So schätze ich mich glücklich Tanz als grundlegendes Medium der bewegten Kommunikation und des Körperausdruckes für mich erschlossen zu haben. In meiner Ausbildung als Tänzerin faszinierten mich ebenso die Verbindung und Schönheit der Kampfkünste und dem Tanz. Meine Lizenzen zur Sportübungsleiterin für Breitensport, Seniorensport und Prävention erwarb ich beim BLSV. Fort- und Weiterbildungen, die meine Tanzarbeit integrativ ergänzen, sind Musik und Tanz als Bewusstsein entwickelndes Medium, Anatomie für Tänzer, Tanztheater, Contactimprovisation, Bühnenarbeit und Stimme, Butoh Tanz, sowie Samba und zeitgenössischer Afrikanischer Tanz.

An jedem Dienstag gibt es die Möglichkeit der Teilnahme an einer Schnupperstunde, um „Tanz der Elemente“ und „Afro-brasilianischen Tanz“ in München-Sendling kennen zu lernen. Bitte rufen Sie mich an oder melden sich an über meine Webseite www.lebenstanz.com. Ich freue mich auf unsere bewegte Begegnung!

Ihre Anja Deharde

Der ramponierte Krampus.

Heute ist es einmal wieder richtig spannend in der Lenggrieser Kindergruppe der katholischen Landjugend. Der Florian, ein schneidiger junger Kerl, der in Freising Theologie studiert, kümmert sich jeden Freitagnachmittag um die acht - bis zwölfjährigen Kinder. Weil er gut Gitarre spielen kann, sind an diesem grauen Dezembertag im Kolpinghaus erst einmal musikalische Übungen angesagt. Einige der Kinder besitzen sogar eigene Instrumente, meist Zithern, Gitarren, auch einige Geigen. Die stade Zeit ist schon angebrochen und heute Abend wird in den Familien der heilige Nikolaus und Knecht Ruprecht erwartet. Was liegt näher, als Advent- und Weihnachtslieder zu spielen.

*Guten abend, Gute nacht, mit Rosen bedacht, mit näglein besteckt
schlupf ich unter die deck! morgen früh, wenn gott will, wirst du
wieder geweckt, morgen früh, wenn gott will; wirst du wiedergeweckt.*

Anderl, ein aufgeweckter Bub in der Gruppe, will gar nicht erst an den nächsten Morgen denken - geschweige denn an den heutigen Abend. Natürlich würde er wieder alles vom Krampus abkriegen. Ist er doch der einzige Junge von den drei Kindern in der Familie. Sephi, die Mittlere, liegt sicher schon mit Fieber im Bett. So entzieht sie sich diplomatisch dem goldenen Jahrbuch der Abrechnung. Und die Älteste, die Maria hat zwar auch einiges auf dem Kerbholz, scheint aber wenig beeindruckt von den Strafen des schwarzen Mannes zu sein. Offensichtlich hat sie ein dem Anderl nicht bekanntes Wissen. Nur ein fehlerfreies Spiel auf der Gitarre würde ihn deshalb vielleicht von Sack und Rute retten können.

Der Nachmittag nimmt seinen Verlauf. Während draußen leise die Schneeflocken die Erde bedecken, erzählt der angehende Theologe von einem seltsamen Geist, welcher nur an heiligen Zeiten in Lenggries von sich hören lässt, in den grauen Tagen des Novembers, in der staden Zeit - aber auch in den Raunächten. Bald vernimmt man es näher, bald weiter weg, aber immer in der Nähe des Friedhofs, wenn es dunkel ist.

„Bst, bst, bst-bst“.

„Wenns ihr des Wischperl hörts“, warnt Florian die Kinder,
„dann müsst Ihr ein Vater unser beten und drehts Euch bloß net um!“



„Warum denn des?“

„Des san die armen Seelen, die sich vernehmen lassen und so ein Vater unser beruhigt sie enorm.“

Draußen im Forst verrichtet Kaspar, der Knecht, seine vom Bauern aufgetragenen Arbeiten. Die Holzstämme müssen mit dem Ross auf den Anhänger gezogen und aufgeladen werden. Später wird sie der Bauer zu Tal fahren. Kalt ist es heute und der neugefallene Schnee macht die Arbeit auch nicht gerade einfacher. Es ist ein Gerutsche ohnegleichen. Gerade heute hat es der Kaspar besonders eilig - für den Abend steht noch ein Programm an. Er sputet sich, dabei wird er unachtsam. Und da passiert es. Ein Keil löst sich und trifft ihn an der Schläfe - es wird dunkel um ihn.

Die Gruppenstunde ist beendet und die Kinder machen sich auf den Heimweg. Anderl ist der Einzige von der Schmalzgrube. Er nimmt seine Gitarre auf den Rücken und begibt sich in die dunkle Abendnacht hinein, am Friedhof vorbei nach Hause.

„Bst, bst, bst-bst“.

„Des wird doch net das Wischperl sei?“, denkt der Bub und erstarrt vor Schreck. Dann werden seine Schritte schneller.

„Nur net umdrahn! Und ´s Vatta unsa betn, ´s Vatta unsa! Vater unser im Himmel, geheiligt werde Dein Name.“

Vor lauter Schreck vergisst der Junge den restlichen Text. Da ist auch schon die Dorfbachbrücke. Schnell hinüber - da hinten ist das Haus. Gerettet. Erleichtert betritt er die Diele.

„Du Anderl, san Deine Hausaufgaben scho fertig?“

„Ja Mama, olles fertig. Am Wochenend hamma koane Aufgabn net.“

„Dann sing a mal vor, was ´d am heilign Nikolaus vorspuist.“

„I glaub, i spinn, Mamma. Was is denn mit da Maria und mit da Sephi?“

„D´ Josepha is im Bett, de is krank. Und Maria muaß zur Singprobe für ´s Hochamt z´ Weihnachten.“

„Do dank I recht scheh, muaß i wieda an Kopf beim Krampus hinhaltn.“

„Wärst des ganze Jahr über brav gwesn, nacha müassast jetzt koa schlechts Gwissn ham. Jetzt kimm und dua dei Gitarrn aussa, du kannst doch so schee spuun und i mach da dawei an Kakao“
Widerwillig holt Anderl sein Instrument und sein Notenbuch hervor und trägt der Mutter sein erstes Lied vor:



Lasst uns froh und munter sein und uns in dem Herrn erfreun!

lustig, lustig, tralla-lalla-la,

bald ist Niklausabend da, bald ist Niklausabend da.

„da dat´s noch sechs Strophen gebn und de Letzte hoaft:

Niklaus ist ein braver Mann, den man nicht genug loben kann.“

Wie der Bauer abends die Fuhre mit dem Traktor abholen will, sitzt sein Knecht auf einem Baumstamm und kühlt seine langsam wachsende Beule am Kopf mit Schnee. Der Anhänger ist kaum halb voll und das veranlasst den Bauern zu einer Rüge.

„Dei Tagwerk hast aber heit net zsammenbracht, Knecht. Is was passiert?“

Kaspar erzählt von seinem Unfall, auch das er kurzfristig ohne Bewusstsein war.

„Und mei Schädli brummt wie wenn a Stock Ameisen drinna warn.“

„Da lassn mia jetzt alles flackn und fahrn schnell zum Doktor owi.“

Das Wartezimmer ist voll mit Patienten. Erst nach eineinhalb Stunden kommt Kaspar an die Reihe. Der Doktor diagnostiziert eine leichte Gehirnerschütterung. Er rät seinem Patienten, es in nächster Zeit etwas ruhiger angehen zu lassen, dann darf er wieder gehen.

Unterdessen wartet der heilige Nikolaus im Pfarrheim auf seinen Knecht Ruprecht. Er ähnelt nicht den Nikoläusen heutzutage, als wenn sie gerade der Coca-Colawerbung entsprungen wären. Wie es im Isarwinkel der Brauch ist, kleidet ihn ein Bischofsmantel in Purpurrot und eine Mitra. Sein wallender weißer Bart und ein Bischofsstab ergänzen seine Erscheinung. Das goldene Buch mit den guten und schlechten Taten der Kinder liegt auf dem Tisch daneben. Er wartet auf Knecht Ruprecht, aber der Schwarze kommt und kommt nicht. Es ist schon Sieben vorbei, als er endlich mit Kettengeklirr und in einem Jutesack eingewickelt ankommt. Auf seiner Stirn prangen die Gamskrücken und am Hinterteil ist ein langer Schwanz ersichtlich. Aber nicht einmal das rußgeschwärzte Gesicht kann die mittelprächtige Beule auf seinem Kopf verbergen.

„Wo bleibst denn nur so lang, Krampus? I hab scho gmoant, I muaß heia alloa ausruckn. Jetzt nimm Dein Sack und d´Ruaten und dann fang ma in Gottsnam o.“

Anderl sitzt mit seinen Eltern am Küchentisch und wartet auf den Nikolaus und Knecht Ruprecht. Spät ist es schon geworden und Anderl glaubt nicht mehr, dass die Beiden überhaupt noch kommen.

Bald ist es Zeit, sich zur Nachtruhe zu begeben. Plötzlich klopft es an der Tür. Klirrende Ketten lassen Anderls Blut in den Adern fast erstarren. Sie sind doch noch gekommen, die Zwei.

„Bin i do richtig bei de Obermeier Kinda?“





„Ja, liawa heilige Nikolaus, awa nur da Bua is do, d´Sephi is heit krank und de Große muaß fúa d´Kiach probesinga.“

„Des macht nix. Vom Anderl steht sowieso am meistn in meim Buach drin. Jetzt kimmst glei fira und dann wead erst amoi bett!“
Brav verrichtet der Junge sein Abendgebet und dann öffnet der Heilige sein Buch. Anderls Übeltatenliste ist lang und der Krampus kommt dem Buben mit erhobener Rute immer näher. Als er schließlich den Sack öffnet, um den bösen Buben mitzunehmen, schreitet der Vater ein.

„Mitnehma deafst `n net, unsan Anderl, sunst schmeiß i di naus.“
Ein Gerangel zwischen dem Krampus und Vater endet mit dem Hinauswurf des Schwarzen, dessen Geraune nur vom Gegner verstanden wird.

„Glang net so fest hie, Obermeier. Mia duat da ganze Schädel weh.“
„Awa dann spuit a uns no was vor, sunst muaß er doch no eine in Sack, da Anderl“, meint der Weißbärtige und klopft wie zur Bestätigung mit seinem Stab auf den Fußboden. Knecht Ruprecht ist wieder in die Stube zurückgekehrt.

Während der Bub seine Gitarre hervorholt, fragt er:
„Dat „es wead scho glei dumpa“ passn, heiliger Nikolaus?“
„Ja, des hea i gern.“

*Es wird scho glei dumpa, es wird scho glei Nacht,
drum kimm i zu dir her, mei Heiland auf d´wacht.
will singen a Liadl, dem Liabli dem Kloan;
du mogst ja net schlafn, i hör di nur woan.
hei, hei, hei, hei schlaf süß herzliabs Kind.*

Anderl muss dem heiligen Nikolaus nach seiner Vorführung hoch und heilig für das kommende Jahr Besserung geloben, dann bekommt er doch noch eine Tüte mit Schleckereien.

„Jetzt miass ma awa weida, es wartn no vui Kinda auf uns.“

Einfach wohlfühlen...



... und die wahrscheinlich leckersten
Kuchen von ganz Sendling genießen!

Duett der Sinne – Tagescafé und Laden
Murnauer Straße 134
(Ecke Höglwörther Straße)

Di – Fr 7.30 – 19.00 Uhr
Sa, So, feiertags 10 – 18.00 Uhr

www.duett-der-sinne.de



Duett der Sinne

Vorstellungsartikel November 2010

DAS **Mein SENDLING** GESCHENKABO ZU WEIHNACHTEN !

12 x LESEN - 10 x BEZAHLEN



Einfach eine Mail an
redaktion@mein-sendling.de,
mit dem Betreff: Weihnachtsabo
schicken.

Preiswert und einen Preis wert

Viel ist in der letzten Zeit über fünf Euro gesprochen worden, anlässlich der grandiosen Ha(r)tz vier Erhöhung.

Die Ergiebigkeit im rhetorischen Lamento ist größer als der pekuniäre Eintausch: Ja, was kriegst du schon für fünf Euro?

Auf dem Stemmerhof am Sendlinger Kircherl auf jeden Fall etwas.

Dieser Dreiseithof ist ein alter aufgelassener Bauernhof, erstmalig urkundlich 1381 erwähnt, als Otto von Pienzenau, Gouverneur und Oberrichter von Oberbayern, den Hof dem Heiliggeist-Spital stiftete, das ehemals am Viktualienmarkt gelegen und seit 1885 nicht mehr existiert.

Genug der Historie, wesentlich ist, dass sich Ableger vom ursprünglichen Sinn des Spitals, der Gemeinnützigkeit, finden. Die Aufgaben eines Spitals waren mannigfaltig und basierten auf den Werken der Barmherzigkeit, einige davon sind noch transparent - heute kommerziell - in der Gestalt von Unternehmen: Nackte zu bekleiden, Kranke zu pflegen, Trauernde zu trösten, Hungrige zu nähren, Durstige zu tränken...

Der Stemmerhof, der erst 1992 seine Kühe aufs Altenteil bzw. zu den Bremer Stadtmusikanten geschickt hat, entwickelte auf Grund eines Konzeptes der Eigentümer eine Infrastruktur, die ihresgleichen sucht. Alles aufzuzählen würde diesen Beitrag zeilenmässig sprengen. Die Zauberformel: www.stemmerhof.de.

In der Beschränkung auf die genannten „barmherzigen“ Werke liegt schon reichlich Brisanz: Das Windelparadies bekleidet die Kleinsten, der Lagerverkauf an Naturmode bedeckt die Großen modisch und preiswert, der Verein Mutabor bietet Langzeit-Behandlung und eine therapeutische Tagesstätte für Menschen mit erworbenen Hirnschäden. Trost spenden und damit die Menschen über sich hinauswachsen lassen, können gleichberechtigt neben der klein-feinen Kunstbühne Ars musica die kreative Wortwerkstatt, eine Malschule auf dem ehemaligen Heuboden und eine Bridgeschule, sehr honorig unter Aurel Barber. Weil Tiere am besten trösten, voila, ein Tierzentrum mit allen lateralen Leistungen ist vorhanden.

Diesen Wunderhof mit Stadtgefüge erreichen Sie per Rad, vielleicht haben Sie es individuell zusammenbauen lassen bei Andrés Bike concepts.



Darüber hinaus - und jetzt kommt's - lockt der Hof in einem bürgerkulinarischen Dreieck Passanten, die schon für fünf Euro genießen dürfen.

Drei ungemein rührige Menschen bringen Leben in die Stemmerkuchl, ins Fischhäusl und das Cafe-Bistro.

Thomas von der Stemmerkuchl hat seit November bereits ab sechs Uhr (!) morgens geöffnet, zum Frühstück nach Herzenslust und Magenbereitschaft, mit Müsli aus dem hofnahen Biomarkt, Kaffeespezialitäten, frischen Semmeln, Dinghartinger Strudel. Mittags tischt er seine beliebten Suppen aus der Münchner Suppenküche auf, begleitet vom besten Brot, er bereitet Snacks und kleine Gerichte wie Weißwürste und warmen Leberkäse.

Geheimtipp: Vor Weihnachten sind unbedingt Dorotheas Lebkuchen zu verkosten, die ein begeistertes Süßmaul so bedichtete: Wenn man wie du mit Namen Gottesgeschenk bedacht, dann ist es selbstverständlich nur begreiflich, dass die KÖSTLICHEN Lebkuchen, die du gemacht, perfekt gelungen sind, voll süßem Honigseim und reiflich durchzogen von Nüssen, Zimt, Zucker, Gewürz und Macisblüte, saftig wie ein Engelskuss am Herd und ohne mehlig Knete, handgeschneidert aus Winkelhaid voll exquisiter Güte.

Dein Ruhm steigt himmelwärts gleich einer Startrakete.

Aus der Suppenschüssel heraus schwimmen Sie mit einem Flossenschlag in das winzige Fischhäusl nebenan. Es bietet auf 16 qm eine große Auswahl an frischen Fischen und Meeresfrüchten, appetitlich aufgebahrt, sowie täglich wechselnden Mittagsgerichten, von denen sich mancher Koch eine Scheibe abschneiden kann:

Belegte Fischsemeln als Runningseller, die Fischpflanzl leckerste Burger in eigener Herstellung, Glasnudelsalat mit Koriander harmonisch abgeschmeckt, der knackige Algensalat schmeckt delizios, Lieblings-Hors d'oeuvre der Schreiberin (ihre Kinderpflicht früher war es, lästige Grünalgen aus dem Aquarium zu entfernen. Nie wurde ihnen als ältester Pflanze Respekt gezollt, nie wurden sie als verwunschene Delikatesse gepriesen).

Kenan Artan hat sein zweites Bein im Spagat vom Fischhäusl am Wienerplatz hierher gedehnt. Beweglich war er immer, was seine spannende Verkäuferbiographie beweist und sein rasanter Zehnmetersprung in die Selbständigkeit. Danke für die gute Entscheidung, nach Sendling zu kommen. Wenn wir jetzt noch einen Sauvignon zur Fischsuppe kosten könnten?

Der würde allerdings das selbstgesetzte Limit von **5 Euro** überschreiten, und erlaubt wär's auch nicht. Allerdings gibt's nebenan den Bio- und den Biogetränkemarkt. ►



Hier werden Dürstende ambulant getränkt.


Die Dritte im Bunde der Stemmerhofgastronomie ist Marina, die darf Wein ausschenken. Wie gut.

Sie führt das Cafe-Bistro. Was heißt führt? Diese jung-junge Restaurant-Frau aus Leidenschaft, nicht gerade zur Glückseligkeit der Eltern, dirigiert graziös (unfassbar, bei ihrer Liebe zum klassischen Schweinebraten), mit leichter Hand und immer freundlichem Lächeln ihr Team. Im rustikal-klaaren Ambiente des Restaurants. Vor und hinter dem selbstgelackten Tresen. Sogar die Säulen hat sie eigenhändig gemauert. Ihre Talente wuchern.

Hier können Familien, nein, nicht Kaffee kochen, sondern früh- und spätstücken, gut und üppig mittag- und abendessen (dies über fünf €), einmal in der Woche weightwatchen, heimlich sich doch ein Stück Kuchen reinpfeifen, zur blauen Stunde einen Lugana, einen Primitivo trinken und eine Bruschetta (im zitierten Preis) genießen. Reizende Bridgedamen lunchen zum heiligen jour fixe. Die alte Scheune, durch eine Glaswand großzügig abgetrennt - wie erfrischend, kein okkultes Hinterzimmer - begeistert als ideales Forum für Familienfeiern, Netzwerker, Weight Watching- Sehnsüchtige, die sich heimlich auch mal ein Stück Kuchen vorne im Restaurant reinpfeifen. Lassen Sie sich entspannt auf das Catering aus Marinas Küchenteam ein, wenn Sie die originellen Nudel- und Reissalate aus der privaten Gästeriege vermeiden wollen.

Der kostenlose Blick ins Hofgeschehen oder in den Skulpturengarten ist garantiert. Nur sollten sich mehr spannende Künstler melden! Drei kreative Pächter kommen zusammen, ohne Rivalität, der eine hat, was dem anderen fehlt, alle haben die Fähigkeit ohne Integrationsgeschrei miteinander zu leben.

Menschlichkeit als Basisstation aller barmherzigen Werke. Eine findet sich am Stemmerhof, dem Treffpunkt für Einheimische, Fremde, für Kinder mit ihren Müttern an der Leine, für wortsuchende Dichter, Fei Scho- Individualisten und andere Weltmusiker, Lieferanten, Handwerker und Netzwerker.

Und für Menschen, die auf 5000 m² unterm Einkaufen Ferien vom Ich machen wollen, preiswürdig für nur fünf Euro. 

Sendling entdecken - durch die Musik !



Bei einer Geburtstagsfeier im "Stemmerhof" habe ich Michaela Dietl und ihr Akkordeonorchester "Irmi's Leidenschaft" kennen gelernt.

Vom Auftritt der 17 Mädels mit ihren Akkordeons war ich begeistert - ja geradezu euphorisiert. Für mich stand fest, das möchte ich auch können! Ein recht kesses Unterfangen, wenn man bedenkt, dass ich noch nie ein Akkordeon in der Hand hatte - und dies in meinem Alter(64). Am nächsten Tag hatte ich bereits ein Instrument! Dietl machte mir am Telefon klar, dass sie keine Anfänger unterrichtet. Das war eine herbe Enttäuschung. Sie vertröstete mich es in

einem Halben Jahr noch einmal zu versuchen. Zwischenzeitlich ist die Anfängerphase überwunden und ich wurde Schülerin bei Michaela. Das hat mich nach Sendling geführt.

Auffallend ist für mich, als Schwabingerin, die Kinderfreundlichkeit seiner Bewohner.

Und - was für eine Überraschung - es gibt das "Centro Espagnol" noch.

Mit einem Cappuccino und leckerem Frühstück im Café Kreislauf stärke ich mich für den anspruchsvollen Unterricht bei Michaela.

Zur Akkordeonmeisterschaft fehlt mir noch einiges.

Also werde ich noch oft in Sendling sein - vieles zu entdecken haben - und diesem liebenswerten Stadtteil treu bleiben.

Ruth Philipp

München, 14. November 2010

“*Die Musik drückt das aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.*”
 Victor Hugo, französischer Dichter

Liebe entdecken zur Natur

In den letzten herbstlichen Tagen färbten sich fast alle Blätter in den unterschiedlichsten Gelb-, Rot- und Brauntönen. Ein einziges Farbenfest ist vorzufinden. Eine Wonne, dies bei einem kleinen Spaziergang an der Isar zu entdecken!

Überall zeichnen die gefallen Blätter Muster auf die Wege und Wiesen. Wie zarte Grafiken liegen sie als temporäre Kunstwerke auf den Böden. Wunderschöne Blattformen sind zu finden, mal scharf gezackt, mal groß und rund, mal gebuchtet wie ein Buchenblatt.

Schön, ein paar dieser herbstlichen Boten als Dekoration für den Mittagstisch mit nach Hause zu nehmen!

Oder einen Kranz Aus Ihnen bestückt mit Hagebutten als Gästegruß vor die eigene Haustür zu hängen!

Doch Liebe zur Natur geht nicht nur über das Auge, sondern auch durch den Magen.

Und da im Herbst auch die Zeit der Kürbisse ist...

Hier ein kleines herbstliches Gericht zum Erwärmen der Seele: (auch für schnelle Köche geeignet)

Kürbis-Kurkuma-Wrap

Zutaten

- 1 Zwiebel
- 1 halber Hokaido-Kürbis
- 1 kleine grüne Zucchini
- 30g Schafskäse
- 1 Tl. Crème Fraiche
- Sauerrahm
- 4 weiche Weizentortillas

zum Würzen: Salz, Pfeffer, Chili, Gemüsebrühe, Basilikum und Zimt



Zubereitung für 2 Personen

Füllung:

- 1) Zwiebel, Kürbis und Zucchini klein würfeln
- 2) Zwiebeln und Kürbis in der Pfanne 15 Min. anbraten, dann die Zucchini und eine Messerspitze Kurkuma hinzugeben
- 3) Mit etwas Gemüsebrühe auffüllen 20 Min. weiter braten bis der Kürbis zart ist
- 4) Crème Fraiche einrühren, Schafskäse hinzufügen und zergehen lassen, würzen mit Salz und Pfeffer, einer Prise Chili, einer Prise Zimt und Zucker, frische zerkleinerte Basilikumblätter

Wrap vorbereiten:

Die Weizentortillas in den Ofen bei 100° C 10 Sek. aufwärmen

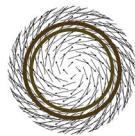
Dann Füllen und mit einem Klacks Sauerrahm darauf Einrollen und Genießen!

Bon Appétit!

Mit freundlichen Herbstgrüßen
Verena Wania

“*Es brennt
im Advent
der Kranz
im Lichterglanz.*”

Achim Schmidtman
spruecheportal.de



Café Kreislauf

Daiserstr. 22 • 81371 München

Vorstellungsartikel Januar 2010

MOBBING

Eine Serie von Franz Albert Springer



1) Zielgerichtetes Vorgehen des Täters beim Mobbing.

Mobbing erfolgt in der Regel niemals ohne Grund. Wobei der Grund für die Aktivitäten des Täters oder der Täter für den Außenstehenden oft nicht auf den ersten Blick erkennbar ist.

Der Täter formuliert, auf der Basis seines „Mobbinggrundes“, das Ziel seiner Mobbingaktivitäten, die er dann oft mit peinlicher, penibler Gründlichkeit in die Tat umsetzt.

In der Berufswelt beinhaltet die Zielformulierung fast immer die Eliminierung des Opfers. Das Opfer soll zur Aufgabe, zur Kündigung gezwungen werden und wenn dies sich nicht realisieren lässt wird darauf hingearbeitet, dass der Arbeitgeber dem Opfer kündigt. Für die Zielgerichtetheit von Mobbingaktivitäten kann folgendes reale Beispiel aus den 1970Jahren dienen:

Herr Dieter S. wird als neuer Stellvertreter des Abteilungsleiters der Zollabteilung eines großen süddeutschen Nutzfahrzeugeherstellers eingestellt. Sein erklärtes Ziel ist es in absehbarer Zeit die Abteilungsleiterstelle zu erreichen, die derzeit noch von Herrn Friedrich L. besetzt ist.

Sehr bald erkennt Dieter S., dass Herr L. offenbar private Schwierigkeiten hat und in seiner Leistungsfähigkeit beeinträchtigt ist. Dieter S. gibt sich verständnisvoll und gewinnt dadurch das Vertrauen seines Abteilungsleiters, der ihm sein Herz ausschüttet. Herr L. wurde von seiner Frau verlassen und sieht sich einer unschönen Scheidungsauseinandersetzung ausgesetzt. Zudem besteht bei Herrn L. schon länger der Verdacht auf Darmkrebs. Herr L. ist psychisch in einem sehr desolaten Zustand und bekämpft seine Probleme immer häufiger mit Alkohol. Diese Schwachstelle erkennt Dieter S. und verfolgt nun zielgerichtet seinen Plan Abteilungsleiter zu werden. Im Außenverhältnis demonstriert er unbedingte Loyalität zu seinem Vorgesetzten. ▶

Im Innenverhältnis macht er sich bei Herrn L. dadurch beliebt, dass er ihm hin und wieder eine Flasche Cognac schenkt, die dieser arglos in seinem Büro, nach und nach konsumiert. So bleibt es denn nicht aus, dass Herr L., bedingt durch den Genuss des Cognacs, öfters von einer Übelkeit befallen wird. Dieter S., ganz loyaler Mitarbeiter, fährt in einem solchen Falle Herrn L. stets mit seinem Privatwagen nach Hause. Er achtet dabei allerdings immer sorgfältig darauf, dass alle Kollegen und Kolleginnen diese Auftritte mitbekommen. Nach mehreren Monaten und zahllosen „Heimfahrten“ des Herrn L. wird Dieter S. zu einem Gespräch zum Hauptabteilungsleiter gebeten. Dieser fragt ihn offen, ob er sich zutrauen würde die Zollabteilung, zunächst kommissarisch, zu führen. Herr L. habe gesundheitliche Probleme und sei den Herausforderungen dieser Stelle nicht mehr im vollen Umfang gewachsen. Dieter S. gibt zunächst seinem Bedauern über den schlechten Gesundheitszustand von Friedrich L. Ausdruck. Dann stimmt er freudig zu. Dieter S. hat somit, durch gezieltes Mobbing, sein Ziel erreicht. Nach einem halben Jahr wird Dieter S. offiziell als neuer Abteilungsleiter der Zollabteilung installiert. Herrn L. hingegen wird das Ausscheiden aus dem Unternehmen durch eine entsprechende Abfindung schmackhaft gemacht. ■



NATURKOST **HOLLERBUSCH** **NATURKOST**

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

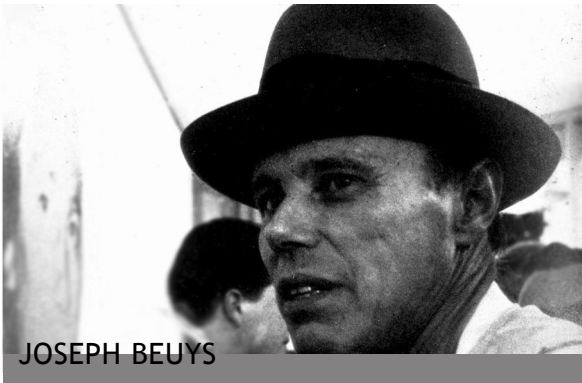
INTERVIEW MARION FILZEK

Was war Dein Auslöser, dich mit Kunst zu befassen?
In meiner Not als Jugendliche, so wie die Jugendlichen heute ja auch in Not sind und ich mich als Jugendliche ständig in Nöten befand, war Kunst sozusagen auf einmal eine Befreiung für mich. Ich traf Menschen mit Ihren Werken und ihren außergewöhnlichen Gedanken, und genau diese Menschen waren für mich interessanter als andere.

Wer oder was hat Dich in Deinem Schaffen beeinflusst?
Ich habe mich eigentlich selber beeinflusst. Mit 30 habe ich angefangen zu studieren und habe mich mit Künstlern beschäftigt die mich fasziniert haben, wie z.B. Magritte, Max Ernst sowie der ganze Surrealismus, und dann habe ich natürlich auch lebende Künstler getroffen. Ich habe mich viel mit Beuys beschäftigt weil ich einfach nicht kapierte, was er da meinte,- also musste ich ganz viel darüber lesen, bis ich es endlich begriffen habe. Es war die totale geistige Befreiung für mich und auch Friedensreich Hundertwasser hat mich sehr beeinflusst, der mich ja dann auch als Studentin aufgenommen hat, den ich vorher gar nicht so kannte.



MARION FILZEK



JOSEPH BEUYS

Dann Gerhard Rühm, bei dem habe ich in der Salzburger Sommerakademie auch total interessante geistige Gebilde vorgefunden, ja die Künstler sind einfach die interessantesten, hyperwahnsinnigen Menschen und das gefällt mir.

Du sagst in einem Text über Dein Schaffen, dass Du die Collage bevorzugt als Stilmittel wählst. Würdest Du sagen, dass das ein Freier Raum ohne Gesetze für Dich ist und die Kunst frei gedeihen kann?
Also ich bin eigentlich, das stimmt, ich bin keine reine Malerin, ich liebe es, Dinge zu finden, zu sammeln und neu zusammzusetzen, und da gibt es auch ein neuen Kunstbegriff Brie Collage, und ich denke, ich bin eine Brie Collagistin. Der Begriff, wurde von Levi Strauss begründet.



L: Objekt O.T., 2002, ca. 24 cm R: Space Jumper, 2010, 60 x 100, Mischtechnik auf Leinwand

Das sind jene Künstler, die aus den Bereichen in denen sie leben, Dinge neu zusammensetzen. Bei mir bezieht sich das halt hauptsächlich auf Papier, das Zweidimensionale, und das fände ich toll, wenn ich das noch in das Dreidimensionale hineinbringen könnte.

Wann ist ein Fundstück für Dich so reif, dass es in ein Werk einbezogen werden kann?

Ja, das ist eine gute Frage, weil ich das eigentlich selber nie weiß. Bei den wenigsten Werken weiß ich, jetzt ist es wirklich fertig, jetzt ist wirklich Schluss. Ich bin auch der Typ, der sein Leben lang an einem Werk arbeiten könnte. Wirklich, immer rauf und runter, und das, was man dann findet wieder rein und raus und dann wieder raus und dann wieder rein und diesen ganzen Prozess so beobachten. Außerdem möchte ich gern mal in einem Museum ausstellen, und vielleicht ist das gar keine so schlechte Idee.

Wovor schützt Du Dich in Deinem geschaffenen geistigen Raum und welche Freiheit bietet er?

Ich denke, ich schütze mich vor Menschen, weil ich Angst davor habe, dass die Menschen, die mich nicht verstehen, mir wehtun könnten, dass sie mir Böses antun oder mich vereinnahmen wollen. Für mich ist es am Besten, wenn ich zurückgezogen mit meinen gefunden Dingen spreche, denn für mich leben diese Dinge wirklich.

Welche Farben setzt Du ein? Pigmente?

Ja, da bin ich sozusagen grenzenlos, da wird alles genommen, was halt da ist, manchmal nur ein Bleistift, dann muss ich halt damit fertig werden, oder ich nehme auch mal einen Kugelschreiber. Außerdem kann man Pigmente nehmen, man kann Acrylfarben nehmen, man kann aber auch mal ein bisschen reinhauen, also gerade dieser Prozess ist so eine Art Alchemie, und das dann wahrzunehmen ist äußerst spannend.

Collage auch in den Farben?

Collage ist für mich eigentlich immer etwas mit Kleben. Farben werden genauso benutzt - auch Fotos werden eingebaut, Wörter natürlich, ja, was man halt so findet. ►

Was hältst Du von der Zeitgenössischen Kunst?

Also eigentlich möchte ich mich dazu nicht äußern - ich bin ja kein Kunstkritiker. Ich bin Kunstschafer und eigentlich steht mir nicht zu, dass ich andere beurteile. Ich habe aber natürlich Vorlieben, manche Dinge gefallen mir und manche nicht aber beurteilen, nein, das möchte ich nicht.

Woran arbeitest Du gerade?

Im Moment bin ich mit dem Thema Hoffungsstreifen beschäftigt. Zu den Hoffungsstreifen bin ich gekommen, weil ich selber so ein Chaos und durch den Wind bin. Oft kann man das auch in meiner Kunst sehen - es gibt keine klare Linie, das mag manche verwirren, das verwirrt mich auch selbst. Ich will einfach etwas vereinfachen für mich. In der Zeitung habe ich über den Gaza-Streifen gelesen und als Überschrift stand dort Hoffungsstreifen, und ich habe gedacht, ich mache jetzt Hoffungsstreifen. Und weil ich sie für mich unheimlich brauche und weil die Welt sie braucht und weil es mich inspiriert. Es sind dazu schon einige Bilder entstanden. Gleichzeitig dazu kommen auch noch meine Kontaktlinsen Bilder - das ist ein neues Thema: Hoffungsstreifen und Kontaktlinsen. Das sind echte Linsen, die werden auf die Leinwand geworfen, und dann sind sie eigentlich im Gegensatz zu den Streifen kleine Köpfchen oder kleine Kügelchen, und das sind für mich die Menschen.

Was wünschst Du Dir für die Zukunft?

Ich wünsche mir für die Zukunft, dass ich von meinen Bildern leben könnte. Das Grausamste ist für mich, dass ich soviel Zeit und wirkliches Engagement in die Kunst und meine Arbeit lege und dann trotzdem nicht davon leben kann, weil man mich nicht in die große schöne tolle fiese Kunstszene hereinlässt.



THEATERZWEIG

Schauspielschule für junge Menschen

Inhaberin: Erika Blaschke

Postfach 44 03 06 • 80752 München

www.theaterzweig.de

info@theaterzweig.de

Telefon: (089) 21907191 Mobil: (0174) 2066325

Irmis Leidenschaft

Liebe Akkordeonfreundinnen und -freunde,

am Dienstag, den 7. Dezember 2010 um 20 Uhr spielt Irmis Leidenschaft unter der musikalischen Leitung von Michaela Dietl im Rahmen von ars musica im Stemmerhof in München Sendling, Plinganserstr. 6. Das Konzert beginnt um 20 Uhr.

Kartentelefon für Reservierungen: 0 89/66 69 85 97

KK Druck

Bunsenstr. 2-4 · 82152 Martinsried

Tel.: 089-8572061 · Fax 089-8577084

FLADESIGN

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



RISTORANTE

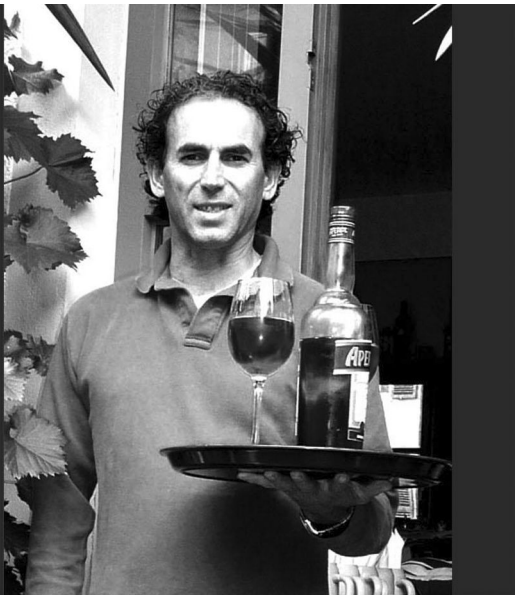
Rizzo

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

ANTONIUS
Tenne

**Restaurant
& Bar**
im 1.Stock



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

Cocktails..... und mehr!

Heilig Abend
ab 22.00 Uhr geöffnet

1. Weihnachtsfeiertag
2. Weihnachtsfeiertag
ab 18.00 Uhr geöffnet

Wir wünschen Ihnen
ein frohes Weihnachtsfest

Freitag & Samstag
Essen bis 2.00 Uhr früh

www.antonius-tenne.de

Vorstellungsartikel Februar 2010

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

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

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

Sprechzeiten:
Mo, Mi, Fr 9.00-12.00 Uhr



H-TEAM E.V. HILFT BÜRGERN IN NOT

Betreuungsverein
Ambulanter Pflegedienst
Ambulante Wohnungshilfe
Ambulantes Wohntraining
Betreutes Einzelwohnen
Hauswirtschaftliche Hilfen
Schuldnerberatung



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



Jasmin
Asia Küche

**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 – 15:00 und 18:00 – 22:30 Uhr

Sa. So. Feiertag 18:00 – 22:30 Uhr

Vorstellungsartikel Oktober 2009

Bedürfnis nach Lesefutter?

*Text- und Bildwerkstatt zu Gesellschaft, Kultur, Reisen
und Astrologie*

www.faden-der-ariadne.de

Lern.Werk®

Wissen auf den • gebracht



- * Nachhilfe & Förderunterricht
- * Prüfungs- und Übertrittsvorbereitung
- * Deutsch als Fremdsprache
- * Abstimmung mit den öffentl. Schulen nach Wunsch

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

Vorstellungsartikel Februar 2010



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

▼ Vorstellungsartikel Januar 2008



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

Med. Fußpflege
Kosmetik
Nagelpflege
Nail Art

MO - FR von 09:30-13:00 - 14:00-18:00 Uhr
 Albert-Rosshaupter-Str. 26, 81369 München
 Tel.: 089 / 72 63 58 83 Fax.: 089 / 72 63 58 84
 Email: mail@flavias-wob.de Web: www.flavias-wob.de

Vorstellungsartikel April 2008

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





Die neue Oase der Lebensqualität in Mittersendling...

Engelhardstr.33
München Mittersendling
Tel : 089 20 18 44 95

Vorstellungsartikel Juli 2010

*Immer Wieder
... Sonntags ...*

TEL: 779354

**SONNTAGSCAFÉ MIT WUNSCHKONZERT
ASZ SENDLING**

Jeden ersten Sonntag im Monat um 14:00 Uhr, lädt Frau Kripp Sie in der Cafeteria des ASZ Sendling zu einem geselligen Nachmittag bei Kaffee, Kuchen und Wunschmusik ein.

TERMINE:

01.08 07.11
05.09 05.12
03.10

EINTRITT FREI



Jacques'
WEIN-DEPOT



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

Vorstellungsartikel August 2008

**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



**SENDLINGER AUGUSTINER
DAS GEMÜTLICHE WIRTSHAUS IN SENDLING**

Alramstr. 24 • 81371 München • Tel: 089/747 09 25
U3/6 Implerstraße • www.sendlinger-augustiner.de

Frühstücken in Sendling 10,50
jeden Sonntag von 10.30 Uhr – 14.00 Uhr

**Fußball Bundesliga Live
auf Großbildleinwand**

**Büffet incl. Eierspeisen,
Weißwürste und aller
Heißgetränke**

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

Samstag ist Schnitzeltag. versch. Schnitzel mit Beilage.
6,66

CENTRAL REINIGUNG

NEUERÖFFNUNG nach UMZUG



Arthur Buhl : "Meine Arbeit ist EURE Freizeit"

Boschetsrieder Str. 79

Vorstellungsartikel November 2007

lernstudiobarbarossa
weiterbildung. nachhilfe. sprachkurse.

Ihr Bildungs- und Kulturhaus
am Harras

NACHHILFE - STIPENDIEN!

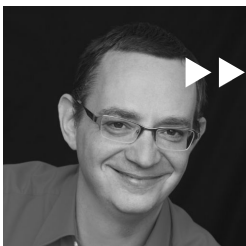
Die Chancenstiftung (www.chancenstiftung.de) kann für München bis Ende 2010 noch einige Stipendien für Schüler vergeben.

Zweimal 90 Minuten Nachhilfe pro Woche in der Kleingruppe können – unter bestimmten Voraussetzungen – gefördert werden. Die Schülerfamilie übernimmt nur einen kleinen Kostenanteil.

Die Stipendien können über das Lernstudio Barbarossa beantragt werden. Für ein ausführliches Beratungsgespräch steht Ihnen Sabine Hoppe gerne zur Verfügung.

Plinganser Str. 32 81369 München • Tel.: 089 74 11 86 10
m-sendling@lernstudio-barbarossa.de

Vorstellungsartikel November 2009



GRAFIK & DESIGN

0178 2635580 unitmo@yahoo.de

„Der Herbst und die anderen Jahreszeiten“

Welche Jahreszeit ist mir die liebste?

In welchem Monat bin ich geboren und hat das einen Einfluss darauf?

Mag ich den Herbst oder erinnert er mich zu sehr an Vergänglichkeit?



Diese Punkte sollten uns Leitfaden sein für unsere Gesprächsrunde und Frau S. begann sogleich: sie sei im Sommer geboren, liebe aber den Herbst. „Mir gefällt der Herbst fast am besten, allein schon wegen der Farbenfülle in der Natur, aber auch wegen der verschiedenen Feste, wie Erntedank und Kirchweih. Und wenn man von draußen kommt in die wohlige Wärme des Hauses, ist das einfach wunderbar. Für mich hat der Herbst nichts Depressives.“

Frau T. bestätigt diese Aussagen. Die Mehrheit ihrer Familie ist im Winter geboren. Sie liebt die Herbststimmung. „Ich finde es herrlich, wenn im Kontrast zu der Farbenpracht auf den Bergspitzen schon Schnee liegt, wie eine weiße Haube.“

Eine andere Teilnehmerin ist auch im Winter geboren und erzählt, dass sich ihre Mutter Sorgen gemacht hat, ob sie das Neugeborene durch den Winter bringt.

Damit sie es warm hat, wurde sie im Kinderkorb auf den Kachelofen gestellt, denn das Haus war ja nicht überall beheizt. Viele Erinnerungen werden wach, bei dem Ausdruck „überwintern“. Jetzt ufern die Gespräche schier aus in den Erinnerungen an die diversen



20 Zentner Kartoffeln wurden teilweise gelagert, im Keller oder in Mieten. Das Bild, wie mein Großvater die Miete ausgehoben hat und dann mit Stroh auslegte und die Kartoffeln eingeschichtet wurden, sehe ich noch konkret vor meinen Augen. Und so geht es fast allen. Man erinnert sich, dass nicht nur Kartoffeln, sondern auch Kraut eingelagert wurde. Und die grünen Tomaten, die auf ein Holzbrett gelegt, abgedeckt mit einer Zeitung, auf ihre Reifung warteten, meistens oben auf einem Schrank.

Einstimmig wurde festgestellt, dass man sich im Herbst schon warm anziehen muss, dass aber die bunten Blätter, die zum Rascheln einladen oder auch die Kastanien und Eicheln, mit denen gebastelt werden kann, auch viel Spaß machen, ganz abgesehen von den Drachen, die aufsteigen in den tiefblauen Himmel und unsere Träume und Wünsche mitnehmen.

Ein sehr persönliches Stimmungsbild erzählte uns Frau S. Für sie ist der November einer der schlimmsten Monate, wenn der Nebel alles umhüllt und die diversen Trauertage an die Vergänglichkeit erinnern.

Hinzu kommt der Verlust eines sehr lieben Menschen, der auch im November war und die ganze Traurigkeit noch vertieft.

Unsere Praktikantin Claudia interessierte, wie viele unserer Teilnehmerinnen Winter- oder Sommerkinder sind.

Und es ergab sich eine kleine Mehrheit von Winterkindern, die als Lieblingsjahreszeit den Frühling nannten.

Der Sommer war den meisten von uns zu heiß, was bei unserem Altersdurchschnitt nicht verwundert.

Claudia liebt natürlich den Sommer und sagt selber, dass sie die Hitze auch noch gut verträgt.

„Die Weihnachtszeit mag ich aber besonders gern, da spielt sich sehr viel in der Familie ab und alles ist so heimelig,“ sagt sie. Hier sind sich Jugend und Alter wohl am nächsten.

Zum Schluss kam noch die Musik ins Gespräch und alle bestätigten „mit Musik geht alles besser“, wie es schon in einer Volksweise heißt.

Eine gute Zeit und bis bald
Ihre
Elisabeth Kripp

Das nächste Erzählcafé steht unter dem Motto „Weihnachten bei uns daheim“ und findet am 10. Dezember um 14 Uhr im ASZ Daiserstraße statt.

Auf das Sonntagscafé m. Wunschkonzert darf ich noch aufmerksam machen. Es ist am 5. Dezember um 14 Uhr, ebenfalls im ASZ Daiserstraße.

Ich wünsche Ihnen Allen einen wunderschönen Advent, ein beschauliches Weihnachtsfest und ein gutes Neues Jahr.

Die Musik - von Ingeborg
 Mein Mann kam zu einer Messe
 nach Traunstein, beim Treffen
 am Abend gab es Musik.

3 junge Mädchen spielten auf
 dem Hackbrett.

Das gefiel meinem Mann, als
 er nach Hause kam teilte er
 mir mit - wir kauften ein
 Hackbrett und wollten
 musizieren. Auch ich hatte
 Lust dazu - so ging es zu
 Herrn Hartwig in der
 Hindenschmitts und dort
 bekamen wir dieses Instrument
 Damit wir es auch richtig
 lernen konnten bekamen wir
 Unterricht bei Frau Hartwig.
 Es machte uns viel Freude
 als wir dann spielen konnten



Aber bald stellten wir fest -
ein Klavierbrett für beide -
das ist doch nichts.

So ging es wieder zu Herrn
Kartwig und beauftragten eine
Gitarre und Frau Kartwig
brauchte meinen Mann das
spielen bei.

Als dann unser "Rückstand"
kam hatten wir Zeit und
Lust für unser neues Hobby.
Man gab es kaum mehr
zu zweit, oft spielen wir
in Kreise unserer Familie
und Freunde
es war für uns und
unseren Führer immer
ein besonderes Erlebnis



Was wäre, wenn Weihnachten nicht vor 2010 Jahren, sondern heute stattgefunden hätte... ?!

Säugling in Stall gefunden - Polizei und Jugendamt ermitteln!!! Schreiner aus Nazareth und unmündige Mutter vorläufig festgenommen! BETHLEHEM, JUDÄA - In den frühen Morgenstunden wurden die Behörden von einem besorgten Bürger alarmiert. Er hatte eine junge Familie entdeckt, die in einem Stall haust. Bei Ankunft fanden Mitarbeiter des Jugendamtes, die durch Polizeibeamte unterstützt wurden, einen Säugling, der von seiner gerade erst 14-jährigen Mutter, einer gewissen Maria H. aus Nazareth, in Stoffstreifen eingewickelt in eine Futterkrippe gelegt worden war. Bei der Festnahme von Mutter und Kind versuchte ein Mann, der später als Joseph H., ebenfalls aus Nazareth identifiziert wurde, die Sozialarbeiter abzuhalten. Joseph H., unterstützt von anwesenden Hirten, sowie drei unidentifizierten Personen ausländischer Herkunft, wollte die Inobhutnahme des Kindes unterbinden, wurde aber von der Polizei daran gehindert. Festgenommen wurden auch diese drei Personen, ausländischer Herkunft, die sich als "weise Männer" eines östlichen Landes bezeichneten. Sowohl das Innenministerium als auch der Zoll sind auf der Suche nach Hinweisen über die Herkunft dieser drei Männer, die sich anscheinend illegal im Land aufhalten. Ein Sprecher der Polizei teilte mit, dass die keinerlei Identifikationen bei sich trugen bzw. sich nicht ausweisen konnten, aber im Besitz von Gold, sowie von einigen möglicherweise verbotenen Substanzen waren. Sie widersetzten sich der Festnahme und behaupteten, Gott habe ihnen angetragen, sofort nach Hause zu gehen und jeden Kontakt mit offiziellen Stellen zu vermeiden.

Wegen des Verdachtes des Verstoßes gegen das Betäubungsmittelgesetz wurden die mitgeführten Chemikalien zur weiteren Untersuchung in das Labor des Landeskriminalamtes geschickt. Der Aufenthaltsort des Säuglings wird bis auf Weiteres nicht bekanntgegeben. Eine schnelle Klärung des ganzen Falles scheint sehr zweifelhaft. Auf Rückfragen teilte eine Mitarbeiterin des Jugendamtes mit: "Der Vater ist mittleren Alters und die Mutter ist definitiv noch nicht volljährig. Wir prüfen gerade mit den zuständigen Behörden in Nazareth, in welcher Beziehung die beiden zueinander stehen. Maria ist im Kreiskrankenhaus zur medizinischen Untersuchung. Sie kann mit einer Anklage rechnen. Weil sie behauptet, sie wäre noch Jungfrau und der Säugling stamme von Gott, wird ihr geistiger Zustand näher untersucht. ▶

Hierzu soll deshalb noch ein psychiatrisches Gutachten erstellt werden. In einer offiziellen Mitteilung des Leiters der Psychiatrie steht: "Mir steht nicht zu, den Leuten zu sagen, was sie glauben sollen, aber wenn dieser Glaube dazu führt, dass wie in diesem Fall - ein Neugeborenes gefährdet wird, muss man diese Leute als gefährlich einstufen.

Die Tatsache das Drogen, die vermutlich von den anwesenden Ausländern verteilt wurden vor Ort waren, trägt nicht gerade dazu bei, Vertrauen zu erwecken. Ich bin mir jedoch sicher, dass alle Beteiligten nach einer nötigen Behandlung in ein paar Jahren wieder ganz normale Mitglieder unserer Gesellschaft werden können. "Zu guter Letzt erreicht uns noch diese Information: Die anwesenden Hirten behaupten übereinstimmend, dass ihnen ein großer Mann in einem weißen Nachthemd mit Flügeln (!) auf dem Rücken befohlen hätte den Stall aufzusuchen und das Neugeborene zu seinem Geburtstag hochleben zu lassen. Dazu meinte ein Sprecher der Drogenfahndung: "das ist so ziemlich die dümmste Ausrede vollgekippter Junkies, die ich je gehört habe!"

Na denn..... Fröhliche Weihnachten. ■

Wenn Weihnachts-Elfen kreativ werden...





Meine heutige Interviewpartnerin, die Künstlerin **Marion Mutschler** ist beides, Fotografin und Malerin. Sie arbeitet als professionelle Fotografin und hat sich dem Fotografieren von Menschen verschrieben.

Wie bist Du denn dazu gekommen? Seit wann machst Du das?

Zur Fotografie bin ich sehr früh gekommen. Ich war mit meinen Eltern im Urlaub und habe von meinem Vater eine alte Kodak Retinette geschenkt bekommen. Ich fand das so toll, daß ich einfach drauflos fotografierte

und in allem und jedem ein Lohnendes Objekt sah. Ein unscharfes Foto von einem Alpbauern (es gab damals noch keinen Autofocus) hat mich in den Bann gezogen und mich zur Fotografin werden lassen. Ich habe das dann sehr zielgerichtet verfolgt und nach dem Gymnasium eine ganz klassische Fotografenlehre gemacht. Mit Dunkelkammer, Großbildkamera und Hasselblad.

Parallel dazu habe ich bei dem Kunstmaler Max Heller Unterricht in bildnerischer Kunst genommen und den Umgang mit Farben und Ton gelernt. Meine ersten Skulpturen sind in dieser Zeit entstanden.

Wie würdest Du Deine Arbeitsweise beschreiben?

Heute arbeite ich nur noch über die Herzensebene. Ich möchte dem Menschen, der sich vor meiner Kamera bewegt, erkennen, seine "Seele" und seine verschiedenen Facetten einfangen. Ich transportiere Seelenmomente nach aussen. Das ist durchgängig mein Thema, sowohl in der Fotografie, wie in meinen gemalten Bildern und Plastiken.

Demnach sind Menschen für Dich die größte Inspirationsquelle?
Ja, absolut.

Welchen emotionalen Hintergrund hat Deine Arbeit?

Ich denke, der von mir verfasste Text trifft das sehr gut: Menschen so fotografieren, wie sie sind, in ihrer Eigenheit und Schönheit. Die ganze Persönlichkeit zum Ausdruck bringen - das ist mein Engagement und meine Leidenschaft.

Wenn Du eine Ausstellung ausrichtest, was erwartest Du von Deinem Publikum?

Ich habe es bei meiner letzten Ausstellung im Oktober wieder erleben dürfen: Die Menschen sehen den besonderen Moment, in dem sie ►



fotografiert, also festgehalten werden, ganz klar: Authentisch, ehrlich und schön. Das schönste Kompliment für meine Arbeit ist: Wenn die Menschen beim Abholen ihrer Portraitfotos sich freuen und der Ausspruch aus ihnen herausprudelt: "WOW, das bin ich ... ich wußte gar nicht dass ich so schön/fotogen bin..."

Wie würdest Du Kunst unabhängig von Deiner Kunst definieren?

Wenn man zurück blickt in die Geschichte, zu den Römern, den Ägyptern bis zu den Steinzeitmenschen, so möchte ich vermuten, dass schöne Dinge, auch wohlgeformte Alltagsgegenstände oder Kunstwerke dazu geschaffen wurden, sich daran zu erfreuen. Ich denke, der Sinn für schöne Dinge ist im Menschen archaisch verankert.

Sind denn noch Ausstellungen geplant?

Ich habe mein Fotostudio in der Öztalerstr. 1b, im Klangheilzentrum, wo übrigens jede Woche das "Offene Singen" stattfindet, wo jeder kommen kann, und dort in den langen Gängen hängen auch meine Portraits.

Was wünschst Du Dir für die Zukunft?

Viele schöne Bilder und dass die schöpferische Kraft nie versiegen möge.

marion **mutschler**



fotografie

Marion Mutschler
Fotografenmeisterin

Öztalerstraße 1B
81373 München

089-88 90 56 35
0170-301 99 36

info@foto-mutschler.de

www.foto-mutschler.de





Workshop - Getanzte Hingabe - Momente der Wahrheit

Tanzen verbindet, weitet Körper und Seele, entfesselt die eigene Zartheit und Wildheit, stärkt das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, schafft Raum für Neues und befreit, ist emotionale Ausdruckskraft in Bewegung umgesetzt.

"Tanz ist für mich wie das Leben selbst: Beständiger Wandel in zeitloser Stille und Lebendigkeit, tiefe Achtung vor der Schöpfung und Vertrauen auf den Fluss im 'Tanz des Lebens'"

(Anja Deharde)

Anmeldung ab sofort bei oder unter 089-4486354.



AUSLEGEORTE / IMPRESSUM

- Arztpraxis Fischer & Steininger, A.-Roßhaupter-Str. 73
Arztpraxis Roder + Kollegen, Plinganserstr. 33
Arztpraxis Selzle, Am Harras 15
Augustiner, Alramstr. 24
ASZ Altenzentrum, Daiserstr. 37
Bioladen Hollerbusch, Daiserstr. 5
Bäckerei GRIESHUBER, Treffauer Str. 21
Bäckerei & Konditorei BACK MAYR, Nestroyst. 2
Bücher Kindt, Albert-Roßhaupter-Str. 73a
Blume und Beiwerk, Lindwurmstr. 203
Blüte und Blatt, Meindlstr. 2
Café Viva, Valley/Ecke Dankstraße
Café Schuntner, Plinganserstr. 10
Café Kreislauf, Daiserstr. 22
Carglass, Passauer Str.
Conditorei Hölzl, Passauer Str.
Centro Espagnol, Daiserstr. 20
Central Reinigung, Boschetsrieder Str. 79
Deut./Franz. Schule Jean Renoir, Berlepschstr. 3
Das Kleine Backhaus, Boschetsriederstr. 17
Eichendorff-Apotheke, Schmuzerstr. 1
FLA-Design, Boschetsriederstr. 12
Flavia's World of Beauty, A-Roßhaupter-Str. 26
Getränke Burger, Oberländerstr. 24,
Glitzerstein, Kidlerstr. 21
Gesundschuh Wagner, Daiserstr. 35a
Hausarztpraxis Engert + Oefelein, Pfeuferstr. 33
H-Team e.V., Plinganserstr. 19
Jacques Wein-Depot, Implerstr. 9 - 11
Kosmetikstudio Beauty and More, Daiserstr. 33
Kulturschmiede, Daiserstr. 22
Kulturbühne ars musica, Windelservice,
King's Laden, Partnachplatz 9
Lernstudio Barbarossa, Plinganserstr. 32
LernWerk, Karwendelstr. 27
ladysportiv, Pfeuferstr. 34
Lotto-Toto Gabriela Seidewitz, Nestroyst. 2
Lotto-Toto Schreibwaren, A.-Roßhaupter-Str. 110
Medithera, Alramstr. 20
Musik Hartwig, Lindenschmitstr. 31
Oberländer Apotheke, Oberländerstraße
PSCHORR-Krug, Oberländer/Ecke Daiserstr.
Pieris Backstube, Aberlestr./Lindenschmitstr.
Reisebüro am HARRAS, Plinganserstr. 40
Reformhaus am Harras, Plinganserstr. 37
Rama Feinkost, Alramstr 27/Ecke Daiserstraße
RIZZO, Schäfflarnstr. 166
Stadtbibliothek Sendling, Albert-Roßhaupter-Str.
Sendlinger Buchhandlung, Daiserstraße 2
Stemmerhof: Café im Stemmerhof,
StemmerKuchl, Stemmerhof,
Südbad, Valleystr.
Sendlinger Apotheke, Pfeuferstr. 33
Schneiderwerkstatt Brigitte Deuerling, Kidlerstr. 1
Tierzentrum, Lagerverkauf
Tommys Lotto am Harras, A. Roßhaupterstr. 3
Thai-Markt, Albert-Roßhaupter-Str. 100
Transpedal, Alramstr. 24
Wirtshaus Valley's, Aberlestr. 52, Ecke Valleystr.
NEU: Fisch Häusl im Stemmerhof, Plinganserstr. 6
NEU: Restaurant O Milos, Schöttlstr. 10/Ecke Fallstr.
NEU: Fruta Foodstore, Fallstr. 9
NEU: Lotto Toto Robert Metzler, Fallstr. 9
NEU: Klangheilzentrum u. Fotoatelier Mutschler
Ötztalerstr. 1b
NEU: Volkshochschule München, A.-Rosshaupter-Str. 8
NEU: Vincello, Engelhardstr. 33
NEU: Café Duett der Sinne, Murnauer Str. 134
NEU: Gida Moden, Daiserstr. 42

WISSEN SIE WEITERE STANDORTE
FÜR "MEIN SENDLING" ?
SAGEN SIE ES UNS EINFACH.
redaktion@mein-sendling.de

IMPRESSUM

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

Verantwortlich für den Inhalt:
V.i.S.d.P.: P. Lefèvre
Alramstr. 27 81371 München

Redaktion und Anzeigen: P. Lefèvre

Grafik / Bildbearbeitung / Layout: Chris C. Plötze
unitmo@yahoo.de
0178 / 26 35 58 0

Kontakt:
Tel.: 0176 / 96 81 19 26
Mail: redaktion@mein-sendling.de
Web: www.mein-sendling.de

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.

Wir suchen immer Mitstreiter!

IN DER JANUAR AUSGABE

MOBBING - TEIL 2 DER SERIE

**KÜNSTLERINTERVIEW:
ANNETTE HEMPFLING**

GESCHICHTEN, WISSENSWERTES, GEDICHTE...

WIR SUCHEN...

REPORTER

Hast du Reporterambitionen oder möchtest du veröffentlichen?
Über Aktuelles berichten?
Dann melde dich unter Tel. 0176 968 119 26

WOHNUNG

Suche Wohnung zum Kauf in Sendling. Bitte Nachricht an
die Redaktion: redaktion@mein-sendling.de

SENDLINGER BANDS

Hier könnt Ihr Euch vorstellen in Wort und Bild

HILFERUF !!!!!

SUCHEN LAGERRAUM, HALLE ATELIER KELLER - TROCKEN.
MAIL BITTE AN DIE REDAKTION.

**Die gesamte Redaktion von Mein SENDLING
wünscht allen Lesern ein tolles gesundes Jahr.**

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang JANUAR 2011



- Stimm- und Sprachschulung
- Angstüberwindung
- Körperbeherrschung
- Förderung des Selbstbewusstseins
- Freies Sprechen vor Publikum und in der Schule
- Unterricht von ausgebildeten Schauspielern
- Familienfreundliche Preise / Geschwisterkinder 50%
- Öffentliche Bühnenaufführungen mit allen Gruppen
- Unterricht auch in den Schulferien

WIR BIETEN AN:

Schauspiel / Theater (90 Min/Woche)

5 - 6 Jahre , 6 - 8 Jahre , 9 - 12 Jahre , 13 - 18 Jahre

> Danklstr. 11 am Kidlerplatz und in der Daiserstr. 27

Musical (90 Min/Woche)

6 - 8 Jahre, 9 - 12 Jahre, 13 - 18 Jahre

> Ötztalerstr. 1b an der Hansastrasse (gegenüber vom

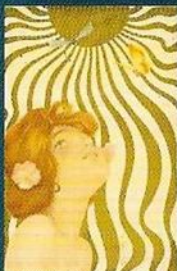
Zwergerlkurs (60 Min/Woche)

3 - 4 Jahre

> Danklstr. 11 am Kidlerplatz und in der Daiserstr. 27

Information, Stundenplan und Anmeldung:

Aramstr. 27, 81371 München, Tel./Fax: 089 21 89 09 39



4 Auktionen im Jahr

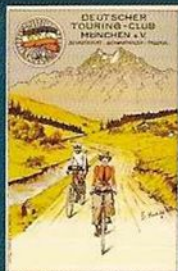
Wir suchen auktionsfähige Ansichtskarten, Briefen, Ganzsachen sowie ganze Sammlungen, Posten und Nachlässe.

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!

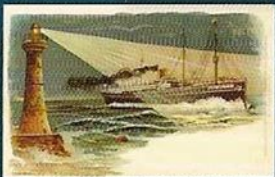
Bestellen Sie unseren Katalog (Vorkasse):
13,- € / Europa 16,- € / Übersee 25,- €
Abo (5 Kataloge) 57,- € / Europa 67,- €



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



Vorstellungsartikel November 2009

Tel.: 0176 / 96 81 19 26
Mail: redaktion@mein-sendling.de
Web: www.mein-sendling.de